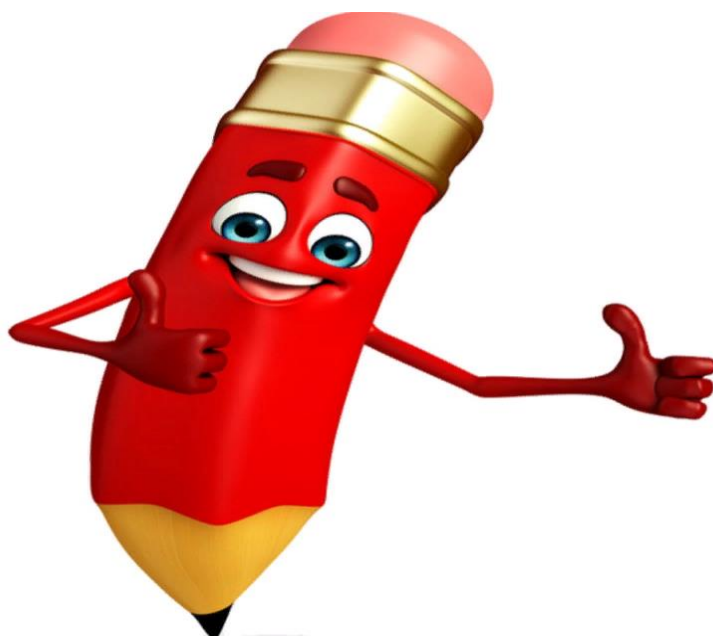


**Комплекс упражнений
для пальчиков с
карандашом.**



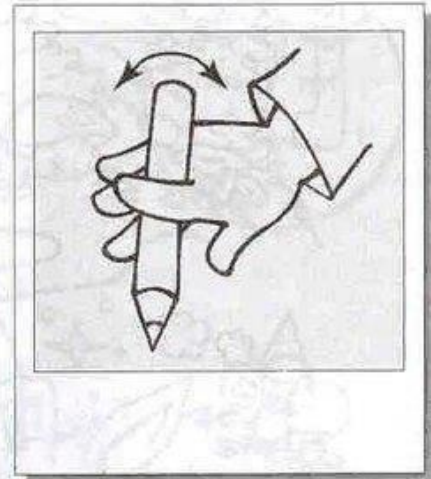


«КАЧАЛОЧКА»

Прокатывание карандаша в межпальцевом пространстве.

Прокати карандаш между пальчиками. Постарайся его не уронить.

**Карандаш не отдыхает,
Между пальцами гуляет.**



«ЛАДОШКА»

Обрисовка тупым концом карандаша ладони, лежащей на столе, массируя карандашом межпальцевые зоны.

Положи на стол ладонь. Широко раздвинь пальцы. Обведи несколько раз каждый палец тупым концом карандаша.

**Нарисую я ладошку,
Отдохну потом немножко.**

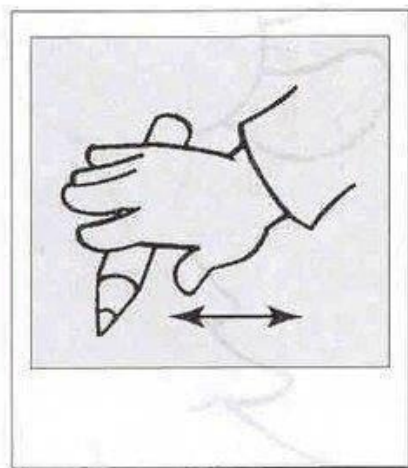




«УТЮЖОК»

Прокатывание карандаша по поверхности стола.

Возьми толстый карандаш. Положи его на стол. «Прогладь» карандаш сначала одной ладонью, потом другой. Покатай карандаш по столу.



**Карандаш я покачу
Вправо-влево — как хочу.**



«ДОБЫВАНИЕ ОГНЯ»

Прокатывание карандаша между ладонями.

Положи карандаш на одну ладошку, прикрой его другой. Прокатавай карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее, от кончиков пальцев к запястьям. А теперь попробуй сделать это сразу с двумя карандашами. Получилось?

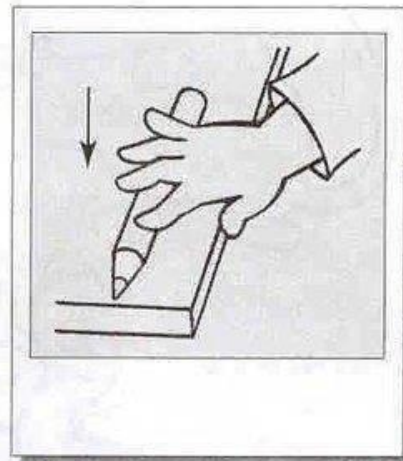




«ПИАНИНО»

Нажимание на карандаш поочередно кончиками пальцев.

Прижимай карандаш, который лежит на столе, кончиком каждого пальца. Прижимай сильнее!

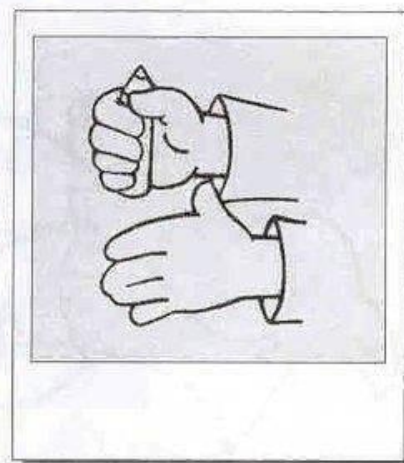


«ПРЯТКИ»

Сжимание карандаша в кулачке.

Возьми короткий карандашик и сожми его в кулачке, спрячь. А теперь спрячь в другой руке.

**Карандашик посжимаю
И ладошку поменяю.**

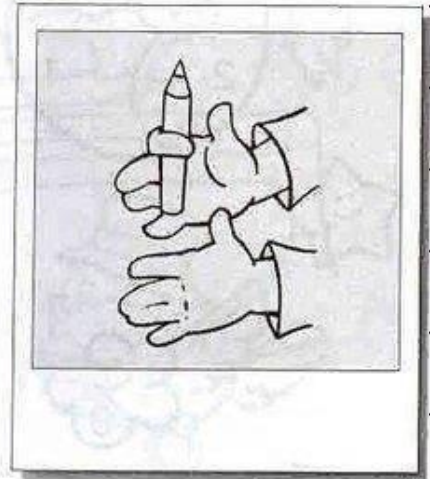




«ЭСТАФЕТА»

Передача карандаша каждому пальчику поочередно.

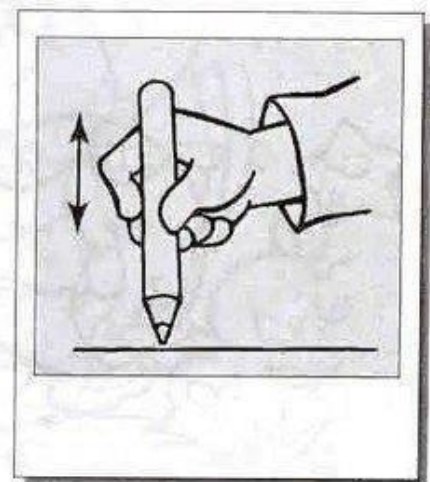
Сожми карандаш указательным пальцем, поддержи, передай его указательному пальцу другой руки. А теперь удерживай карандаш средним пальцем. Передавай карандаш, как эстафетную палочку, другим пальцам.



«СКОЛЬЖЕНИЕ»

Продвижение вверх и вниз по длине карандаша, захватив его пальцами, как при рисовании и с упором острым концом в стол.

Держи пальцами длинный карандаш так, как ты обычно его держишь, когда рисуешь. Крепко сожми пальцы. Продвигайся по карандашу вверх и вниз.



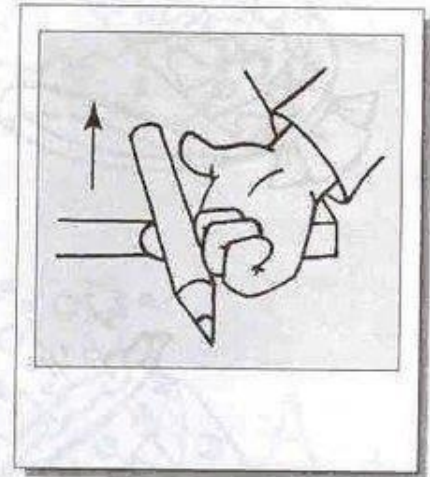
**По карандашу скольжу,
Съехать вниз скорей спешу.**



«ПОДЪЁМНЫЙ КРАН»

Поднимание карандаша с поверхности стола одним пальцем.

Положи карандаш на край стола. Попробуй поднять его, подцепив снизу одним пальцем. А теперь выполни это упражнение другими пальчиками.



**Карандашик поднимаю,
Крепко пальцем прижимаю.**



«ВЕРТОЛЁТ»

Вращение карандаша между большим, указательным и средним пальцами.

Возьми тонкий длинный карандаш тремя пальцами. Покрути его. Пусть он вращается быстро-быстро, как винт вертолёта.



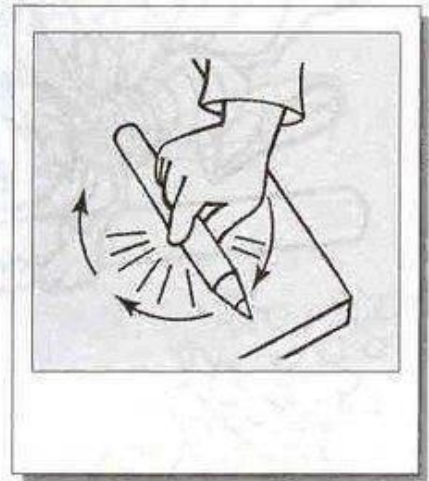
**Отправляется в полёт
Наш красавец-вертолёт.**



«ВОЛЧОК»

Вращение карандаша на столе указательным и большим пальцами.

Вращай карандаш на столе двумя пальцами сначала одной руки, а потом другой. Попробуй сделать то же большим и средним пальцами.



**По столу круги катаю,
Карандаш не выпускаю.**



«ГОРКА»

Скатывание карандаша с тыльной поверхности кисти руки.

Положи карандаш на тыльную сторону кисти. Наклони руку вниз. Придерживай карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с твоей руки, как с горки.

