

Картотека игр
с массажными мячиками
для детей
раннего возраста



Упражнения с массажными мячиками

Массажный мячик предназначен для микро массажа. Шипы на его поверхности при перекатывании воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови и стимулируют кровообращение. Игры с массажными мячиками можно проводить как по телу малыша, так и используя только ручки. Эти мячики легко умещаются в детской ладошке, что позволяет с ними весело играть и развивать мелкую моторику рук.



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 пальцами,
затем средним и большим, безымянным и большим,
мизинцем и большим пальцами)

Крепко мячик обнимает,

Никуда не выпускает

(крепко сжать мяч указательным и большим
пальцами)

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 мяч указательными
пальцами правой и левой руки,
затем средними 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 пальцев правой
руки: указательным, средним,
безымянным и мизинцем)



Мячик мой не отдыхает -
Между пальцами гуляет.
(удерживать мяч между указательным
и средним пальцами,
средним и безымянным,
безымянным и мизинцем)



Поиграю я в футбол
И забью в ладошку ГОЛ.
(ладошками отбивать мяч)



Сверху левой, снизу правой
Я его катаю - БРАВО!
(левой ладонькой катать мяч
по правой ладошке)
Поверну, а ты проверь -
Сверху правая теперь!



Тише, мяч, не торопись,
Ты по ручкам прокатись,
Ты по ножкам прокатись,
И обратно возвратись.
(движения соответствуют тексту)



Я мячом круги катаю,
Взад-вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку,
А потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму
И другой рукой прижму.
А теперь последний трюк -
Мяч летает между рук.
(движения соответствуют тексту)



Мячик-ежик мы возьмем,
(берем массажный мячик)

Покатаем и потрем.

(катаем между ладошек)

Вверх подбросим и поймаем,
(можно просто поднять мячик вверх)

И иголки посчитаем.

(пальчиками одной руки нажимаем на шипики)

Пустим ежика на стол,

(кладем мячик на стол)

Ручкой ежика прижмем

(ручкой прижимаем мячик)

И немножко покатаем

(ручкой катаем мячик)

Потом ручку поменяем

(меняем ручку и тоже катаем мячик)



«Ежика» в руки нужно взять,
(берем массажный мячик)

Чтоб иголки посчитать.

(катаем между ладошек)

Раз, два, три, четыре, пять!

(пальчиками одной руки
нажимаем на шипики)

Начинаем счет опять.

(перекладываем мячик в другую руку)

Раз, два, три, четыре, пять!

(пальчиками другой руки
нажимаем на шипики)



Мы возьмём в ладошки «Ежик»
(берем массажный мячик)
И потрем его слегка,
(в одной ручке держим мячик, другой
проводим по нему)
Разглядим его иголки,
(меняем ручку, делаем тоже самое)
Помассируем бока.
(катаем между ладошек)



«Ежика» я в руках кручу,
(пальчиками крутим мячик)
Поиграть я с ним хочу.
Домик делаю в ладошках –
(прячем мячик в ладошках)
Не достанет его кошка.
(прижимаем ладошки к себе)



Месим, месим тесто
(сжимаем массажный мячик в одной
руке)

Есть в печке место
(перекладываем и сжимаем мяч
другой рукой)

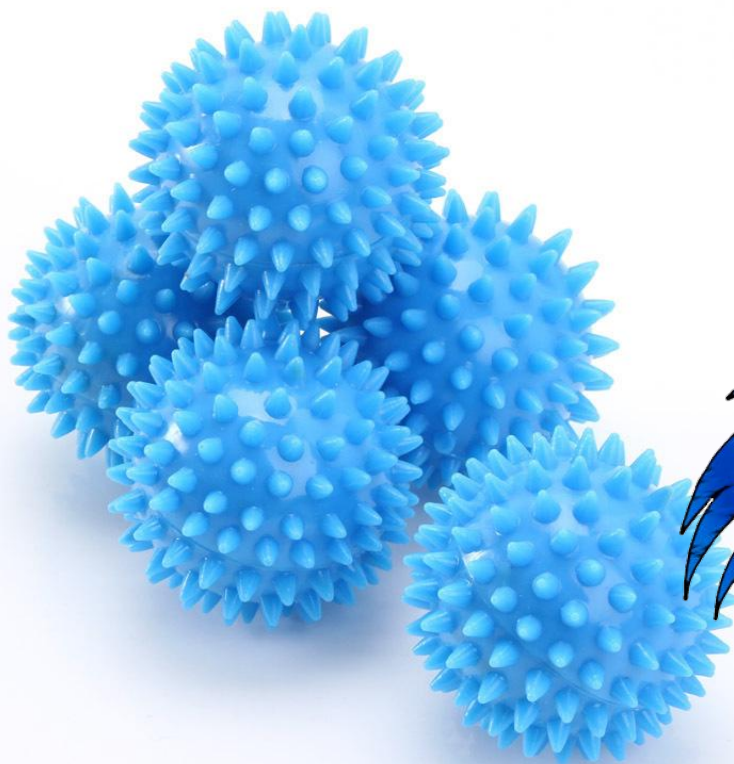
Я для милой мамочки
(сжимаем мяч двумя руками
несколько раз)

Испеку два пряничка
(катаем мяч между ладонями)



Орех

Я катаю свой орех
По ладоням снизу вверх.
А потом обратно,
Чтоб стало мне приятно.
Я катаю свой орех,
Чтобы стал круглее всех.
(движения соответствуют тексту)



Иголки

У сосны, у пихты, елки
Очень колкие иголки.
Но еще сильнее чем ельник
Вас уколёт можжевельник.
(катаем мяч между ладонями,
по запястью, ножкам и т.д.
сначала медленно,
потом ускоряя темп)



Непростой шарик

Этот шарик не простой,
Весь колючий, вот такой!
Меж ладошками кладем,
Им ладошки разотрем.
Вверх-вниз его катаем,
Свои ручки развиваем.
(движения соответствуют тексту)



Ёжик

Катится колючий ежик,
(катать мяч)
Нет ни головы, ни ножек,
Мне по пальчикам
(по ножкам-ручкам вниз/
по спинке вверх) бежит
И пыхтит, пыхтит, пыхтит.
Бегает туда-сюда,
Мне щекотно, да, да, да!
Уходи колючий еж,
В темный лес, где ты живешь!



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,
Щекочем возле ушка.

Еж по тропке убежал,
Нам «Спасибо!» пропищал
(все движения выполняются в
соответствии с текстом, ежика гладим,
чешем щекочем. на слова « по тропке
убежал» мячик можно катать по столу,
коленкам)



Гладь мои ладошки, еж!
Ты колючий, ну и что ж?
Я хочу тебя погладить,
Я хочу с тобой поладить.
Ваш малыш уже подрос!

(прокатываем мяч между ладошками,
можно катать стопой, массажировать
любую часть тела, заменяя слова в
тексте)



Ежик-непоседа на месте не сидит
Ежик-непоседа ладошку веселит!
(выполняем круговые движения мячом
между ладошками)

Веселиться любит ежик,
Сколько сделал он дорожек!
(прокатываем мяч
в ладонях вперед-назад)

Ладошка-ладошка,
Помни ежа немножко,
Если будет он кататься,
Тебе захочется смеяться!
(сжимаем мяч в ладонях)



По тропинке, по дорожке
(слегка ударять мячиком по столу с
продвижением вперед)

Топают к нам чьи-то ножки.

Это ежик, посмотри,
(правой рукой катаем мячик в ладошках,
пальцы широко)

К нам пробрался из глуши.
(растопырить)

По столу всласть находился
(левой рукой катаем по столу мяч круговыми
движениями)

И в ручей потом свалился
(перекидываем из руки в руку)

Уколоть он нас решил
(катаем по тыльной стороне левой/правой
кисти)

Только понял - нету сил.



Он пофыркал,
с пальцев слез
(подержать в левой
ладонке, переложить в
правую ладонь)
И ушел обратно в лес
(правой рукой слегка
ударять мячиком по столу
с продвижением вперед)

(Упражнение выполняется
сначала на правой руке, затем на левой)

Ежик-ежик, хитрый еж,
На клубочек ты похож.
(катаем мяч между ладонями)

На спине иголки
(массажные движения большого пальца)

Очень-очень колкие.
(массажные движения указательного пальца)

Хоть и ростом ежик мал
(массажные движения среднего пальца)

Нам колючки показал,
(массажные движения безымянного пальца)

А колючки тоже
(массажные движения мизинца)

На ежа похожи.
(катаем между ладонями)

