

МАДОУ «Детский сад №25»

**Мастер-класс для родителей и педагогов:**

# Развиваем мелкую моторику: упражнения с мячиком

**Подготовила учитель-дефектолог: Злобина Валерия Алексеевна.**

**Развитая мелкая моторика - это не только ловкие руки, умелые движения и красивый почерк, но и правильная речь. Дело в том, что речевой и моторный центр находятся рядом в головном мозге. Когда мы тренируем моторику, речевой центр развивается вместе с ней.**

**Вот почему развитию мелкой моторики у детей так важно уделять внимание. И не только у детей: заниматься советуют и взрослым, которые хотели бы улучшить память, укрепить умственные и творческие способности. Кроме того, такие занятия будут полезны для нормализации тонуса мышц и профилактики болезней суставов.**

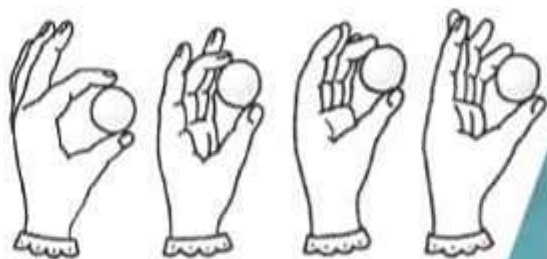
**Среди эффективных способов развития мелкой моторики рук: игры с маленькими предметами, рисование, рукоделие, пальчиковая гимнастика и массаж. Мы разберем комплекс упражнений с массажным мячом.**

## **ПОДБОРКА УПРАЖНЕНИЙ С МЯЧИКАМИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК**

**Этот комплекс упражнений для развития мелкой моторики с использованием каучуковых мячиков с элементами массажа рассчитан на детей и взрослых любого возраста. Данные упражнения можно использовать как физкультминутку во время выполнения рекомендаций и как игры с свободное время.**

**Как выбрать мяч? Для ребёнка можно подобрать маленький мячик диаметром 3-5 см., а для взрослого подойдет мяч побольше, чтобы он занимал ладонь полностью, но его можно было удобно захватить пальцами.**





**«ЗДРАВСТВУЙ,  
МОЙ ЛЮБИМЫЙ МЯЧИК!» -  
СКАЖЕТ УТРОМ КАЖДЫЙ  
ПАЛЬЧИК»**

Сжимаем мяч между  
большим и поочередно  
каждым пальцем руки.

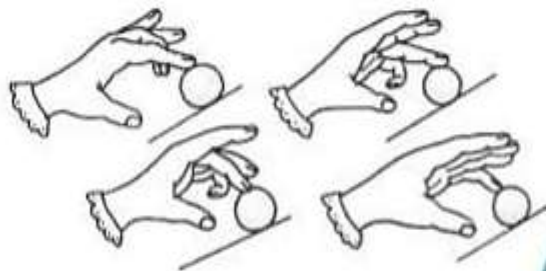




**«МЯЧИК ПАЛЬЦЕМ  
РАЗМИНАЮ, ВДОЛЬ  
ПО ПАЛЬЦАМ МЯЧ ГОНЯЮ».**

Прокатываем мяч по  
всей длине пальца,  
массируя его.





**«ТАНЦЕВАТЬ УМЕЕТ  
ТАНЕЦ НА МЯЧЕ МОЙ  
КАЖДЫЙ ПАЛЕЦ»**

Прокатываем мячик по  
наклонной поверхности  
каждым пальцем  
поочередно.

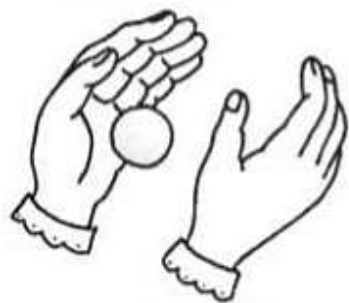




**«БРАТ У БРАТА МЯЧ  
БЕРЕТ, ТОЛЬКО БРАТУ  
ОТДАЕТ»**

Удерживаем мячик одним пальцем поочередно, «передавая» от пальца к пальцу, либо второй рукой перекладывая его.



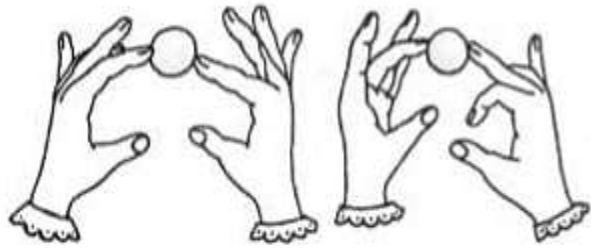


**«ПОИГРАЮ Я  
В ФУТБОЛ И ЗАБЬЮ  
В ЛАДОШКУ ГОЛ»**

Перекидываем мячик  
из ладошки в ладошку.



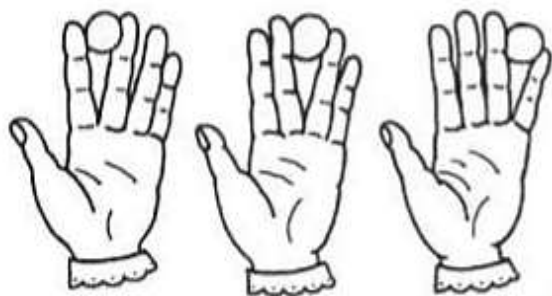




**«ДВА КОЗЛЕНКА МЯЧ  
БОДАЛИ И ДРУГИМ  
КОЗЛЯТАМ ДАЛИ»**

Сжимаем мячик  
одинаковыми пальцами  
двух рук, «Передаем»  
мячик  
следующим пальцам.

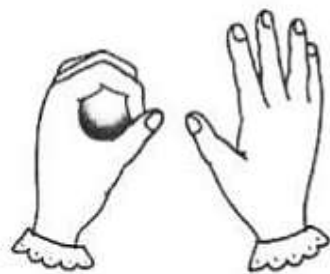




**«МЯЧИК МОЙ НЕ  
ОТДЫХАЕТ - МЕЖДУ  
ПАЛЬЦАМИ ГУЛЯЕТ»**

Удерживаем мячик  
между двумя соседними  
пальцами.





**«МЯЧИК СИЛЬНО  
ПОСЖИМАЮ  
И ЛАДОШКУ ПОМЕНЯЮ»**

Сжимаем мяч в кулаке  
как можно сильнее,  
потом расслабляем кисть.



**В конце можно немного размять мышцы рук.**

**Положите одну руку на стол ладонью вниз, а второй круговыми движениями помассируйте мячом кисть, предплечье и плечо – двигайтесь снизу вверх. Сильно не давите на мяч и будьте осторожны.**



**При ежедневной тренировке мелкой моторики,  
результат не заставит себя ждать!**



**У занятий с массажным мячом есть противопоказания,  
в числе которых: воспаления и повреждения кожи,  
раны, ушибы, переломы и др.**

**Проконсультируйтесь с врачом!**

