

## Массажные игры с грецким орешком

Занятия проводятся систематически  
не более 5-10 минут в день.

1. «Горка». Рука прижата к поверхности стола, пальцы вместе. Орех положить на кончики пальцев. Накрыть его другой ладонью и катить от кончиков пальцев до запястья и обратно. При необходимости поддерживайте руку ребенка, находящуюся сверху орешка. Упражнение выполняйте по 10 раз одной и другой рукой.
2. «Карусель». Одна рука лежит ладонью вверх. На ней – орешек. Другая рука очень крепко прижимает орешек сверху. Ребенок катает орешек по кругу между ладонями в течение 10 сек. Затем позиция рук меняется.
3. «Гнездышко для птички». Сложить пальцы одной руки в щепоть и положить на кончики пальцев орех, удерживая его.

