

Гимнастика с массажными мячиками су-джок



Гимнастика с массажными мячиками су-джок

Современные научные данные подтверждают, что области коры головного мозга, отвечающие за движение органов речи и управляющие движениями пальцев рук, расположены в непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от движущихся пальцев рук «тревожат» расположенные по соседству речевые зоны, стимулируя их активную деятельность. Для таких занятий нам подойдут массажные мячики су-джок. Они используются в профилактических и коррекционных целях, предназначенных для массажа и рефлексотерапии в работе с детьми любого возраста. Гимнастика с таким мячиком вызывает приятные ощущения у детей, способствует активизации деятельности у заторможенных детей, и наоборот успокаивает гиперактивных. Такие мячи-массажеры доступны и легки в использовании. Я решила использовать их в утренней гимнастике в средней группе.

Задачи:

1. Активизировать познавательный интерес к упражнениям, формировать потребность к их выполнению.
2. Развивать мелкую моторику рук, артикуляционный аппарат, активизировать и обогащать словарный запас, развивать память, зрительное и слуховое восприятие, творческое воображение.
3. Воспитывать интерес к упражнениям с массажным мячиком Су-джок.

Комплекс упражнений «Колобок» проводится под музыкальное сопровождение.

Замесила бабушка тесто

И.п.: в полуприседе, мячик лежит на полу. Дети поочередно каждой рукой надавливают на мячик, прокатывая его вперед-назад, затем то же двумя ладонями. Повторяют 3-4 раза.

Скатала бабушка колобок

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. Дети держат мячик ладонями и катают его по часовой стрелке и против. Повторяют 10 раз.

Поставила его в печку

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. Дети наклоняются вперед, протягивая прямые руки с мячиком, ноги не сгибают, возвращаются в исходное положение. Повторяют 3-4 раза.

Скучно колобку лежать – вот он и укатился

И.п.: стоя, ноги на ширине плеч. Прокатывают мячик одной рукой по другой прямой руке (перебирая пальчиками).

Навстречу ему зайчик

И.п.: ноги вместе, руки сложены под грудью, мячик лежит на полу. Дети прыгают на двух ногах вокруг мячика. Выполняют пять шесть прыжков.

Катится колобок дальше

Дети выстраиваются в шеренгу и катят мячик в даль.

А на встречу ему волк

Все вместе рычат как волк и бегут за мячиками.

Смотри колобок медведь идет

И.п.: стоя, мячик лежит на полу. Обхватив стопами мячик, как косолапый мишка, дети медленно продвигаются вперед. При этом имитируют движения руками - широко их разводят в стороны и покачиваются.

Ух, ты, хитрая лиса! Не дадим съесть колобка

Подвижная игра «Лиса и колобки». Дети под музыку пляшут по кругу, держа мячик в руках. Когда музыка останавливается дети садятся на пол и прячут под прямыми ногами свои «колобки». Повторяют 2-3 раза.

А зарядке конец- колобок наш молодец!

Дети выстраиваются в шеренгу и по очереди бросают мячи в большую корзину (на расстоянии 1,5 метра).