**Консультация для родителей детей дошкольного возраста  
«Массажный мяч»**

***Упражнения с массажными мячиками для детей –***хорошая гимнастика для пальчиков, улучшает кровообращение, тонизирует мелкие мышцы на руках.

Одним из способов развития моторики и речи являются упражнения с массажными мячиками. Играть с «ёжиками» можно с раннего возраста.  Вот упражнения для самых маленьких.

Перед тем, как проводить с детьми или одним ребенком комплекс представленных упражнений, необходимо познакомить их с названием частей ладони и пальцев.

***Так же помнить об ограничениях:***

Гимнастика с использованием массажного мячика противопоказана при наличии:

* Индивидуальной аллергии на поливинилхлорид.
* Нефиксированных деформаций ступней и пальцев.
* Открытых, гноящихся ран на стопах.

Массажный мячик — эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Ребристая игольчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Массажный мячик ускоряет капиллярный кровоток, уменьшает венозный застой и повышает кожно-мышечный тонус. Закруглённые массажные шипы на поверхности мячика воздействуют на биологически-активные зоны кожи головы, туловища и конечностей, способствуют улучшению состояния всего организма. Массажный мяч положительно сказывается на развитии детей. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду малыша, стимулируя его психомоторное развитие.

— Катаем вверх — вниз; вправо — влево; по кругу по ладошке; по каждому пальчику;

— Крутим пальчиками, придерживая (по часовой и против часовой стрелки);

— Мнем в ладошках; мнем подушечками пальчиков;

— Подкидываем (несильно) и ловим;

— Перекидываем — перекатываем из одной руки в другую;

— Катаем ладошкой шарик по столу либо другой твердой поверхности.

Желательно чередовать более мягкий и твердый мячики, большой и маленький, с разными колючками.

***Игры на развитие общей (крупной) моторики:***

— Рукой водим по стопе ребенка (либо он сам) — упражнения такие же, как и при выполнении игр для мелкой моторики.

***Развитие речи:***

*Комплекс «Разминка» с малыми мячами:*

Мячик сильно посжимаю и ладошку поменяю.

«Здравствуй, мой любимый мячик!» —

Скажет утром каждый пальчик.

Крепко мячик обнимает, никуда не выпускает.

Только брату отдает, брат у брата мяч берет!

Два козленка мяч бодали и другим козлятам дали.

По столу круги катаю, из-под рук не выпускаю.

Взад — вперед его качу, вправо-влево — как хочу.

Танцевать умеет танец на мяче мой каждый палец.

Мячик пальцем разминаю, вдоль по пальцам мяч гоняю.

Мячик мой не отдыхает – между пальцами гуляет!

Поиграю я в футбол и забью в ладошку гол.

Сверху левой, снизу правой — я его катаю, браво!

*Упражнения с массажным средним мячом:*

***«Игра с ёжиком»***

Ёжик выбился из сил — яблоки, грибы носил.

Мы потрем ему бока — надо их размять слегка.

А потом погладим ножки, чтобы отдохнул немножко.

А потом почешем брюшко, пощекочем возле ушка.

Ёж в лесочек убежал, нам спасибо пропищал.

(жалеем ёжика — гладим, трем бока, разминаем, чешем, щекочем, катаем по столу с нажимом)

***«Мячик»***

Я мячом круги катаю, назад - вперед его гоняю,

Им поглажу я ладошку, а потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму и другой рукой начну.

А теперь последний трюк- мяч летает между рук!

(движения соответствуют тексту)

***«Будь здоров!»***

Чтоб здоров был пальчик наш, сделаем ему массаж.

Посильнее разотрём и к другому перейдём.

(Прокатывать шарик между ладонями, затем к каждому пальцу на правой и левой руке)

***«Шарик пальчиком катаю»***

Шарик пальчиком катаю.

Ловкость пальцев проверяю.

Ты колючий шарик мой.

Подружись сейчас со мной!

(Шарик на ладони катать каждым пальчиком)