

# КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ С МАССАЖНЫМ МЯЧОМ



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «КОЛЮЧИЙ ЁЖ»

**Цель:** развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

**ГЛАДЬ МОИ ЛАДОШКИ, ЁЖ!  
ТЫ КОЛЮЧИЙ, НУ И ЧТО Ж?  
Я ХОЧУ ТЕБЯ ПОГЛАДИТЬ!  
Я ХОЧУ С ТОБОЙ ПОЛАДИТЬ!**

(Катаем мячик между ладошками, гладим его, дотрагиваемся пальцами до отдельных «колючек». Можно катать стопой по полу, заменив "ладошки" на "ножки", делать массаж тела, называя всё соответственно)



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «МЯЧИК»

*Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.*

**Я МЯЧОМ КРУГИ КАТАЮ  
ВЗАД-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.*



## МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

### «ИГРА С ЕЖИКОМ»

*Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику*

ЕЖИК 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.  
ЕЖ В ЛЕСОЧЕК УБЕЖАЛ,  
НАМ «СПАСИБО» ПРОПИЩАЛ.



Жалеем ежика - гладим,  
трем ему бока, размина-  
ем, чешем, щекочем,  
катаем по столу с нажи-  
мом, когда показываем,  
как он убежал.

# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «ЁЖИК И МЫШКИ»

*Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности.*

**ХОДИТ ЁЖИК БЕЗ ДОРОЖЕК  
ПО ЛЕСУ, ПО ЛЕСУ  
И КОЛЮЧКАМИ СВОИМИ  
КОЛЕТСЯ, КОЛЕТСЯ.  
А Я ЁЖИКУ – ЕЖУ,  
ТУ ТРОПИНКУ ПОКАЖУ,  
ГДЕ КАТАЮТ МЫШКИ  
МАЛЕНЬКИЕ ШИШКИ.**



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «КОЛКИЕ ИГОЛКИ»

✿ **Цель:** развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

✿ У СОСНЫ, У ПИХТЫ, ЁЛКИ  
ОЧЕНЬ КОЛКИЕ ИГОЛКИ.  
✿ НО ЕЩЁ СИЛЬНЕЙ, ЧЕМ ЕЛЬНИК,  
✿ ВАС УКОЛЕТ МОЖЖЕВЕЛЬНИК!

✿ Ребёнок катает мяч между ладонями движениями  
вверх-вниз сначала медленно, затем увеличивает  
темп и приговаривает.



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «ИСПЕЧЁМ МЫ КАРАВАЙ»

**ЦЕЛЬ:** РАЗВИВАТЬ РУЧНУЮ УМЕЛОСТЬ И МЕЛКУЮ МОТОРИКУ.

**МЕСИМ, МЕСИМ ТЕСТО** (СЖИМАЕМ МАССАЖНЫЙ МЯЧ В ПРАВОЙ РУКЕ)

**ЕСТЬ В ПЕЧИ МЕСТО** (ПЕРЕКЛАДЫВАЕМ В ЛЕВУЮ РУКУ И СЖИМАЕМ)

**ИСПЕЧЕМ МЫ КАРАВАЙ** (НЕСКОЛЬКО РАЗ ЭНЕРГИЧНО СЖИМАЕМ МЯЧ ОБЕИМИ РУКАМИ)

**ПЕРЕКЛАДЫВАЙ, ВАЛЯЙ.** (КАТАЕМ МЯЧ ЛАДОШКАМИ)



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

«ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ»

*Цель: развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.*

**ЭТОТ ШАРИК НЕ ПРОСТОЙ  
ВЕСЬ КОЛЮЧИЙ ВОТ ТАКОЙ.  
МЕЖ ЛАДОШКАМИ КЛАДЕМ  
ИМ ЛАДОШКИ РАЗОТРЕМ.  
ВВЕРХ И ВНИЗ ЕГО КАТАЕМ  
СВОИ РУЧКИ РАЗВИВАЕМ!  
МОЖНО ШАР КАТАТЬ ПО КРУГУ,  
ПЕРЕКИДЫВАТЬ ДРУГ ДРУГУ.  
РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ  
НАМ ПОРА И ОТДЫХАТЬ!**

*Движения соответствуют тексту.*



# МАССАЖ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНОГО МЯЧИКА

## «ОРЕХ»

**Цель:** развивать ручную умелость и мелкую моторику; формировать навыки выразительности, пластичности в движении.

**ПРОКАЧУ Я СВОЙ ОРЕХ  
ПО ЛАДОНЯМ СНИЗУ ВВЕРХ,  
А ПОТОМ ОБРАТНО,  
ЧТОБ СТАЛО МНЕ ПРИЯТНО.  
Я КАТАЮ МОЙ ОРЕХ,  
ЧТОБЫ СТАЛ КРУГЛЕЕ ВСЕХ.  
ВОКРУГ ЗЕМЛИ ЛУНА ЛЕТАЕТ,  
А ВОТ ЗАЧЕМ – САМА НЕ ЗНАЕТ.**

**Движения соответствуют тексту.**

