**Статья на тему «Массажный мяч. Для чего он? Как выбрать? Как использовать?»**

**И.П. Павлов сказал:** *«Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга».*

Каждый родитель придает огромное значение речевому развитию малыша. Но многие не знают, что в периоде «гуления» (до 5-6 месяцев) и «лепета» (до 8-10 месяцев) ребенок уже тренирует свой речевой аппарат. Слушая речь окружающих, он накапливает опыт восприятия речи. Как раз таки в этот период родитель может продолжать способствовать развитию речи своего ребенка. Это именно тот случай, где можно применить всем знакомую фразу «чем раньше, тем лучше». «Так как это сделать?» - спросите вы. Я отвечу: «Самым простым, эффективным, а также совсем не затратным способом будет использование массажного мяча». Не пугайтесь термина «массажного». Это не значит, что вы должны иметь специальное обучение, достаточно той информации, которая изложена в этой статье.

**Массажный мяч предназначен** для микромассажа. 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, ножки. Массаж делается без сильного нажима 3-5 раз в день по одной минутке на каждую ручку и ножку. Массаж ни в коем случае не должен причинять боль и дискомфорт ребенку! Не принуждайте! Попытайтесь разобраться в причинах отказа.

**Какой выбрать?** Перед покупкой нужно учитывать возраст ребенка. Чем младше ребенок, тем мягче должен быть мяч и тем меньше его диаметр. Самый универсальный размер считается 6см.

Совет: лучше приобрести массажные мячи разного размера и жесткости. Они вам пригодятся по мере взросления ребенка.

**При выполнении упражнений с массажными мячиками важно соблюдать ряд требований:**

* упражнения проводят в течение дня в период бодрствования малыша;
* перед началом упражнений разогреть ладони легкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла;
* упражнения должны быть доступны ребенку в выполнении, учитывая его возраст и индивидуальные особенности;
* соблюдать принцип «от простого к сложному» (сначала ребёнок учится работать ведущей рукой, затем не ведущей, и наконец, обеими руками одновременно);
* чередовать медленный и быстрый темп выполнения движений;
* перед выполнением упражнения показывать движения, сопровождая их словесной инструкцией доброжелательным тоном, четко, без лишних слов;
* каждое упражнение давать в игровой форме;
* упражнения проводят до появления чувства приятного тепла и легкого покраснения.

**Что делать с мячом:**

- катать вверх-вниз, вправо-влево, по кругу;

- катать по каждому пальчику;

- удерживать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем;

- сжимать в ладонях;

- перекатывать на столе или перекидывать мяч из одной ладони в другую;

- катать мячик по столу или по другой твердой поверхности;

- бросать мячик в коробку, ведерко, корзинку;

- катать мяч друг другу;

- подбрасывать и ловить мячик.

Для большей увлеченности и заинтересованности ребенка процессом, сопровождайте упражнения короткими стихами. В сети «интернет» их огромное количество, достаточно ввести «Игры с массажными мячами», а также можно придумать самим или же воспользоваться стихотворениями из книги И. А. Ермаковой «Развиваем мелкую моторику». Опять же, не забывайте требования, изложенные выше о том, что упражнения должны быть доступны ребенку, учитывая его возраст и индивидуальные особенности.

**В результате использования массажного мячика:**

- осуществляется благоприятное воздействие на весь организм;

- стимулируются речевые зоны коры головного мозга;

- развивается координация движений и мелкая моторика;

- развиваются произвольное поведение, внимание, память, речь и другие психические процессы, необходимые для становления полноценной учебной деятельности;

- обогащаются знания ребенка о собственном теле;

- развиваются творческие способности, скорость реакции детей, малыши лучше усваивают такие понятия, как «выше», «ниже», «лево», «право», разучивают счет.

**ИГРЫ В СТИХАХ**

**Мячик сильно посжимаю**

**И ладошку поменяю.**

(с*жимать мячик правой рукой, затем левой).*

**«Здравствуй, мой любимый мячик!»**

**Скажет утром каждый пальчик.**

*(удержать мяч указательным и большим пальцем, затем средним и большим, безымянным и большим, мизинцем и большим пальцем)*

**Мячик пальцем разминаю,**

**Вдоль по пальцам мяч гоняю.**

*(катать мяч всей длинной пальцев правой руки)*

Ребенок прокатывает мяч между ладошками, можно катать стопой, массажировать любую часть тела, заменяя слова в тексте.

**Гладь мои ладошки, ёж!**

**Ты колючий, ну и что ж?**

**Я хочу тебя погладить,**

**Я хочу с тобой поладить!**

**Ваш малыш уже подрос!**

**На поляне, на лужайке** (*катать шарик между ладонями)*

**Целый день скакали зайки.** *(прыгать по ладошке шаром)*

**И катались по траве,** *(катать вперед – назад)*

**От хвоста и к голове.**

**Долго зайцы так скакали,** *(прыгать по ладошке шаром)*

**Но напрыгались, устали.** *(положить шарик на ладошку)*

**Мимо змеи проползали,** *(вести по ладошке)*

**«С добрым утром!» - им сказали.**

**Стала гладить и ласкать**

**Всех зайчат зайчиха-мать.** *(гладить шаром каждый палец)*

**«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)*

Подготовил: учитель-логопед Котова Е.В.