***Карандаш – массажер***



**Упражнение «Утюжок»**

Толстый карандаш положить на стол, «прогладить» его сначала одной ладонью, потом другой, покатать карандаш по столу в раз­ных направлениях.

*Карандаш я покачу*

*Вправо-влево* — *как хочу*



**Упражнение «Добывание огня»**

Положить шестигранный каран­даш на ладошку, прикрыть его другой ладонью и прокатывать между ладонями сначала медлен­но, потом быстрее (от кончиков пальцев к запястьям). Попробо­вать это делать с двумя каранда­шами сразу.



**Упражнение «Пианино»**

Прижимать к столу толстый кру­глый карандаш кончиком каж­дого пальца. Вариант «Дудоч­ка» — играть на карандаше, как на дудочке, быстро перебирая пальцами, нажимая воображае­мые кнопки.



 **Упражнение «Прятки»**

Сжать короткий толстый каран­даш в кулачке, спрятать его.

*Карандашик я сжимаю,*

*Я ладошку поменяю.*



**Упражнение «Волчок»**

Вращать длинный тонкий ка­рандаш на столе указательным и большим пальцами сначала одной руки, а потом другой. Вы­полнять вращение большим и средним пальцами.

*По столу круги катают,*

*Карандаш не выпускаю*



**Упражнение «Горка»**

Положить большой шестигран­ный карандаш на тыльную сторону кисти. Наклонить руку вниз. Скатывать карандаш с тыльной поверхности кисти руки, как с горки.



**Упражнение «Подъемный кран»**

Поднимать большой толстый круглый карандаш с поверхности стола, подцепив его снизу (пооче­редно каждым пальцем).



**Упражнение «Вертолет»**

Вращать длинный тонкий каран­даш между большим, указатель­ным и средним пальцами. Пусть он вращается быстро-быстро, как винт вертолета!

*Отправляется в полет*

*Необычный вертолет.*

**Упражнение «Эстафета»**

Сжать толстый гладкий каран­даш указательным пальцем, по­держать его и передать указа­тельному пальцу другой руки. Передавать карандаш другим пальцам, как эстафетную па­лочку.

**Упражнение «Скольжение»**

Продвигаться вверх и вниз по длине шестигранного карандаша, уперев острым концом в стол, перехватывая его пальцами. *По карандашу скольжу,*

 *Съехать вниз скорей спешу.*



**Упражнение «Догонялочка»**

Вращать большой толстый ка­рандаш вокруг своей оси паль­цами обеих рук. Пусть пальчики бегут по карандашу, догоняют друг друга.

*Пальчики бегут, вперед.*

*Ни один не отстает!*

**Упражнение «Качели»**

Попеременно прижимать к по­верхности стола указательным и безымянным пальцами концы короткого карандаша. Покатать пальчики на «качелях».



**Упражнение «Качалочки»**

Прокатывать шестигранный карандаш в межпальцевом про­странстве. *Карандаш не отдыхает, Между! пальцами гуляет.*



**Упражнение «Ладошка».**

Обрисовывать тупым концом тонкого карандаша ладонь с ши­роко раздвинутыми пальцами, ле­жащую на столе, массируя каран­дашом межпальцевые зоны.

*Нарисую я ладошку,*

*Отдохну потом немножко.*