

Консультация для родителей «Развиваем мелкую моторику: упражнения с мячиком»

Составила воспитатель МДОБУ «Детский сад № 2»
Огневая Людмила Алексеевна



Для развития речи, внимания и мелкой моторики рекомендуется регулярно делать массаж ладошек малыша и играть с ним в пальчиковые игры. Очень полезны в таких играх массажные мячи. Кроме своих стандартных функций игрового предмета, мячик массирует кончики пальцев ребенка закругленными шипиками, развивая тактильные ощущения и стимулируя точки на ладошках.

Развитая мелкая моторика - это не только ловкие руки, умелые движения и красивый почерк, но и правильная речь ребёнка. 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. Кроме того, такие занятия будут полезны для нормализации тонуса мышц.

Среди эффективных способов развития мелкой моторики рук: игры с маленькими предметами, рисование, рукоделие, пальчиковая гимнастика и массаж, также упражнения с массажным мячом, который можно приобрести в аптеке.

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

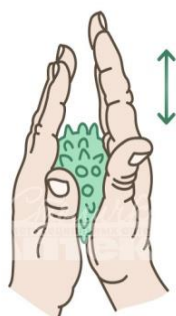
Упражнения с мячом:

1. Покатайте массажный мяч между ладонями вверх и вниз, пальцы важно держать вместе.
2. Круговыми движениями покатайте мяч между ладонями.
3. Возьмите мячик подушечками. Перебирая пальцами, прокручивайте его по направлению от себя.
4. Удерживайте мяч подушечками пальцев обеих рук и надавите ими на мяч 4-6 раз.
5. Снова возьмите мячик подушечками. Перебирая пальцами, прокручивайте его по направлению к себе.
6. Возьмите мячик двумя руками, подкиньте на высоту 20—30 см и поймите его. Повторите несколько раз.

7. Зажмите мяч ладонями, пальцы сцепите над мячом в замок, локти разведите в стороны. Надавите на мяч 4-6 раз.
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.



Развиваем мелкую моторику: упражнения с *мячиком*



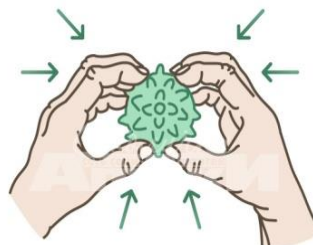
1. Покатайте мяч
вверх-вниз



2. Покатайте мяч
по кругу

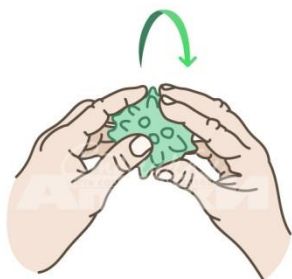


3. Перебирая пальцами,
покрутите мяч от себя

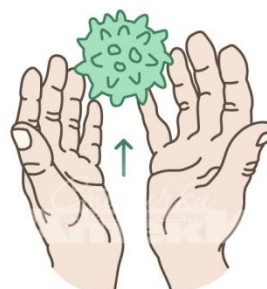


4. Надавите на мяч
подушечками пальцев

Развиваем мелкую моторику: упражнения с *мячиком*



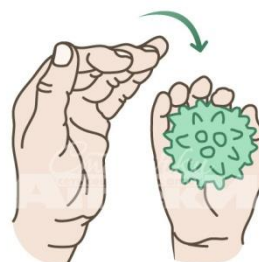
5. Перебирая пальцами, покрутите мяч к себе



6. Подкиньте и поймите мяч



7. Надавите на мяч ладонями



8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую

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.