

Сенсорное развитие детей массажными мячами.

Кто из нас не задумывался над тем, чтобы заняться развитием своего ребенка? Вы наверняка слышали о массажных мячах различных по размеру, текстуре. Мы тоже заинтересовались ими из-за положительных отзывов от педиатров.

Что же это за мячи и чем они полезны?

По утверждениям многих ведущих специалистов для развития речи, внимания и мелкой моторики рекомендуется регулярно делать массаж ладошек малыша и играть с ним в пальчиковые игры. В этом мы можем подчеркнуть пользу, в таких играх, массажных мячей. Кроме своих стандартных функций игрового предмета, мячик массирует кончики пальцев ребенка закругленными шипиками, развивая тактильные ощущения и стимулируя точки на ладошках.

Итак, массажные мячики для детей могут быть двух основных типов:

- большие надувные мячи диаметром 50-70 см, или так называемые фитболы;
- маленькие круглые изделия диаметром 5-7 см с шипами.

Первая разновидность похожа на мячи, которые вы видели в спортзалах. Принцип их применения для детей мало чем отличается: ребенка кладут на поверхность мяча, выполняя различные упражнения, чередующиеся с ручным массажем ручек и ножек, спинки и животика.

Вторая разновидность массажных мячиков – шипованные изделия из пищевого силикона или резины. Это и есть классические мячи для физиотерапии в традиционном понимании. Их рекомендует большинство педиатров как эффективное, доступное и недорогое средство для раннего развития ребенка.



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 венозную 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.

Как заниматься?

Не знаете, как делать массаж ребенку с помощью резинового ежика? Суть упражнений очень проста: необходимо не спеша и аккуратно перекатывать мячик своей рукой по телу крохи. Сильно давить не нужно. Главное – воздействовать на его тело так, чтобы стимулировать ключевые зоны, отвечающие за развитие головного мозга: катать мячиком по ладошкам и ручкам, начиная с кончиков пальцев и заканчивая локтевым суставом; совершать круговые движения по внутренней поверхности стоп; перекатывать мячик по спинке круговыми массирующими движениями.

Ладони и стопы нужно массировать обязательно, уделяя особое внимание этим участкам. У детей стимуляция пальчиков рук и ног способствует развитию участков мозга, ответственных за интеллект, речь, аналитическое мышление и логику, а также творческие способности. У детей головной мозг работает столь же активно и в левом, и в правом полушарии. Воздействуя на рефлекторные точки рук и ног, вы одновременно развиваете и интеллект, и воображение.

Предлагаем Вашему вниманию игры с массажными мячами.

Гладь мои ладошки, еж!

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 "ладони" на "ножки", делать массаж тела, называя все соответственно)



Испечем мы каравай

Месим, месим тесто,

(Сжимаем мяч, мяч в правой руке)

Есть в печи место.

(перекидываем в левую руку и сжимаем)

Испечем мы каравай,

(несколько раз энергично сжимаем мяч обеими руками)

Перекидывай, валяй!

(катаем мяч между ладошками)

Два козленка мяч бодали

И другим козлятам дали.

(Удерживать указательными пальцами пр. и лев. руки мяч. Затем средними пальцами и т. д.)

«Ежик» 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)

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.)

Мячик сильно я сжимаю. И ладошку поменяю. (сжимать мячик правой рукой, затем левой) «Здравствуй, мой любимый мячик!» - Скажет утром каждый пальчик. (Удерживать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем)

Источники:

Картинка: <https://tiu.ru/p421714166-massazher-evolajn-sharik.html>

Картотека игр и упражнений <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2017/12/10/kartoteka-igr-s-massazhnymi-myachikami>

Игры с массажными мячами <https://www.maam.ru/detskijsad/kartoteka-igr-s-masazhnymi-mjachikami.html>

Массаж для детей <https://sila-massazha.ru/myachiki-dlya-massazha-detej/>