

Активные точки на ладони и пальцах



Самомассаж ладоней колючими шарами

Осень шагает в желтом пальтишке
(«шагают» пальчиками по поверхности стола)

С кедров сшибает бурые шишки.
(крепко сжимают мяч в ладони)

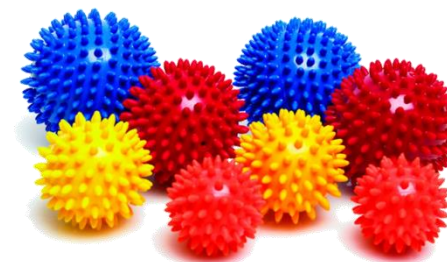
МБДОУ «Детский сад № 31 комбинированного вида»
город Гатчина

БУКЛЕТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Пальчиковые игры и упражнения с массажными мячами»

«Источник знаний находится на кончиках пальцев»

В.А. Сухомлинский



Подготовила:
Учитель-дефектолог
Савина Марина Сергеевна

Дорогие и уважаемые родители!

Ниже Вам предлагаются рекомендации и игры на развитие мелкой моторики.

Пальчиковые игры и упражнения с массажными мячами:

- ✓ воздействует на биологически активные точки, находящиеся на поверхности ладоней
- ✓ способствует закаливанию организма ребенка, развитию мелкой моторики рук
- ✓ пупырчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение
- ✓ Массажный мячик эффективное средство расслабления мышц
- ✓ положительно оказывает влияние на самочувствии в целом и улучшает работу мозга

Способствуют развитию у детей:

- ✓ речи
- ✓ внимания
- ✓ памяти
- ✓ мышления
- ✓ воображения
- ✓ пространственных представлений
- ✓ эмоциональной выразительности
- ✓ навыков счета



Этот шарик не простой
Весь колючий он такой.
Меж ладошками кладём
Им ладошки разотрём.
Вверх и вниз его катаем
Свои ручки развиваем!
Можно шар катать по кругу
Перекидывать друг другу.
1, 2, 3, 4, 5 -
Всем пора нам отдыхать!
(Движения соответствуют тексту)

Самомассаж ладоней колючими шарами

*Сливу я держу в руке,
Зажимаю в кулаке,
Опускаю, разжимаю
И ладошками катаю.*

(движения соответствуют тексту)

Самомассаж ладоней колючими шарами

Мы капусту рубим, рубим, (*ребром ладони стучат по мячику*)

Мы капусту солим, солим, (*подушечки пальцев трогают мячик*)

Мы капусту трем, трем, (*потирают пальцами о мячик*)

Мы капусту жмем, жмем. (*Сжимают мяч в кулачке*)



Мы возьмём в ладошки
"Ёжик"
(берём мячик)

И потрём его слегка.
(держим в одной руке, другой гладим)

Разглядим его иголки,
(поменяли руки, делаем тоже самое)

Помассируем бока.
(катаем между ладошек)

