

Консультация для родителей по вопросам профилактики нарушений ОДА

Игры с массажными мячиками

Игры с массажными мячиками развивают мышечную активность ребёнка и отлично подходят для занятий рефлексотерапией и разными видами гимнастики.

Игры с массажными мячиками.

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 указательным 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 катая,
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!

«Ежик»

И.п. — сидя на ковре или стуле, под правой стопой массажный мяч любого диаметра, спина прямая.

Этот мячик так хороший! (Катать стопой мяч вперед-назад.)

Он на ежика похож.

Буду ножки укреплять (катать мяч стопой по кругу) —

Мячик ножками катать. Выполнить то же другой ногой.

Катание массажного мяча стопой (захватить пальцами ног).

«Обезьянки»

Дети лежат на спине. Захватывают пальцами ног мяч, поднимают ноги и передают мяч в руки.

Упражнения нужно делать ежедневно. Только тогда появятся желанный результат.

Будьте здоровы!