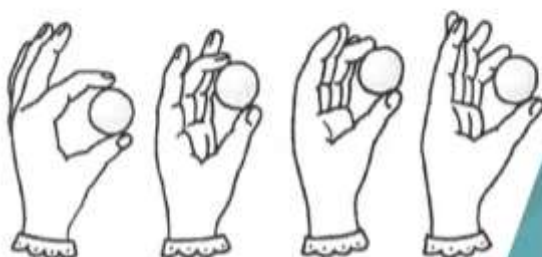


## ПОДБОРКА УПРАЖНЕНИЙ С МЯЧИКАМИ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК



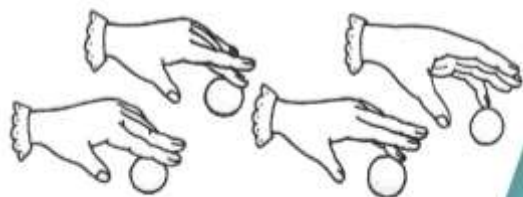
Комплекс упражнений для развития мелкой моторики с использованием **каучуковых мячиков с элементами массажа** рассчитан на детей и взрослых любого возраста.

Данные упражнения можно использовать как физкультминутку во время выполнения рекомендаций, и как игры с свободное время.



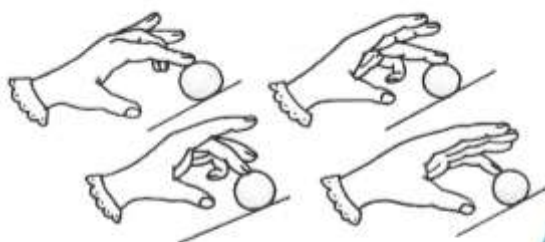
**«ЗДРАВСТВУЙ,  
МОЙ ЛЮБИМЫЙ МЯЧИК!» -  
СКАЖЕТ УТРОМ КАЖДЫЙ  
ПАЛЬЧИК»**

Сжимаем мяч между  
большим и поочередно  
каждым пальцем руки.



**«МЯЧИК ПАЛЬЦЕМ  
РАЗМИНАЮ, ВДОЛЬ  
ПО ПАЛЬЦАМ МЯЧ ГОНЯЮ».**

Прокатываем мяч по  
всей длине пальца,  
массируя его.



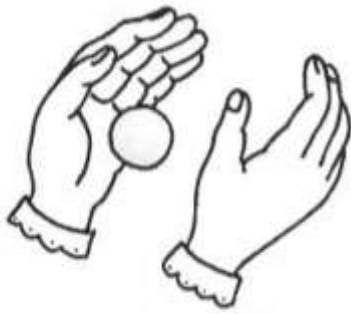
**«ТАНЦЕВАТЬ УМЕЕТ  
ТАНЕЦ НА МЯЧЕ МОЙ  
КАЖДЫЙ ПАЛЕЦ»**

Прокатываем мячик по  
наклонной поверхности  
каждым пальцем  
поочередно.



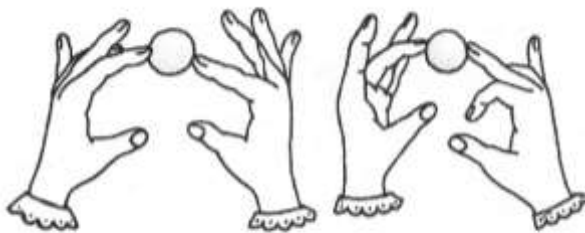
**«БРАТ У БРАТА МЯЧ  
БЕРЕТ, ТОЛЬКО БРАТУ  
ОТДАЕТ»**

Удерживаем мячик одним  
пальцем поочередно,  
«передавая» от пальца  
к пальцу, либо второй  
рукой перекладывая его.



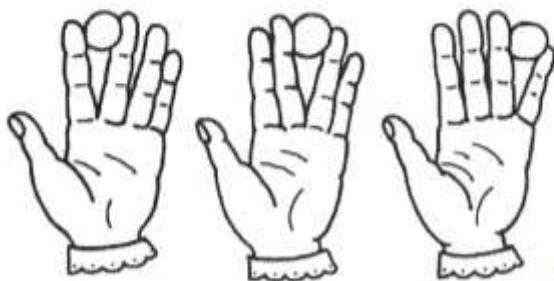
**«ПОИГРАЮ Я  
В ФУТБОЛ И ЗАБЬЮ  
В ЛАДОШКУ ГОЛ»**

Перекидываем мячик  
из ладошки в ладошку.



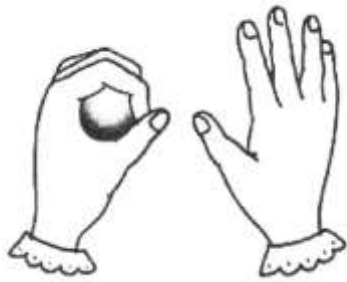
**«ДВА КОЗЛЕНКА МЯЧ  
БОДАЛИ И ДРУГИМ  
КОЗЛЯТАМ ДАЛИ»**

Сжимаем мячик  
одинаковыми пальцами  
двух рук, «Передаем»  
мячик  
следующим пальцам.



**«МЯЧИК МОЙ НЕ  
ОТДЫХАЕТ - МЕЖДУ  
ПАЛЬЦАМИ ГУЛЯЕТ»**

Удерживаем мячик  
между двумя соседними  
пальцами.



**«МЯЧИК СИЛЬНО  
ПОСЖИМАЮ  
И ЛАДОШКУ ПОМЕНЯЮ»**

Сжимаем мяч в кулаке  
как можно сильнее,  
потом расслабляем кисть.