**Кинезиологические мячи и мешочки для коррекционно-развивающих занятий**

Упражнения с мячом улучшают зрительно-моторную координацию, межполушарное взаимодействие и чувство ритма у детей и взрослых.

**Занятия с кинезио мячами помогают:**

* улучшить крупную и мелкую моторику;
* стать внимательнее и усидчивее;
* раскрепостить кисть, что важно для формирования письма;
* наладить саморегуляцию и усилить контроль над своим телом;
* развить восприятие информации на слух;
* увеличить зрительное внимание.

Весовые мешочки с крупой применяют для занятий по мозжечковой стимуляции: упражнения с разным весом помогают усовершенствовать сенсорное восприятие и научиться лучше понимать свои ощущения.

**Игры с весовыми мешочками способствуют:**

* развитию зрительно-моторной координации;
* улучшению концентрации внимания;
* развитию крупной и мелкой моторики;
* улучшению ориентации в пространстве;
* формированию чувства ритма;
* обучению сотрудничеству со взрослыми и другими детьми.

Кинезиологические мешочки с песком применяются для занятий по методике мозжечковой стимуляции и BAL-A-VIS-X балансировочно-аудиально-визуальных упражнений. Их применяют дети и взрослые для тренировки ловкости, координации и внимания.

**Игры с кинезиологическими мешочками способствуют:**

* улучшению концентрации внимания и восприятия;
* развитию памяти, речи и мышления;
* развитию зрительно-моторной координации;
* тренировке ловкости и контроля над телом;
* формированию чувства ритма;
* становлению и сохранению правильной осанки;
* обучению сотрудничеству с взрослыми и другими детьми.

**Игровые действия с мячами и мешочками**

Катаем мячик в ладонях, широко растопырив пальцы.

Левой рукой катаем мячик круговыми движениями по ладони правой руки.

Правой рукой катаем мячик круговыми движениями по ладони левой руки.

Перекидываем мячик (мешочек) из руки в руку.

Катаем мячик по тыльной стороне сначала левой, затем правой кисти.

Держим мячик (мешочек) в левой ладони и перекладываем его в правую.

Подбрасываем повыше мешочек одной рукой, а ловим другой.

Бросаем мячик (мешочек) в поставленную корзинку, коробку или ведёрко.

Собрать мячики (мешочки) в ведёрко. Переложить из ведёрка в корзинку.

Ходьба с мешочком на голове, левом и правом плече, стараясь сохранять ровную осанку и не уронить мешочек.

«Рыбалка»

Ребёнок лежит на фитболе на животе, взрослый придерживает его. Ребёнок дотягивается до пола и поднимает мешочек с пола, «ловит рыбку». Договоритесь с ребёнком, какой цвет будет означать какую рыбу. Например: **красный** – окунь,

 **жёлтый** – карась,

 **синий** – щука и т.д.

Ребёнок, поймав рыбку, должен сказать её название.

Игра с яркими мячами и мешочками интересна всем детям: и малышам, и дошкольникам, и младшим школьникам.

Когда ребёнок подрастает, занятия становятся сложнее и пользы от них не убавляется. Мячи и мешочки – это дидактическое пособие для детей и взрослых с длительным сроком применения.

**Желаю Вам успеха!**