Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мыщцы рук. В каждом шарике есть *«волшебное»* колечко.

Массаж эластичным кольцом, которое помогает стимулировать работу внутренних органов. Так как все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей и стоп эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.

С помощью шаров – *«ежиков»* с колечками детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Ручной массаж кистей и пальцев рук. Очень полезен и эффективен массаж пальцев и ногтевых пластин кистей. Эти участки соответствуют головному мозгу. Кроме того на них проецируется все тело человека в виде мини-систем соответствия. Поэтому кончики пальцев необходимо массажировать до стойкого ощущения тепла. Это оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека.

**Картотека игр**

по **Су-джок терапии**

1. Массаж Су – Джок шарами (дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом)

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка,

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

2. Массаж пальцев эластичным кольцом. /Дети поочередно надевают массажные кольца на каждый палец, проговаривая стихотворение пальчиковой гимнастики/

Раз – два – три – четыре – пять, /разгибать пальцы по одному/

Вышли пальцы погулять,

Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.

Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.

3. Использование Су – Джок шаров при автоматизации звуков. /ребенок поочередно надевает массажное кольцо на каждый палец, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию поставленного звука Ш/

На правой руке:

Этот малыш-Илюша, *(на большой палец)*

Этот малыш-Ванюша, *(указательный)*

Этот малыш-Алеша, *(средний)*

Этот малыш-Антоша, *(безымянный)*

А меньшего малыша зовут Мишуткою друзья. *(мизинец)*

На левой руке:

Эта малышка-Танюша, *(на большой палец)*

Эта малышка-Ксюша, *(указательный)*

Эта малышка-Маша, *(средний)*

Эта малышка-Даша, *(безымянный)*

А меньшую зовут Наташа. *(мизинец)*

Ребенок катает шарик между ладонями, одновременно проговаривая стихотворение на автоматизацию звука Ж.

Ходит ежик без дорожек,

Не бежит ни от кого.

С головы до ножек

Весь в иголках ежик.

Как же взять его?

4. Использование Су – Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий

Упражнение *«Один-много»*. Воспитатель катит *«чудо-шарик»* по столу ребенку, называя предмет в единственном числе. Ребенок, поймав ладонью шарик, откатывает его назад, называя существительные во множественном числе.

Аналогично упражнения *«Назови ласково»*, *«Скажи наоборот»*

5. Использование Су – Джок шаров для развития памяти и внимания

Дети выполняют инструкцию: надень колечко на мизинец правой руки, возьми шарик в правую руку и спрячь за спину и т. д. ; ребенок закрывает глаза, взрослый надевает колечко на любой его палец, а тот должен назвать, на какой палец какой руки надето кольцо.

6. Использование шариков для звукового анализа слов

Для характеристики звуков используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый. По заданию логопеда ребенок показывает соответствующий обозначению звука шарик.

7. Использование шариков при совершенствовании навыков употребления предлогов

На столе коробка,по инструкции логопеда ребенок кладет шарики соответственно: красный шарик - в коробку; синий – под коробку; зеленый – около коробки; Затем наоборот, ребенок должен описать действие взрослого.

8. Использование шариков для слогового анализа слов

Упражнение *«Раздели слова на слоги»*: Ребенок называет слог и берет по одному шарику из коробки, затем считает количество слогов.

9. Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх,делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

10. СКАЗКА *«Ежик на прогулке»*

Упражнения с шариком массажером Су – Джок

Цель: воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

Оборудование: Су - Джок шарик - массажер.

Жил да был ежик в лесу, в своем домике - норке *(зажать шарик в ладошке)*.

Выглянул ежик из своей норки *(раскрыть ладошки и показать шарик)* и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку *(улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером)* и решил прогуляться по лесу.

Покатился ежик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик, катился - катился и прибежал на красивую, круглую полянку *(ладошки соединить в форме круга)*. Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке *(зажимать шарик между ладошками)*

Стал цветочки нюхать *(прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох)*. Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться,и закапал дождик: кап-кап-кап *(кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика)*.

Спрятался ежик под большой грибок *(ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним)* и укрылся от дождя, а когда закончился дождь,то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб *(показать пальчики)*.

Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много … как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки *(каждый кончик пальчика уколоть шипом шарика)* и довольный побежал домой *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик)*.

11. На поляне, на лужайке /катать шарик между ладонями/

Целый день скакали зайки. /прыгать по ладошке шаром/

И катались по траве, /катать вперед – назад/

От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали, /прыгать по ладошке шаром/

Но напрыгались, устали. /положить шарик на ладошку/

Мимо змеи проползали, /вести по ладошке/

*«С добрым утром!»* - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. /гладить шаром каждый палец/

12. Шла медведица спросонок, /шагать шариком по руке/

А за нею – медвежонок. /шагать тихо шариком по руке/

А потом пришли детишки, /шагать шариком по руке/

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать /нажимать шариком на каждый палец/

И в тетрадочках писать.

13. Ребенок катает щетку между ладонями,приговаривая:

“У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильней, чем ельник,

Вас уколет можжевельник”.

14. Упражнение *«Осень»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Дождик, дождик озорной,

Поиграть пришёл со мной.

Капли весело стучат

Кап-кап-кап.

Листья кружатся, летят,

С ветром поиграть хотят.

Осень в гости к нам пришла.

Непогоду привела. Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.

Сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.

Катаем мяч круговыми движениями между ладонями.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.

15. Упражнение *«Дождик»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Дождик по лесу гулял,

Дождик песню напевал:

Кап-кап, кап-кап-кап.

Всё не кончится никак. Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.

Энергично сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.

16. Упражнение *«В саду»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Это спелый абрикос.

Он в саду на ветке рос.

В сад с корзиной мы пойдём,

Яблок спелых мы наберём.

Не ленись, и помогай,

Собирать нам урожай. Энергично сжимаем мяч обеими руками.

Катаем мяч между ладонями движениями вверх-вниз.

Катаем мяч между ладонями круговыми движениями.

17. Упражнение *«Урожай»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

В огороде много дел.

Урожай у нас поспел.

Помидор и кабачок,

Перец, лук и чесночок.

Свекла, репа, редька, лук.

Много овощей вокруг! Катаем мяч по поверхности стола круговыми движениями.

Попеременно сжимаем мяч то в правой, то в левой руке.

Энергично сжимаем мяч обеими руками.

18. Упражнение *«Колобок»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Пироги испечь хочу.

Руками тесто замешу.

Посильнее разомну.

В колобок превращу.

Испеку я колобок.

Колобок румяный бок. Энергично сжимаем мяч обеими руками.

Катаем мяч по поверхности стола или между ладонями круговыми движениями.

19. Упражнение *«Каравай»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

Месим, месим тесто,

Есть в печурке место.

Испечём мы каравай

Перекладывай, валяй. Энергично сжимаем мяч обеими руками.

Перекладываем то в левую руку, то в правую руку.

20. Упражнение *«Мои руки»*.

Цель:

- развивать ручную умелость и мелкую моторику;

- нормализовать мышечный тонус;

- стимулировать речевые области в коре головного мозга;

- закрепить словарь по лексической теме.

Оборудование: массажные мячики.

В руки мячик я возьму.

Посильней его сожму.

Это – правая рука,

Это – левая рука.

Знаю я наверняка. Движения соответствуют тексту.

21. *«Овощи»*

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,

Дети делают ладошку *«корзиночкой»* и катают шарик

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец.

Дети одевают колечко на пальцы, начиная с большого.

Наша Зина – молодец!

Показывают большой палец.

22. *«Фрукты»*.

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша, просит. *«Ну – кА, скушай!»*

Этот пальчик – ананас,

Дети поочередно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко.

Фрукт для вас и для нас.

Дети катают шарик по ладошке.

23. *«Грибы»*

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

Дети делают ладошку *«корзиночкой»* и катают шарик.

Удивляется мой друг.

*«Сколько здесь грибов вокруг!»*

Показывают удивление, разводят руки в стороны

Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,

Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки найду я на опушке.

Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.

24. *«Поздняя осень»*.

Солнышко греет уже еле – еле,

Перелетные птицы на юг улетели,

Голы деревья, пустынны поля,

Первым снежком принакрылась земля.

Река покрывается льдом в ноябре –

Поздняя осень стоит на дворе.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

25. *«Ягоды»*.

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Запомнил ягоды я наконец. Что это значит?

Поднимают плечи, удивляются.

Я – молодец! Большой палец вытягивают вперед.

26. *«Мебель»*.

Мебель я начну считать.

Кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот сколько мебели назвал.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

27. *«Одежда»*.

Постираю чисто, с толком.

Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Вот устали мои руки!

Встряхивают обе руки.

28. *«Посуда»*.

Девочка Иринка порядок наводила.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Девочка Иринка кукле говорила.

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль, конечно, в солонке!»

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

29. *«Дикие звери зимой»*

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает от лисицы.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Мелькает он среди кустов, напетлял и был таков.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

30. *«Новый год»*

Праздник приближается, ёлка наряжается.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Мы развешали игрушки: бусы, шарики, хлопушки.

А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

31. *«Зимние забавы»*

Что зимой мы любим делать.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься, вниз с горы на санках мчаться.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

32. *«Транспорт»*

Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и самолет,

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Пять пальцев мы в кулак зажмем,

Пять видов транспорта мы назовем.

Дети сжимают пальцы в кулачок.

33. *«Животные жарких стран»*.

За мамой слонихой шагает слоненок,

За крокодилихой – крокодиленок,

За львицей шагает маленький львенок,

За верблюдицей бежит верблюжонок,

За зеброй спешит полосатый зебренок,

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

За кем же торопится каждый ребенок?

Дети катают Су – Джок между ладонями.

34. *«Животные Севера»*

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

35. *«Дикие животные весной»*

Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый,

Смешной медвежонок.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

36. *«Домашние птицы»*.

Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утенок.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

У каждой мамы малыши

Все красивы, хороши!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

37. *«Домашние животные»*.

Довольна корова своими телятами,

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья? Поросятами!

Довольна коза своими козлятами,

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

А я довольна своими ребятами!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

38. *«Перелетные птицы»*.

Тили – тели, тиле – тели,

С юга птицы прилетели!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко.

Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей.

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели!

Дети катают Су – Джок между ладонями.

39. *«Подводный мир»*.

Посмотри скорей вокруг!

Что ты видишь, милый друг.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Здесь прозрачная вода, плывет морской конек сюда,

Вот медуза, вот кальмар, это рыба шар.

А вот расправив восемь ног,

Гостей встречает осьминог.

Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.

40. *«Насекомые»*.

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.

Дети катают Су – Джок между ладонями.

Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.

Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

41. *«Еж»*

Берём 2 массажные шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх,делая по одному движению на каждый ударный слог:

Гладь мои ладошки, ёж!

Ты колючий, ну и что ж!

Потом ребёнок гладит их ладошками со словами:

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить.

42. *«Зайцы»*

На поляне, на лужайке /катать шарик между ладонями/

Целый день скакали зайки. /прыгать по ладошке шаром/

И катались по траве, /катать вперед – назад/

От хвоста и к голове.

Долго зайцы так скакали, /прыгать по ладошке шаром/

Но напрыгались, устали. /положить шарик на ладошку/

Мимо змеи проползали, /вести по ладошке/

*«С добрым утром!»* - им сказали.

Стала гладить и ласкать

Всех зайчат зайчиха-мать. /гладить шаром каждый палец/

43. Шла медведица спросонок, /шагать шариком по руке/

А за нею – медвежонок. /шагать тихо шариком по руке/

А потом пришли детишки, /шагать шариком по руке/

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать /нажимать шариком на каждый палец/

И в тетрадочках писать.

44. Вот помощники мои

Вот помощники мои. *(показать пальцы)*

Их, как хочешь поверни.

По дорожке белой, гладкой

Скачут пальцы, как лошадки.

*(шариком провести по руке, до локтя)*

Чок, чок, чок,

Чок, чок, чок –

Скачет резвый табунок. *(повторить с другой рукой)*

45. *«На лужок»*

На лужок пришли зайчата,

Медвежата, барсучата,

Лягушата и енот. *(поочередно надеваем кольцо на каждый палец)*

На зеленый ты лужок

Приходи и ты, дружок! *(катаем шарик по ладошке)*

46. *«Капустка»*

Мы капустку рубим, рубим, *(ребром ладони стучим по шарику)*

Мы капустку солим, солим, *(подушечками пальцев трогаем шарик)*

Мы капустку трем, трем *(потираем ладошками о шарик)*

Мы капустку жмем, жмем. *(сжимаем шарик в кулачке)*

47. *«Рыбки»*

Рыбки весело резвятся

В чистой тепленькой воде, *(перекидывать шарик из руки в руку)*

То сожмутся, разожмутся,

То зароются в песке, *(сжимать, разжимать шарик в кулачке)*

48. *«Игрушки»*

На большом диване в ряд

Куклы Катины сидят:

Два медведя, Буратино,

И веселый Чиполлино,

И котенок, и слоненок.

*(поочередно катаем шарик Су Джок к каждому пальчику, начиная с большого)*

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате

Мы игрушки сосчитать.

49. Пальчиковая игра *«Черепаха»* *(у детей в руках Су Джок)*.

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Шла большая черепаха

И кусала всех от страха,

*(дети катают Су Джок между ладоней)*

Кусь, кусь, кусь, кусь,

(Су Джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит *«щепоткой»*. Надавливают ритмично на Су Джок, перекладывая из руки в руку).

Никого я не боюсь

*(дети катают Су Джок между ладоней)*.

50. Пальчиковая игра *«Ёжик»*

Упражнение выполняется сначала на правой руке, затем на левой.

Ёжик, ёжик, хитрый ёж,

на клубочек ты похож. *(дети катают Су Джок между ладонями)*

На спине иголки *(массажные движения большого пальца)*

очень-очень колкие. *(массажные движения указательного пальца)*

Хоть и ростом ёжик мал, *(массажные движения среднего пальца)*

нам колючки показал, *(массажные движения безымянного пальца)*

А колючки тоже *(массажные движения мизинца)*

на ежа похожи *(дети катают Су Джок между ладонями)*.

51.»Руки»

Эта ручка – правая Шарик на правой ладони

Это ручка – левая Шарик на левой ладони

Я на мячик нажимаю Зажать шарик между ладонями

И зарядку делаю:

Будет сильной правая Сжать в правом кулаке

Будет сильной левая Сжать в левом кулаке

Будут ручки у меня – ловкие, умелые. Катать мячик между ладонями

52. Самомассаж шариком **Су-джок**.

1, 2, 3, 4, 5!

Буду шарик я катать.

По ладошке прокачу

И ее пощекочу.

Шар по кругу я катаю

И ладошку разминаю.

И по пальцам прокачу

Каждый я пощекочу.

Вверх-вниз, вверх-вниз,

Шар по пальчику катись.

Сильно шарик я сожму,

Подержу и разожму.

53. Массаж ладоней

Ежик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.

Если будем с ним играть —

Ручки будем развивать.

Ловкими станут пальчики,

Умными — девочки, мальчики.

Ежик нам ладошки колет,

Руки нам готовит к школе.

54.Материал из книги: "Игры с мячом"

Т. А. Воробьева, О. И. Крупенчук

КОМПЛЕКС *«РАЗМИНКА»*

Мячик сильно посжимаю

И ладошку поменяю. Сжимать мячик правой рукой, затем левой.

*«Здравствуй, мой любимый мячик!»*

Скажет утром каждый пальчик.

Удержать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем.

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает.

Крепко сжать мяч указательным и большим пальцем.

Только брату отдает:

Брат у брата мяч берет.

Передать мяч, удерживаемый большим и указат. пальцами, в соответствующие пальцы левой руки.

Два козленка мяч бодали

И другим козлятам дали.

Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д.

По столу круги катаю,

Из-под рук не выпускаю.

Взад-вперед его качу;

Вправо-влево — как хочу.

Катать мяч ладошкой правой руки вправо-влево, назад – вперед.

Танцевать умеет танец

На мяче мой каждый палец.

Катать мяч кончиками пальцами правой руки: указательным, средним, безымянным и мизинцем.

Мячик пальцем разминаю,

Вдоль по пальцам мяч гоняю.

Катать мяч всей длинной пальцев правой руки.

Мячик мой не отдыхает —

Между пальцами гуляет.

Удерживать мяч между указательным и средним пальцами, средним и безымянным пальцами, безымянным и мизинцем.

Поиграю я в футбол

И забью в ладошку гол.

Ладошками отбивать мяч.

Сверху левой, снизу правой

Я его катаю — браво.

Левой ладошкой катать мяч по правой ладони.

Поверну, а ты проверь —

Сверху правая теперь!

Правой ладошкой катать мяч по левой ладони.

55. Упражнения из книги Ермаковой И. А. "Развиваем мелкую моторику малышей"

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.

2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.

3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд *(как будто закручиваете крышку)* .

4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч *(4—6 раз)* .

5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад *(как будто открываете крышку)* .

6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.

7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч *(4—6 раз)*.

8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

[+❤ В Мои закладки](javascript:void(0);)