****[**Мячик я держу в руках**](http://sadik97.ru/parents/specialists/fizkult-privet/3046/)

**Игры с массажными мячами очень важны по своей значимости для здоровья, эмоционального насыщения, интеллектуального развития ребенка.**

**Такие игры стимулируют активность речевых центров, оказывают тонизирующее влияние на функциональное состояние мозга, освобождают детей от утомительной, неестественной для их возраста неподвижности.Игры с мячами развивают общую и мелкую моторику, ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность движений, развивают глазомер, силу, ловкость, быстроту реакции. А также способствуют снятию психического напряжения, нервного переутомления, развивают эмоционально-волевую сферу.**

**«Разминка»**

Я на мячик нажимаю,

Я зарядку делаю.

Будет сильной правая,

Будет сильной левая,

Будут ручки у меня

Ловкие, умелые!

(Сжимать мячик сначала правой рукой с небольшим усилием, постепенно увеличивая его, затем – левой)

По руке круги катаю,

Из-под руки не выпускаю

(Положить мячик между ладонями, делать круговые движения.)

Взад-вперёд его качу,

Вправо-влево, как хочу!

(Положить мячик между ладонями, делать движения вперед-назад, вправо-влево.)

Поиграю я в футбол

И забью в ладошку гол.

(Перебрасывать мяч из руки в руку).

**«Фокусник»**

Мячик я держу в руке

(Положить мячик на правую ладошку),

Зажимаю в кулаке

(Крепко сжать мяч),

Отпускаю, разжимаю

****(Раскрыть ладонь)

И ладошками катаю

(Катать мяч между ладонями).

Мяч с одной рукой играет

(Сжимать мяч левой рукой)

И к другой перебегает

(Сжимать мяч правой рукой),

Дружит мячик так со мной,

Вот я фокусник какой!

(Покатать мяч между ладонями).

**«Кошкин дом»**

Динь-дон, динь-дон

(Сжимать мяч)

Кошка строит новый дом

(Катать мяч между ладонями),

Красит стены, крышу, пол

(Сжимать мяч),

Убирает все кругом

(Катать мяч между ладонями).

**«Ёжик»**

Бегал ёжик по дорожке,

У него устали ножки

(Катаем мяч между ладонями).

Приходи в мои ладошки,

Отдохни на них немножко

(Сжимать мячик, как будто лепишь снежок),

А потом беги опять

Дружно, весело играть

(Подбрасывать мяч вверх).

Прыгнул мне в ладошки ёжик,

Нет ни головы, ни ножек

(Катать мяч в ладонях).

Я хочу тебя погладить,

Я хочу с тобой поладить

(Погладить мяч сначала правой, потом левой рукой).

По материалам журнала «Здоровье дошкольника», №1, 2014.