

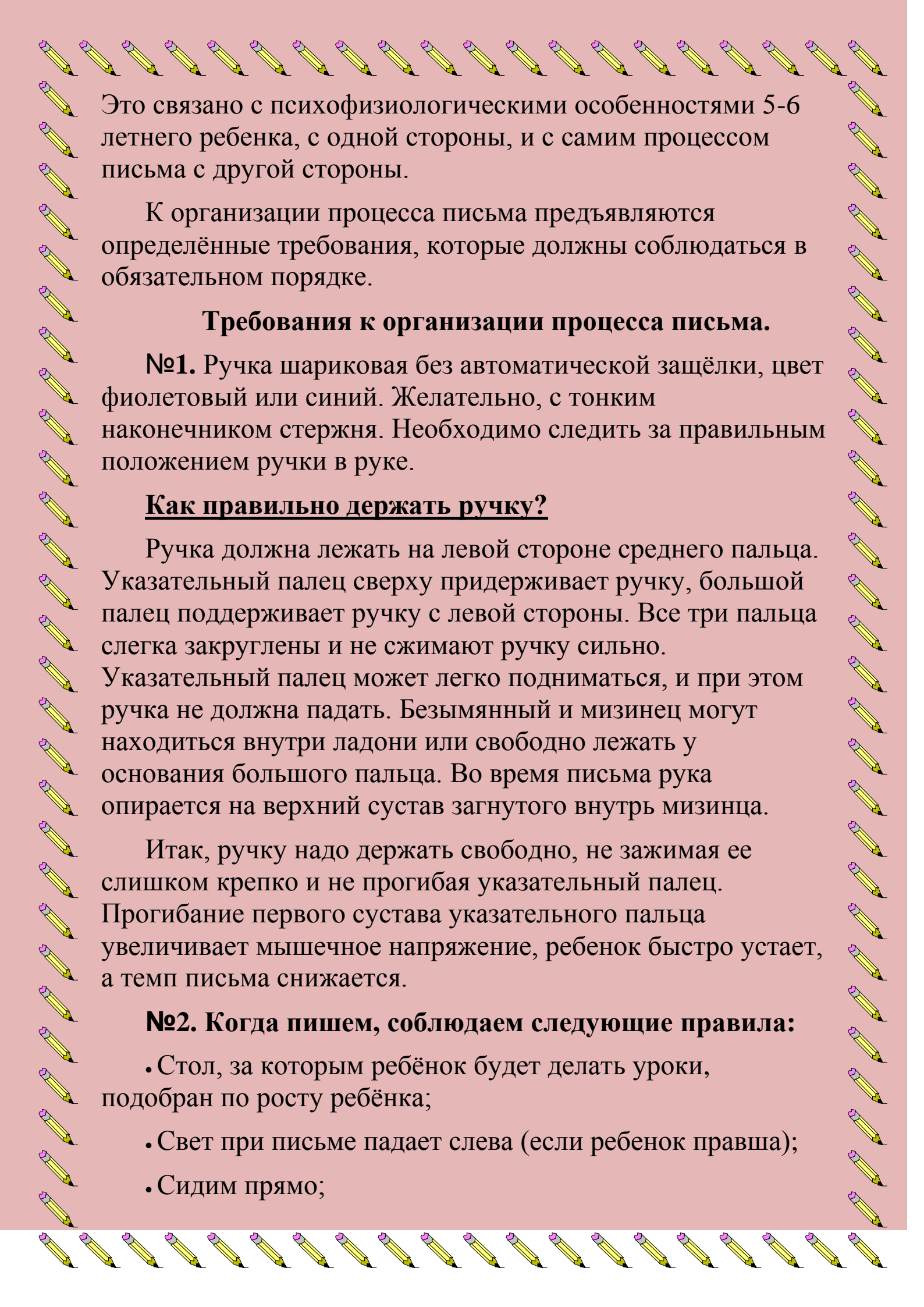


# «Готовим руку к письму»

Подготовили  
воспитатели группы №6

Родителей и педагогов, конечно же, всегда волнует вопрос, как обеспечить полноценное развитие ребенка в дошкольном возрасте, как правильно подготовить его к школе. Учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьезные трудности с овладением навыков письма. Письмо – это сложный навык, включающий выполнение точных координированных движений руки. Развитая моторика необходима для усвоения школьной программы. Год от года увеличивается количество первоклассников, которые испытывают большие трудности при овладении письмом: быстро устаёт рука, теряется рабочая строка, не получается правильное написание букв; не укладывается в общий темп работы. Движения их рук недостаточно точны и целенаправленны. Развитые детские руки нужно не только для школы, но и для всей последующей жизни детей. Отсюда следует, что прежде чем ребёнка учить писать, необходимо подготовить его руку к письму, тренировать мелкие мышцы кисти, укрепить их.

Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению.



Это связано с психофизиологическими особенностями 5-6 летнего ребенка, с одной стороны, и с самим процессом письма с другой стороны.

К организации процесса письма предъявляются определённые требования, которые должны соблюдаться в обязательном порядке.

### **Требования к организации процесса письма.**

**№1.** Ручка шариковая без автоматической защёлки, цвет фиолетовый или синий. Желательно, с тонким наконечником стержня. Необходимо следить за правильным положением ручки в руке.

#### **Как правильно держать ручку?**

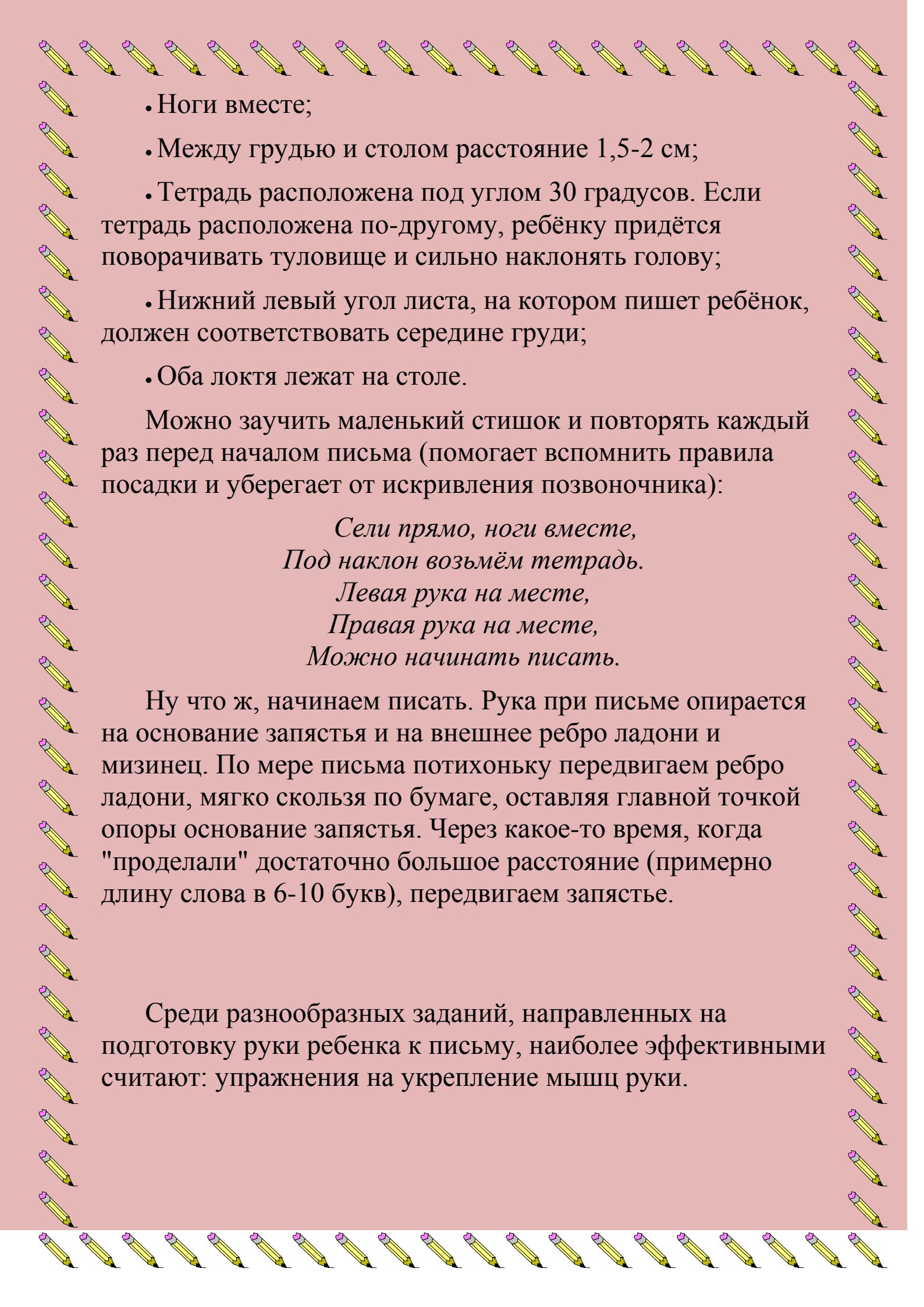
Ручка должна лежать на левой стороне среднего пальца. Указательный палец сверху придерживает ручку, большой палец поддерживает ручку с левой стороны. Все три пальца слегка закруглены и не сжимают ручку сильно.

Указательный палец может легко подниматься, и при этом ручка не должна падать. Безымянный и мизинец могут находиться внутри ладони или свободно лежать у основания большого пальца. Во время письма рука опирается на верхний сустав загнутого внутрь мизинца.

Итак, ручку надо держать свободно, не зажимая ее слишком крепко и не прогибая указательный палец. Прогибание первого сустава указательного пальца увеличивает мышечное напряжение, ребенок быстро устает, а темп письма снижается.

#### **№2. Когда пишем, соблюдаем следующие правила:**

- Стол, за которым ребёнок будет делать уроки, подобран по росту ребёнка;
- Свет при письме падает слева (если ребенок правша);
- Сидим прямо;

- 
- Ноги вместе;
  - Между грудью и столом расстояние 1,5-2 см;
  - Тетрадь расположена под углом 30 градусов. Если тетрадь расположена по-другому, ребёнку придётся поворачивать туловище и сильно наклонять голову;
  - Нижний левый угол листа, на котором пишет ребёнок, должен соответствовать середине груди;
  - Оба локтя лежат на столе.

Можно заучить маленький стишок и повторять каждый раз перед началом письма (помогает вспомнить правила посадки и уберегает от искривления позвоночника):

*Сели прямо, ноги вместе,  
Под наклон возьмём тетрадь.  
Левая рука на месте,  
Правая рука на месте,  
Можно начинать писать.*

Ну что ж, начинаем писать. Рука при письме опирается на основание запястья и на внешнее ребро ладони и мизинец. По мере письма потихоньку передвигаем ребро ладони, мягко скользя по бумаге, оставляя главной точкой опоры основание запястья. Через какое-то время, когда "проделали" достаточно большое расстояние (примерно длину слова в 6-10 букв), передвигаем запястье.

Среди разнообразных заданий, направленных на подготовку руки ребенка к письму, наиболее эффективными считают: упражнения на укрепление мышц руки.



## Упражнения на укрепление мышц руки

### 1. *Упражнения с мелким материалом.*

Можно во время занятий с ребенком нанизывать бусы, застёгивать и расстёгивать пуговицы, кнопки, крючочки, завязывать и развязывать ленточки; перекладывать тремя пальцами, которыми держат ручку во время письма, мелкие игрушки; работать с пипеткой и стаканчиком (выбирать и наливать воду), плести из ниток (например, закладки) и так далее.

### 2. **Различные виды продуктивной деятельности:**

лепка, рисование, аппликация, вырезание по контуру фигурок из бумаги, вышивание. Помимо хорошей тренировки руки, рисование даёт ощущение «творца», является ключом к эмоциональному пониманию искусства.

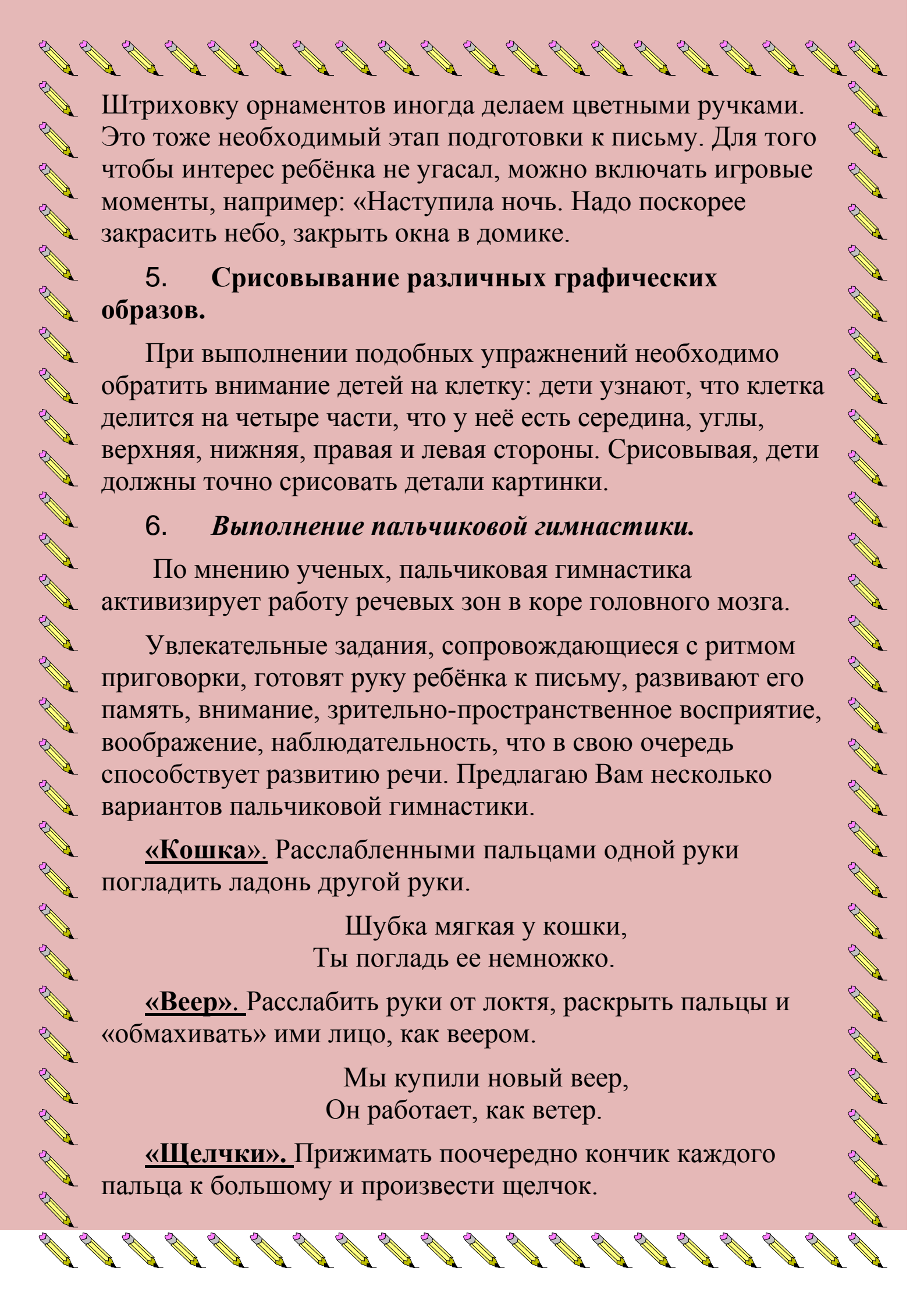
### 3. **Закрашивание**

Это достаточно приятное занятие бывает сначала детям в тягость, но в дальнейшем они выполняют его с удовольствием.

Условие задания: закрашивать надо только цветными карандашами, не выходить за пределы контура рисунка, делать закрашивание сплошным, без полос, можно изменять нажим одного карандаша и закрасить рисунок тремя тонами – совсем светлым, более густым и очень густым.

### 4. **Штриховка** – эта работа достаточно трудная, но очень полезная для развития мелкой моторики, однако у детей это занятие не вызывает интереса.

Дети учатся контролировать себя, выполнять задания в очерченном пространстве, вырабатывают глазомер, приучают руку к ритмичности и точности движений.



Штриховку орнаментов иногда делаем цветными ручками. Это тоже необходимый этап подготовки к письму. Для того чтобы интерес ребёнка не угасал, можно включать игровые моменты, например: «Наступила ночь. Надо поскорее закрасить небо, закрыть окна в домике.

## 5. Срисовывание различных графических образов.

При выполнении подобных упражнений необходимо обратить внимание детей на клетку: дети узнают, что клетка делится на четыре части, что у неё есть середина, углы, верхняя, нижняя, правая и левая стороны. Срисовывая, дети должны точно срисовать детали картинки.

## 6. *Выполнение пальчиковой гимнастики.*

По мнению ученых, пальчиковая гимнастика активизирует работу речевых зон в коре головного мозга.

Увлекательные задания, сопровождающиеся с ритмом приговорки, готовят руку ребёнка к письму, развивают его память, внимание, зрительно-пространственное восприятие, воображение, наблюдательность, что в свою очередь способствует развитию речи. Предлагаю Вам несколько вариантов пальчиковой гимнастики.

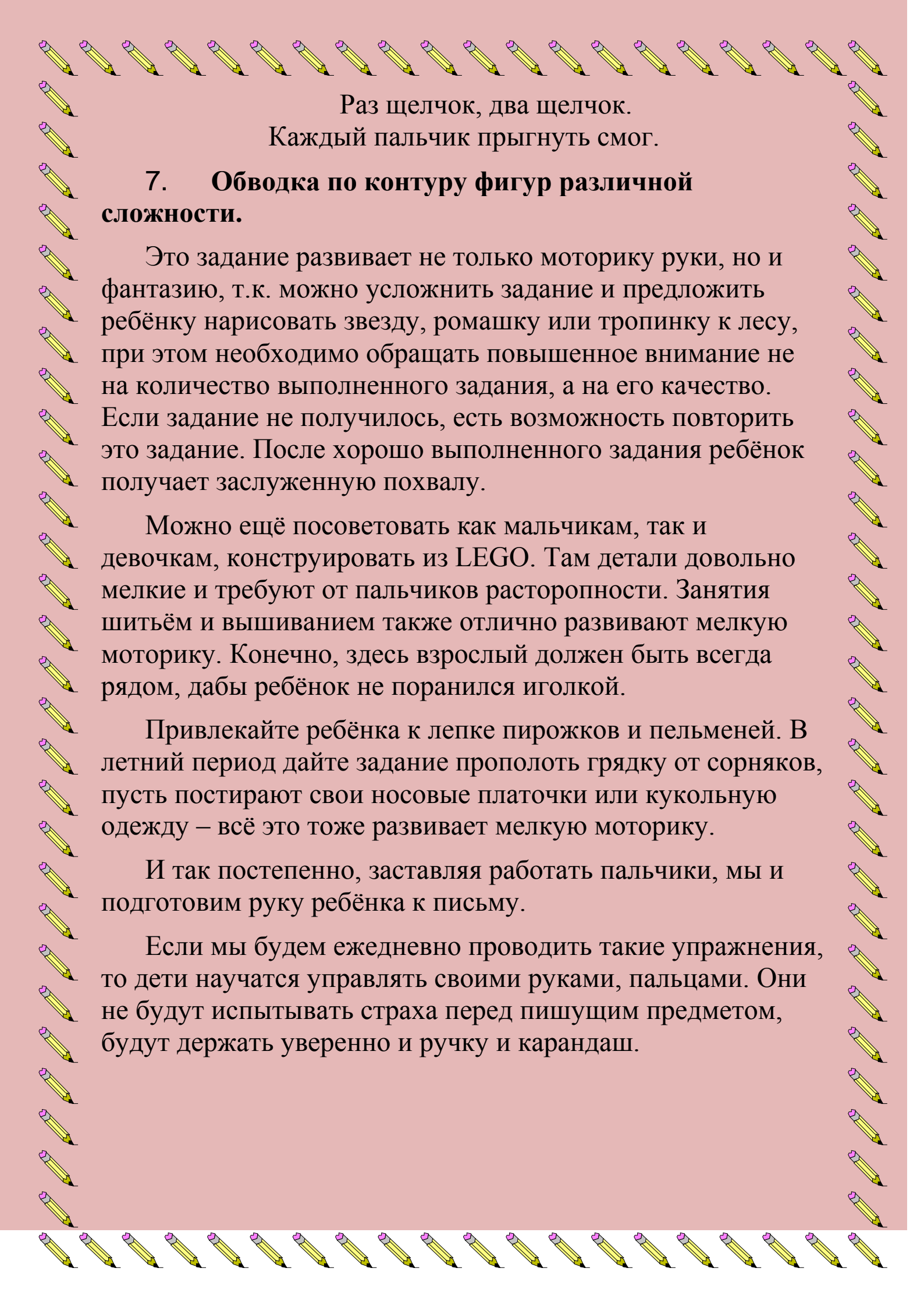
**«Кошка».** Расслабленными пальцами одной руки погладить ладонь другой руки.

Шубка мягкая у кошки,  
Ты погладь ее немножко.

**«Веер».** Расслабить руки от локтя, раскрыть пальцы и «обмахивать» ими лицо, как веером.

Мы купили новый веер,  
Он работает, как ветер.

**«Щелчки».** Прижимать поочередно кончик каждого пальца к большому и произвести щелчок.



Раз щелчок, два щелчок.  
Каждый пальчик прыгнуть смог.

## **7. Обводка по контуру фигур различной сложности.**

Это задание развивает не только моторику руки, но и фантазию, т.к. можно усложнить задание и предложить ребёнку нарисовать звезду, ромашку или тропинку к лесу, при этом необходимо обращать повышенное внимание не на количество выполненного задания, а на его качество. Если задание не получилось, есть возможность повторить это задание. После хорошо выполненного задания ребёнок получает заслуженную похвалу.

Можно ещё посоветовать как мальчикам, так и девочкам, конструировать из LEGO. Там детали довольно мелкие и требуют от пальчиков расторопности. Занятия шитьём и вышиванием также отлично развивают мелкую моторику. Конечно, здесь взрослый должен быть всегда рядом, дабы ребёнок не поранился иголкой.

Привлекайте ребёнка к лепке пирожков и пельменей. В летний период дайте задание прополоть грядку от сорняков, пусть постирают свои носовые платочки или кукольную одежду – всё это тоже развивает мелкую моторику.

И так постепенно, заставляя работать пальчики, мы и подготовим руку ребёнка к письму.

Если мы будем ежедневно проводить такие упражнения, то дети научатся управлять своими руками, пальцами. Они не будут испытывать страха перед пишущим предметом, будут держать уверенно и ручку и карандаш.