

круговыми движениями по тыльной части кисти и вверх до локтя)  
 В этом ёжика секрет  
 Пусть снаружи ёж колючка, (то же по другой руке)  
 Но зато в душе не злючка.  
 Пусть колючий он клубочек,  
 Ёжик - ласковый дружок (кладём мячик на стол и гладим его).

### Игровой комплекс «Ёжик»

Ёжик выбился из сил – *(катаем между ладошками)*  
 Яблоки, грибы носил.  
 Мы потрем ему бока, *(катаем по одной ладошке в прямом направлении)*  
 Надо их размять слегка *(катаем по другой ладошке в прямом направлении)*  
 А потом погладим ножки, *(катаем между ладошками)*  
 Чтобы отдохнул немножко.  
 А потом почешем брюшко, *(катаем по одной ладошке круговыми движениями)*  
 Пошкочем возле ушка *(катаем по другой ладошке круговыми движениями)*  
 Ёж по тропке убежал, *(перебираем мячик кончиками пальцев «от себя»)*  
 Нам «Спасибо!» пропищал *(сдавливаем мячик кончиками пальцев, как будто лепим).*



### Сказка "Ёжик на прогулке"

В сказочном лесу в маленьком уютном домике жил-был маленький ёжик (зажать шарик в ладошке).

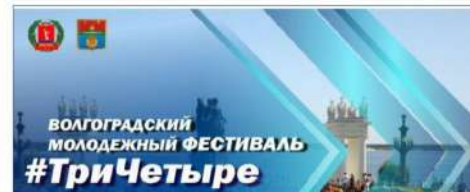
Выглянул ёжик из своей норки (раскрыть ладошки и показать шарик) и увидел солнышко. Улыбнулся ёжик солнышку (улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером) и решил прогуляться по лесу. Покатился ёжик по прямой дорожке (прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).

Катился-катился и прибежал на красивую, круглую полянку (ладошки соединить в форме круга). Обрадовался ёжик и стал бегать и прыгать по полянке (зажимать шарик между ладошками). Стал цветочки нюхать (прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох).

Вдруг набежали тучки (зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться), и закапал дождик (кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика). Спрятался ёжик под большой грибок (ладшкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним) и укрылся от дождя.

А когда закончился дождь, прибежал ёжик домой. А когда наступил вечер, закрыл ёжик свой домик, лёг в кроватку и уснул сладким сном! (зажать шарик в ладошке).

**Желаем Вам крепкого здоровья!**



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 253 Краснооктябрьского района Волгограда»

**Мастер-класс  
 физкультурно-оздоровительной направленности: «Школа массажного мяча»**





## Мячики массажные, для здоровья важные!

**Цель:** развитие мелкой моторики, общей координации и пластичности движений.

**Задачи:**

- ✓ воздействовать на биологически активные точки, находящиеся на поверхности ладоней.
- ✓ восстанавливать кровообращение, тонизируя мелкие мышцы на руках.
- ✓ способствовать закаливанию организма ребенка.
- ✓ воспитывать умение играть коллективно, оказывать помощь товарищам в сложных ситуациях.

**Массажный мячик** - эффективное средство развития кистей рук ребенка, движений его пальцев, разработки мышц. Массажный мячик ускоряет капиллярный кровоток, уменьшает венозный застой, повышает кожно-мышечный тонус, положительно сказывается на развитии детей. Эта забавная упругая игрушка обогащает сенсорную среду ребенка, стимулируя его психомоторное развитие, помогает повысить защитные функции организма.

### Пальчиковые игры с массажным мячиком

Благодаря пальчиковым играм развиваются творческие способности, скорость реакции, малыши лучше усваивают такие понятия, как «выше», «ниже», «лево», «право», разучивают счет, да и просто улучшается настроение.

### Игровой комплекс "Мой маленький дружок"

(Катаем мячик между ладонками, гладим его, дотрагиваемся пальцами до отдельных «колючек»).

Гладь мои ладошки, ёж! Ты колючий, ну и что ж? Я хочу тебя погладить!  
Я хочу с тобой поладить!

(Катаем мячик между ладонками, гладим его, дотрагиваемся пальцами до отдельных "колючек").

«Ёжик» в руки нужно взять, чтоб иголки посчитать.

Раз, два, три, четыре, пять!

(Пальчиками одной руки нажимаем на шипики).

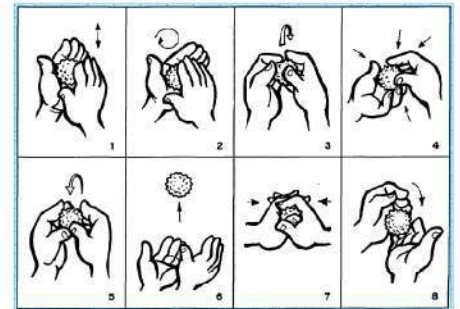
Начинаем счет опять.

(Перекладываем мячик в другую руку).

Раз, два, три, четыре, пять!

(Пальчиками другой руки нажимаем на шипики).

Мы возьмём в ладошки «Ёжик» и потрем его слегка, разглядим его иголки, помассируем бока.



### Игровой комплекс «Ёжик Колька»

Это - добрый ёжик Колька (*переворачиваем мячик кончиками пальцев*)

У него колючек столько,

Есть на спинке как у ёлок (*подбрасываем мячик двумя руками*)

Много маленьких иголок.

Колька колет нам ладошки, (*подбрасываем мячик одной рукой*)

Поиграем с ним немножко.

Вверх подбросим и поймает, (*подбрасываем мячик другой рукой*)

Он от нас не убегает!

И не колет он друзей (*сцепить «пальцы» в замок, и сдавливать ладошками* Спинкой колкою своей, мячик)

Не найти ни у кого (*переворачиваем мячик из руки в руку*)

Мягче брюшка, чем его,

Пусть ежика по ручке (*прокатываем мячик по тыльной части кисти по каждому пальчику*).

Любим мы его колючки

Ведь на нём иголок нет, (*прокатываем*