

## Консультация для родителей «Готовим руку к письму»

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.

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. Пригибание 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;
- 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 "проделили" 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.

- 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.

- 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.





### • 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.

• 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»

### • 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.



- **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. Предлагаем 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.

- **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.

