**Мастер-класс для педагогов**

**«Использование иглобола для развития мелкой моторики детей дошкольного возраста»**

**Цель:**

 •  показать важность работы по развитию мелкой моторики рук;

•   научить педагогов детского сада играм и упражнениям с массажным мячом для развития мелкой моторики рук.

**Подготовительная работа:**

2. Подбор пособий, игр, литературы по теме.

3. Изготовление буклетов с подбором игр с мячом на развитие мелкой моторики

Оборудование: иглболы на каждого участника мастер- класса.

В наших с вами руках, помочь ребенку почувствовать себя любимым, нужным,   а главное быть – успешным и здоровым.
В наших с вами руках, сделать образовательный процесс интересным, приносящим детям радость и удовлетворение их потребностей.

Здоровье всегда считалось одной из высших ценностей человека, основы здоровья и гармоничного развития, как известно, закладываются в детстве.

Мне как инструктору по физкультуре для выполнения программы по физическому воспитанию необходимо развивать крупную и мелкую моторику детей.

**Крупная  и мелкая моторика развиваются параллельно друг другу.** Большинство действий требуют координации обоих видов двигательной активности.

**Основная цель моей работы с иглболом**

**Развитие мелкой моторики, оказание** общеукрепляющего воздействия на функциональные системы ребенка посредством игрового массажа с иглболом.

**Задачи:**

* обучать навыкам элементарного массажа рук, ног и др. с помощью массажного мяча;
* способствовать нормализации тонуса и эластичности мышц для повышения работоспособности;
* использовать массажные упражнения с иглболом для профилактики и коррекции плоскостопия;
* вызвать эмоциональный отклик и желание участвовать в игровых упражнениях с иглболом;
* формировать привычку к здоровому образу жизни

Иглбол - это универсальный тренажер для всей семьи:

Мячи изготовлены из высококачественного медицинского материала. Такой массажер может использовать не только профессионал, но и каждый желающий.

Мячи медицинские применяют для развития мелкой моторики; профилактики и лечения плоскостопия; стимуляциии релаксации мышечных тканей, улучшения кровообращения, профилактики сколиоза.

Мяч можно катать по рукам и ногам, ладошкам и стопам, по спине, можно сжимать, бросать... Качественные красивые мячики нравятся любому ребенку, ведь с ними можно выполнять множество интересных развивающих игр от активных до пальчиковых…

Упражнения и игры с иглболом относятся к здоровьесберегающим и лечебно-профилактическим мероприятиям.

Одной из форм оздоровительной работы является –массаж,

Помочь организму сопротивляться болезням, почувствовать себя бодрым и полным сил, расслабиться и снять симптомы утомления может игровой массаж.

В своей работе основным направлением выбрала **массаж рук:**

Как известно моторика рук взаимодействует с мышлением и вниманием, координацией движений и наблюдательностью, двигательной и зрительной памятью.

При перекатывании мяча имеющиеся на его поверхности шипы воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови и стимулируют кровообращение.
Сейчас мы познакомимся с основными **приемами** работы с мячом. Данные приёмы лежат в основе всех упражнений с иглболом. Для этого приглашаю выйти своих коллег, инструкторов по физкультуре.

Иглбол помощник наш – быстро сделает массаж.

Нам поможет иглбол добрый у него укол (раздача иглболов)

Потрогайте , познакомьтесь с нашим мячиком, покатайте его возле ушка , послушайте , как он шуршит.

1. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад. (выполняя данный прием, мы имеем возможность закрепить понятия «вверх», «вниз», правая , левая рука)

2. Мяч находится между ладоней, пальцы прижаты друг к другу, правая рука вверху, левая внизу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням вправо, влево, по правой руке, по левой руке ( тем самым можно закреплять понятия правая, левая рука)

3. Возьмите мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперед, назад (выполняя такой прием, мы имеем возможность непосредственным образом развивать мелкую моторику пальцев рук)

4. Возьмите мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (при надавливании происходит продуктивное воздействие на кончики пальцев)

5. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его. (развиваем ловкость рук, умение владеть мячом)

7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (задействуем мышцы плечевого пояса)

8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп. (развиваем координацию движений)

**Комментарий.**

Интенсивное воздействие на ладони и кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Мы с вами разучили основные приёмы работы с иглболом. Давайте поиграем:

**«Месим тесто».**

Месим, месим тесто – сжимаем массажный мячик в одной руке.

Есть в печке место – перекладываем и сжимаем мяч другой рукой.

Испеку я колобок – катаем мяч по кругу.

Колобок - румяный бок – катаем мяч между ладонями.

**«Откручиваем крышечку».**

Возьмем мяч в правую руку, левой откручиваем крышечку.

Тугая крышечка не получается? Поменяем ручку.

**«Мыльные пузыри».** Встряхнули бутылочку, открутили крышку (показ жестами), медленно и долго подули в колечко (вдох носом, выдох – ртом).
 Ах, какие красивые мыльные пузыри!

 **«Жадина»**

С силой держим мяч в одной руке, другая старается выхватить мяч у первой и наоборот.(в соответствии с темой занятия можно обыграть упражнение: это могут быть зверюшки, детки)

 **«Колючки»**

Ладошку сделать «лодочкой». В неё вложить мячик. С силой сжать ладошку с мячиком. Затем ладошку разжать. На руке должны остаться вмятинки от колючек мячика.

Разучив основные приемы работы с иглболом, я предлагаю детям проявить фантазию, придумать свою игру. Дети с удовольствием используют эту возможность. В результате у нас уже появились авторские упражнения.

Дети придумали действия, я подобрала стихи и мы с удовольствием используем эти упражнения на разминке. Например, упражнение

**«ВЫЖМЕМ СОК ИЗ АПЕЛЬСИНА»**Жарким пламенем горит,
Оранжевый, как солнце ,
Сильным запахом манит
Сок под толстой кожицей .
- Это что за господин ?
- Яркий спелый апельсин !

**«Мыло»**

Каждый день я мыло мою, под горячею водою

И в ладонях поутру, сильно, сильно мыло тру.

Мойся мыло не ленись, не выскальзывай, не злись!

**«Буги –вуги».**

Ручка правая вверху, а потом она внизу,

Ручка левая вверху а потом она внизу.

Мы танцуем «буги-вуги»*(перекладываем из руки в руку)*

Поворачиваем в круге *(катаем пальцами вперед по кругу)*

 И в ладонях делаем вот так! *(катаем* *вперед –назад)*

При разучивании упражнения выполняются в медленном темпе, акцентируем внимание детей на некоторые нюансы при их выполнении.

Овладев основными приемами работы с мячом, представляю вашему вниманию игры в стихотворной форме. Как известно рифма способствует быстрому запоминанию слов, пополняется словарный запас, развивается речь, память.

**«Колобок»**

Здравствуй, мяч- колючий бок, (перекладываем мячик с одной ладошки в другую)

Кругленький, как колобок.(катаем по кругу)

Посиди в моих ладошках, (спрятать мячик в ладошках)

Отдохни на них немножко.

Я тебя слегка сожму (сжимаем мячик пальчиками)

Покатаю, покручу,(катаем, крутим пальцами)

А потом пущу в лесок, (подбрасываем мячик и ловим)

Прыгай дальше колобок.

\* \* \*

Прошу вас, уважаемые коллеги, присаживайтесь на свои места, а мячи иглболы мы дарим вам. На буклетах есть информация, где вы можете приобрести иглболы для своего детского сада.

**Комментарий.**

Подобные упражнения я использую на утренней гимнастике , на занятиях во время разминки, в малоподвижных играх, на физкультурных развлечениях.

Упражнения с иглболом можно также использовать как часть занятия, проводимого логопедом или воспитателем.

В наших руках иглбол, а в руках ребенка, на его ладонях, ключики к его речи, логике, мышлению, поэтому я хочу повторить слова из притчи БУКВАЛЬНО ВСЁ В НАШИХ РУКАХ.

 Упражнения и игры с иглболом – это эффективный, универсальный, доступный и абсолютно безопасный метод самооздоровления путем воздействия на активные точки, расположенные на кистях рук, использование которых способствуют повышению физической и умственной работоспособности детей. Игры с мячом универсальны и их разнообразие и наполнение содержанием зависит от фантазии взрослых и желания работать с детьми весело, интересно. Желаю Вам творческих успехов!

Завершая свой мастер – класс, предлагаю вам уважаемые коллеги, проанализировать свое эмоциональное состояние, интерес к теме и выразить его с помощью «**Рефлексивной мишени**». Перед вами мишень, в которую вы должны попасть

Красный – все понравилось, хочу узнать больше.

Желтый – понравилось, но некоторые идеи были спорными.

Синий – не заинтересовало.

Очень важно, что использование иглбола не требует особой подготовки, может использоваться во всех видах деятельности. Массаж служит средством приобщения детей к здоровому образу жизни. Благодаря регулярным занятиям массажем укрепляется физическое здоровье детей.

В результате использования иглбола кисти рук приобретают подвижность, гибкость, что непосредственным образом помогает в дальнейшей работе по физическому развитию детей при работе со спортивным инвентарем.

Использование массажных мячей позволяет нам играть с детьми, а…

«играя – оздоравливать их,

 играя – воспитывать,

 играя – развивать,

 играя – обучать».

**Уважаемые коллеги**, в наших руках уникальное средство развития мелкой моторики. Введите себе за правило ежедневно заниматься с ребенком массажем. Подарите ребенку пять минут полезного общения и через некоторое время вы увидите результат. Желаю Вам интересных занятий и успехов в работе.

Второе направление в работе с иглболами – это профилактика плоскостопия.

Предлагаю желающим снять обувь, ощутить на своих ногах, как шипы на поверхности мяча при перекатывании воздействуют на нервные окончания, что помогает снять усталость и напряжение.

Выполним упражнение «Мячик»:

«Круги мячом катаю,

Вперед-назад гоняю,

Поглажу им я ножку,
И прижму немножко.
Двумя ножками прижму,
И другой ногой начну.

 **«Покажи ежику солнце»**

Мячик зажать между стопами. Не сгибая коленей, поднять ноги, удерживать их в таком положении на счет 1-3 опустить.

**«Обезьянки»**

Захватить массажный мяч стопами, поднять его и, удерживая его на высоте, раскатывать.

**«Качели»** …

**Комментарий**

Данные упражнения укрепляют мышечно-связочный аппарат стопы и являются профилактикой плоскостопия.

На своих занятиях я использую самомассаж. Предлагаю Вам встать в круг и выполнить самомассаж по всему телу под музыку. Я буду демонстрировать и выполнять действия вместе с Вами. Возьмем иглбол в правую руку.

Катится колючий ежик ,

Нет ни головы, ни ножек

Мне по ручкам он бежит (мне по ножкам он бежит…Мне по спинке он бежит)

И пыхтит, пыхтит, пыхтит,

Катится туда, сюда

Мне щекотно, да, да, да

Уходи, колючий еж,

 В темный лес, где ты живешь.

Спасибо, можете занять свои места.

**Комментарий**

Упражнения с иглболом сидя в кругу, паровозиком, в парах  выполняют коммуникативные функции, позволяют детям расслабиться, взаимодействовать друг с другом.