

## **Игры и занятия с колючим массажным мячиком и Су-Джок терапия для детей раннего возраста**



**Выполнила:  
учитель-дефектолог  
Рябчикова Н.Г.**

Массажный мячик – эффективное средство развития кистей рук ребёнка, движений пальчиков, разработки мышц. Игольчатая поверхность мячика воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Данный мячик улучшает капиллярный кровоток, сокращает венозный застой, повышает кожно-мышечный тонус. Округленные массажные шипы на поверхности воздействуют на биологически активные зоны конечностей, влияют на общее состояние организма. Массажный мячик оказывает положительное влияние на развитие малыша. Забавная упругая игрушка развивает сенсорную среду, стимулируя психомоторное развитие ребенка.

Для детей раннего возраста моторное развитие является важным элементом общего развития. Работа пальчиков рук является показателем благоприятного физического, а так же нервно-психического развития малыша.

### ***Упражнения с массажным мячиком:***

1. Катание вверх-вниз, вправо-влево, круговые движения рук, по каждому пальчику.
2. Крутим по кончикам пальцев по часовой стрелке и в обратном направлении.
3. Зажимаем в ладонях, зажимаем подушечками пальцев.
4. Невысоко подкидываем и стараемся поймать в ручки.
5. Перекладываем из одной руки в другую.
6. Катаем ладонью по твердой поверхности.

*Можно подбирать мячики разных размеров и плотности, выполнять от 1 до 3 раз в день.*

### ***Развитие речи ребенка.***

#### ***Игровая разминка с маленьким мячиком:***

Мячик сильно я сжимаю и ладошку поменяю.

«Здравствуй, мой хороший мячик!» - Скажет каждый пальчик.

Мячик крепко обнимает и никуда не отпускает.

Только братцу отдает: брат у брата мяч берёт.

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

Взад-вперед его качу и вправо-влево как хочу.

Танцевать сумеет танец на мяче мой каждый палец.

Пальчиком мяч разминаю, вдоль по пальчикам гоняю, мячик наш не отдыхает между пальчиками гуляет.

Поиграем мы в футбол и забьем в ладошку гол, сверху левой, снизу правой мы катаем мячик – Bravo!

#### ***Игровые упражнения со средним мячиком:***

##### ***«Играем с ёжиком»***

Ёжик выбился из сил – Яблочки, грибы носил,

Мы ему потрём бочка – Надо их помять слегка. (Гладим мячик).

А затем погладим ножки, чтобы отдохнул немножко. (Мнём мячик).

А потом почешем брюшко, защекочем под ушком. (Подушечками пальцев чешем мячик).

Ёж в лесок убежал, нам «спасибо» он сказал. (Катаем ладонью по столу).

##### ***«Колючие иголки»***

У сосенки и ёлки колючие иголки.

Но ещё сильней, чем ельник, вас уколёт можжевельник.

(Мяч перекачивается между ладошек вверх-вниз, с увеличением темпа от медленного к быстрому).

## **«Шарик»**

Этот шарик не простой, а колючий вот какой  
Между ладошками кладём, им ладошки мы потрём.  
Вверх и вниз его катаем, наши ручки развиваем.  
Можно шар катить по кругу, передавать его друг другу.  
Раз, два, три, четыре, пять нам пора отдыхать.

### **Комплекс упражнений для рук**

#### **Упражнение 1**

*Описание упражнения.* Ладонку сделать “лодочкой”. В неё вложить маленький мячик. С силой, насколько возможно, сжать ладонку с мячиком. Затем ладонку разжать. На руке должны остаться вмятинки от колючек мячика. Следить за тем, чтобы ребенок старался сжимать мячик одной рукой. Упражнение повторить 8-10 раз одной рукой, потом тоже повторить другой рукой.

*Примечание.* Чтобы ребенок понял, с какой силой необходимо сжимать мячик, взрослый сначала помогает выполнить упражнение, демонстрируя ребенку как сжать мяч, и показывает вмятинки на ладонке от колючек мячика. Затем ребенок учится выполнять самостоятельно.

#### **Упражнение 2**

Локоть левой руки прижать плотно к себе, кисть руки развернуть ладонкой вверх. Пальцы плотно сомкнуты между собой. Положить на ладонку мячик, второй рукой накрыть мячик. Пальцы верхней ладонки плотно сжаты между собой. Производить движения верхней ладонкой вперед-назад по длине всей ладони. Следить, чтобы во время выполнения этого упражнения у ребенка не поднималось плечо. То же повторить другой рукой.

*Примечание.* Упражнение выполнять не торопясь, с хорошей амплитудой движения.

#### **II вариант**

Упражнение проводится, когда мячик катают по тыльной стороне ладони. При этом ладонка лежит на столе, тыльной стороной кверху.

### **Упражнение для ног**

#### **I вариант**

Снять с ног обувь. Мячик положить на пол. Одну ногу положить сверху мячика. Другая нога стоит плотно на полу. Сесть ровно, спину прижать к спинке стульчика. Катать мячик ногой вперед-назад, не торопясь. Затем, то же движение выполняется другой ногой.

*Примечание.* Это упражнение можно выполнять двумя ногами, катая мячик поочередно, либо обеими ногами одновременно.

#### **II вариант**

Снять с ног обувь. Мячик положить на пол. Сесть ровно, спину прижать к спинке стульчика. Одну ногу поставить сверху мячика. Другая нога стоит плотно на полу. Сесть ровно, спину прижать к спинке стульчика. Делать круговые движения одной ногой, затем другой.

Упражнение выполняется в медленном темпе с хорошей амплитудой движения.

*Примечание.* Это упражнение можно выполнять двумя ногами сразу же либо поочередно, либо обеими ногами одновременно.

### ***Су-джок терапия***

Данный вид терапии выступает одним из эффективных приемов нетрадиционного обучения, который обеспечивает развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер малыша, а также в целом благоприятно воздействует на весь организм. В переводе: Су – кисть, Джок – стопа.

#### ***Автоматизация звуков***

Кольцо поочередно надевается на пальцы сначала правой руки, затем левой. При этом проговаривается стихотворение:

*Для правой руки:*

Этот малыш – Илюша,  
Этот малыш – Ванюша,  
Этот малыш – Алеша,  
Этот малыш – Антоша,  
А этот меньшой малышка – шалунишка Мишка.

*Для левой руки:*

Эта малышка – Танюша,  
Эта малышка – Ксюша,  
Эта малышка – Маша,  
Эта малышка – Даша,  
А меньшую зовут Наташка.

Шарик мы ладошкой «стук», повторяем в слове звук (шипим,  
Шарик мне назад верни, слово верно повтори (шар,  
Звук ты верно назови, шарик в ручке покрути (шипим).

*Использование шарика при назывании предлогов:*

Сначала педагог показывает шарик и называет предлоги: шарик в коробке, шарик над коробкой, шарик под коробкой, шарик около коробки. Затем ребенок по просьбе взрослого показывает расположение шарика: над, под, в, около.

#### ***Использование шарика Су-джок для развития моторики:***

1. Ладонь расправлена, требуется удержать шарик на ладони каждой руки.
2. Ладонь расправлена, удерживаем шарик, прижимая сверху ладонью правой руки, и наоборот.
3. Сжимаем и разжимаем шарик в ладони.
4. Надавливаем пальчиками каждой руки на иголки.
5. Удерживаем шарик тремя пальчиками (большой, указательный, средний).
6. Катаем шарик между ладонями.
7. Подбрасываем шарик невысоко и пробуем поймать.
8. Кольцо прокатываем по пальцу каждой руки.

#### ***Игры с колечком из шарика Су-джок:***

##### **«Мальчик-пальчик»**

Мальчик-пальчик, где ты был? (надеваем кольцо Су-джок на большой палец)

С этим братцем в лес ходил, (надеваем кольцо Су-джок на указательный палец)

С этим братцем щи варил, (надеваем кольцо Су-джок на средний палец)  
С этим братцем кашу ел, (надеваем кольцо Су-джок на безымянный палец)  
С этим братцем песни пел (надеваем кольцо Су-джок на указательный палец).

#### **«Пальчики»**

Этот пальчик - в лес пошёл (надеваем кольцо Су-джок на мизинец)  
Этот пальчик - гриб нашёл (надеваем кольцо Су-джок на безымянный палец)  
Этот пальчик - занял место (надеваем кольцо Су-джок на средний палец)  
Этот пальчик - ляжет тесно (надеваем кольцо Су-джок на указательный палец)

Этот пальчик - много ел, оттого и растолстел (на большой палец).

#### **«Черепашка»**

Шла большая черепаха и кусала всех от страха (дети катают Су-джок между ладоней)

Кусь, кусь, кусь, кусь (Су-джок между большим пальцем и остальными, которые ребенок держит «щепоткой»). Надавливают ритмично на Су-джок, перекладывая из руки в руку)

Никого я не боюсь (дети катают Су Джок между ладоней).

#### **«Рубим капусту»**

Мы капусту рубим-рубим (постукиваем ребром ладони по мячику)  
Мы капусту солим, солим (подушечками пальцев трогаем шарик)  
Мы капусту трем, трем (потираем ладошками о шарик)  
Мы капусту жмем, жмем (сжимаем шарик в кулачке)

#### **«Игрушки»**

На большом диване в ряд куклы Катины сидят: (дети катают Су-джок между ладоней)

Два медведя, Буратино, и веселый Чиполлино, и котенок, и слоненок (поочередно катаем шарик Су-Джок к каждому пальчику, начиная с большого)

Раз, два, три, четыре, пять.

Помогаем нашей Кате мы игрушки сосчитать (дети катают Су -джок между ладоней).

#### **«Ежик»**

Берем 2 массажных шарика и проводим ими по ладоням ребёнка (его руки лежат на коленях ладонями вверх)

Гладь мои ладошки, ёж! Ты колючий, ну и что ж! (Затем ребёнок гладит шарики ладошками, сопровождая словами педагога) Я хочу тебя погладить, я хочу с тобой поладить.

#### **«Зверята»**

На поляне, на лужайке (катаем шарик между ладонями)  
Целый день скакали зайки (прыгаем по ладошке шаром)  
И катались по траве, от хвоста и к голове (катаем вперед – назад)  
Долго зайцы так скакали, (прыгаем по ладошке шаром)  
Но напрыгались, устали. (положили шарик на ладошку)

Мимо змеи проползали, (водим по ладошке)

«С добрым утром!» - им сказали.

Стала гладить и ласкать всех зайчат зайчиха-мать (гладим шаром каждый палец).

### **«Медведица»**

Шла медведица спросонок, (прыгаем шариком по руке)

А за нею - медвежонок (легонько прыгаем шариком по руке)

А потом пришли детишки, (прыгаем шариком по руке)

Принесли в портфелях книжки.

Стали книжки открывать (нажимаем шариком на каждый палец)

И в тетрадочках писать.