**Массаж карандашами**

**Движения рук человека теснейшим образом связаны с развитием речи, поэтому упражнения для пальцев стимулируют работу мозга, тонизируют весь организм, благоприятствуют психоэмоциональной устойчивости.**

Взрослые знают, как дошколь­ники любят рисовать. А если предложить им поиграть с ка­рандашами, а значит, помассиро­вать ладони и пальцы? В результате с помощью граненых карандашей ребенок массирует не только их, но и запястья, кисти рук, тыльные по­верхности ладоней, межпальцевые зоны.

Такой массаж и просто игры с ка­рандашами стимулируют речевое развитие малыша, способствуют овладению тонкими движениями пальцев, улучшению трофика тканей (процессы клеточного питания, обеспечивающие сохранение струк­туры и функции ткани или органа) и кровоснабжения пальцев рук.

Особый интерес массажные упражнения вызывают у детей, если их выполнение сочетается с проговариванием коротких стихотворе­ний и рифмовок.

Вот с какой вводной беседы можно начинать игры с каранда­шами. «Мой маленький друг! В твоем доме, конечно, живут карандаши. Посмотри, какие они разные: длин­ные и короткие, тонкие и толстые, шестигранные, разноцветные. Ты рисуешь карандашами замечательные картинки - яркие и веселые. А знаешь ли, что карандаши могут играть с твоими пальчиками? Это полезные игры. Скоро ты пойдешь в школу, будешь учиться красиво и аккуратно писать в тетрадке. Нужно, чтобы твои пальцы стали ловкими, подвижными и умелыми. Возьми свои карандаши и поиграй с ними!»

**Рекомендации к проведению данного вида массажа**

1. Сначала все упражнения выполняются медленно. Следите за тем, чтобы ребенок правильно воспроизводил и удерживал положение кисти или пальцев и правильно переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите малышу или научите его помогать себе второй рукой.

2. Упражнения отрабатываются сначала одной рукой (если не предусмотрено участие обеих рук), затем - другой, после этого - двумя одновременно.

3. Каждому упражнению соответствует рифмовка. Если ребенок выполняет упражнения, сопровождая их короткими рифмованными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой и усилится контроль за тем, как выполняются заданные движения.

4. Предлагаемые упражнения с помощью карандашей можно использовать как динамическую паузу, отдельную игровую деятельность с ребёнком.

**Варианты упражнений**

***«Скольжение»*.** Продвижение вверх и вниз по длине карандаша, захватив его пальцами, как при рисовании, и с упором острым концом в стол. Инструкция. «Держи длинный карандаш пальцами так, как ты его держишь, когда рисуешь. Крепко сожми пальцы рук. Двигайся по карандашу сначала вверх, потом вниз». Проговаривание рифмовки.

«По карандашу скольжу, съехать вниз скорей спешу».

***«Ладошка»*.** Обрисовка тупым концом карандаша ладони, лежащей на столе. Массаж карандашом межпальцевых зон. Инструкция. «Положи на стол ладонь. Широко раздвинь пальцы. Обведи несколько раз каждый палец тупым концом карандаша». Проговаривание рифмовки. «Нарисую я ладошку, отдохну потом немножко».

***«Эстафета».*** Передача карандаша поочередно каждому пальчику из правой в левую руку. Инструкция. «Сожми карандаш указательным шестигранные, разноцветные. Ты рисуешь карандашами замечательные картинки - яркие и веселые. А знаешь ли, что карандаши могут играть с твоими пальчиками? Это полезные игры. Скоро ты пойдешь в школу, будешь учиться красиво и аккуратно писать в тетрадке. Нужно, чтобы твои пальцы стали ловкими, подвижными и умелыми. Возьми свои карандаши и поиграй с ними!».

***«Качалочка».*** Прокатывание карандаша между пальцами. Массаж межпальцевой зоны. Инструкция. «Прокати карандаш между пальчиками. Постарайся его не уронить!». Проговаривание рифмовки. «Карандаш не отдыхает, между пальцами гуляет».

***«Добывание огня» .*** Прокатывание карандаша ладонями.

Инструкция. «Положи карандаш на правую ладошку. Прикрой его левой ладонью. Катай карандаш между ладонями сначала медленно, а потом быстрее от кончиков пальцев к запястьям. Попробуй сделать это сразу с двумя карандашами».

Проговаривание рифмовки. «Карандаш катать я буду, может быть, огонь добуду».

***«Утюжок».*** Прокатывание карандаша по поверхности стола. Инструкция. «Возьми карандаш. Положи его на стол. Прокати карандаш сначала ладонью правой руки, а потом левой». Проговаривание рифмовки. «Карандаш по столу прокачу, вверх и вниз, как захочу».

**Систематическое использование перечисленных упражнений доказало следующее:**

• Они создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подражать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.

• Малыш учится концентрировать свое внимание и правильно его распределять.

• Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определенные положения пальцев рук и последовательность движений.

• У малыша развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет «рассказывать руками» целые истории.

* В результате освоения упражнений кисти рук и пальцы приобретут силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.