**Готовим руку к письму**

Учителя начальных классов, а именно первоклассников сталкиваются с трудностями при обучении письму. Многие дети боятся ручки, неправильно ее держат, не могут ориентироваться в тетради, при рисовании и закрашивании поворачивают лист бумаги в разные стороны, изображения слишком маленькие предметы на листе. Это говорит о том, что дети не имеют достаточного опыта работы за столом.

Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению. Это связано с психофизиологиче-

скими особенностями 6-7 летнего ребенка и с самим процессом письма.

Согласно данным психологов и физиологов у детей данного возраста слабо развиты мелкие мышцы руки, несовершенна координация движений, не закончено окостенение запястий и фаланг пальцев. Зрительные и двигательные анализаторы, которые непосредственно участвуют в восприятии и воспроизведении букв и их элементов, находятся на разной стадии развития. На самых начальных ступенях обучения письму дети не видят в буквах элементов. Они не могут выделить их из целой буквы, да и конфигурацию буквы воспринимают не полностью, не замечая малых изменений элементов ее структуры.

В работе по совершенствованию восприятия букв необходимо учитывать особенности детского восприятия пространства. Психологи отмечают, что у детей 6-7 лет недостаточно сформирована способность к оценке пространственных различий, от которых зависит полнота и точность восприятия и воспроизведения форм букв. Дети с трудом ориентируются в таких необходимых при письме пространственных характеристиках, как правая и левая сторона,верх–низ,ближе–дальше,под–над,около–внутри и т.д.

Сам процесс письма является чрезвычайно сложным, требующим непрерывного напряжения и контроля. При этом формируются технические навыки: правильное обращение с письменными принадлежностями, координация движений руки при письме, соблюдение гигиенических правил письма; графические навыки. При письме особенно важно, не столько овладеть отдельными умениями, сколько сформировать весь комплекс готовности ребенка к письму: сочетание темпа и ритма речи с движением глаз и руки, умение управлять своими руками, умение управлять своими пальцами и обратить особое внимание на подготовку руки к письму, т.е. учить восприятию и письму печатных и письменных букв, познакомить с гигиеническими правилами письма, рабочей строкой, различными предметными образами, приближенными к конфигурации букв, с основными элементами букв. Если ребенок к семи годам научился в игровой форме управлять своими руками и пальцами, воспринимать образ печатных и письменных букв, находить их в различных текстах и овладеет написанием основных элементов букв, этого будет достаточно для дальнейшего обучения письму в школе на материале всего алфавита.

Я подготовила систему упражнений, позволяющих каждому ребенку постепенно, без перегрузки, с максимальным учетом егоиндивидуальных особенностей подготовиться к письму.

Начала свою работу с пальчиковой гимнастики. Движение пальцев и кистей рук имеет особое стимулирующее воздействие. Пальчиковая гимнастика не только положительно воздействует на речевые функции, но и на здоровье ребенка. Для начала более простые упражнения: сжимание и разжимание пальцев рук, переплетение пальцев, сжав ладони, поднимание и спускание пальцев. Каждое занятие проводится в течение нескольких минут, два – три раза в день. После каждого упражнения расслабляющий момент (спустили руки и потрясли ими или покачали руками – пусть отдохнут).

Более сложные упражнения, работа с каждым пальчиком отдельно.

Работа с детьми не ограничивается только пальчиковой гимнастикой. Добавляются упражнения по мелкой моторике рук, действия с пластилином, конструирование изкубиков, собирание различных пирамидок, перекладывание из одной кучки в другую карандашей, пуговиц, спичек, перекатывание шестигранного карандаша, “чудесный куб” для вкладывания в отверстия различных фигур. Большое внимание нужно уделять на развитие навыков самообслуживания в повседневной жизни ребенка: одевание раздевание, застегивание и расстегивание пуговиц, зашнуровывание и расшнуровывание. Эти упражнения способствуют укреплению и развитию руки, координации движения.

Для подготовки руки к письму предлагаю работу по раскрашиванию рисунков (штриховку). Штриховка, как один из самых легких видов деятельности, вводится в значительной мере и ради усвоения детьми необходимых для письма гигиенических правил. Вместе с тем она продолжает оставаться средством развития согласованных действий зрительного и двигательного анализаторов и укрепления двигательного аппарата пишущей руки.

При раскрашивании можно использовать виды штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движений: раскрашивание короткими, частыми штрихами; раскрашивание мелкими штрихами с возвраты; центрическую штриховку; штриховку длинными параллельными отрезками. Дети, выполняя работу по штриховке, в отличие от работы, связанной с написанием букв, нечувствуют усталости, они делают это свободно, хотя рука проделывает те же манипуляции, что и при письме. Поскольку штриховка не затрудняет ребенка, он может сосредоточиться на основной задаче – на выполнении гигиенических правил письма, которые отличаются от гигиенических правил рисования.

Следить за гигиеническими правилами письма: посадка, положение листа тетради, рук, ручки, ведение руки по строке слева направо. Ведь соблюдение гигиенических правил письма поможет детям в дальнейшем преодолеть трудности технической стороны письма.

Задания, требующие достаточной точности и согласованности движений кистей рук. К таким заданиям относятся разные виды плетений из бумаги и ткани, тесьмы (например: плетение ковриков из бумажных полос).

Точность и ловкость движений пальцев приобретаются детьми в увлекательном занятии “Сделаем бусы”. Вся работа по изготовлению бус требует сенсорно-двигагельной координации, аккуратности, настойчивости, т.e. качеств, необходимых для письма.

Особую роль в развитии ручной умелости играет умение уверенно пользоваться ножницами.

Занятия аппликацией, на которых симметричное вырезание, вырезание размеченных фигурок, картинок. Из вырезанных фигурок составляются целые композиции-аппликации.

Для успешного овладения письмом – развитие графических навыков: рисование простым карандашом палочек, дуг, кружков, овалов, размещая всё это в клеточках. Затем постепенно переходить к более сложным рисункам. Все они точно вписываются в клетку. Ребенок должен ее хорошо видеть и соизмерять свой рисунок с образцом, данным в начале строчки. С помощью этой опоры дети правильно несут линию, не “выезжая” за клетку. Целью графических упражнений является: знакомство с тетрадным листом в крупную клетку; ориентировка по клеточкам (нахождение верхнего левого, верхнего правого угла; нижнего левою, нижнего правою угла; середины клетки). Формирование умения “входить” в клеточку, обводить ее, вести прямые линии сверху – вниз и слева – направо по разлиновке; размешать внутри клеточки круг; соединять углы клеточек по диагонали; вести волнообразные линии, не отрывая карандаша от листа бумаги и не выходя за горизонтальные строчки разлиновки.

В 1 классе осуществляются навыки самообслуживания, добавив к этому сервировку стола, что тоже способствует развитию координированных движений руки. Большое внимание уделяется развитию графических навыков. Зарисовывать внутри клеточек контуры простейших предметов; закреплять графические навыки при зарисовке геометрических фигур (круги, дуги, квадраты, прямоугольники, треугольники, овалы), штрихование и раскрашивание рисунков с помощью цветных карандашей. Графические диктанты, например: “Одна клеточка вверх, одна клеточка вниз, одна клеточка направо” и т.д. Можно использовать такие задания, как “Дорисуй картинку”, “Нарисуй такую же картинку”, “Нарисуй такую же фигуру».

Дети научатся управлять своими руками, пальцами. Они не испытывают страха перед пишущим предметом, держат уверенно и ручку и карандаш.

У них формируются внимание и контроль за собственными действиями, координируются движения руки и глаз, развивается умение анализировать образец, устанавливается принцип построения ряда на основе выделения его элементов.

**Подготовка руки к письму и виды занятий:**

1. Лепка (глина, пластилин, тесто), [пластилиновые заплатки](https://promany.ru/kakie-byvayut-raskraski/plastilinovye-zaplatki)
2. [Рисование пальцами (по манке, муке, крупе)](https://promany.ru/kakie-byvayut-raskraski)
3. Мозаика
4. [Сборка конструктора с мелкими деталями](https://promany.ru/lego-sxemy)
5. Различные [шнуровки](https://promany.ru/category/igry-raspechatat)
6. [Игры с прищепками, пуговицами, крупами](https://promany.ru/igry-dlya-rebenka/igri-s-prishhepkami)
7. Вырезание ножницами
8. [Складывание листа (оригами)](https://promany.ru/rubriki/sgibalki.html)
9. Занятия с резиновыми игрушками, которые можно сжать
10. [Игры с палочками](https://promany.ru/rubriki/palochki-kyuizenera-sxemy.html)

**Упражнения для укрепления руки**

Графические упражнения по типу: соедини точки, обведи изображение, заштрихуй фигуру и т.п. Эти письменные упражнения разрабатывают мышцы рук, а так же формируют двигательные навыки, и помогают правильному расположению пальцев при написании букв, и готовят руку для безотрывного письма.

**Упражнения для формирования четкости линий**

Данные задания помогают ребенку научиться копировать, проводить прямые и волнистые линии, научат рисовать, штриховать. Благодарят таким упражнениям, ребенок научится соблюдать размер и наклон, а так же расположение на строке.

**Занятия с прозрачными страницами,**

**обводилки и лабиринты**

Перенесение изображения через прозрачную страничку развивают навыки для формирования красивого почерка, а так же помогут научиться рисовать, писать и выучить буквы. Обводилки помогают развитию графомоторных навыков и гармоничному развитию ребенка. А лабиринты позволят сформировать концентрацию внимания.

**Упражнения для разминки пальчиков или**

**пальчиковая гимнастика**

Делать разминку стоит через 10-15 минут занятий**.** Это позволит ребенку дольше работать продуктивно.

**Массаж пальчиков**

Ребенок старался удерживать ручку, он был в напряжении и сосредоточен, мышцы рук его устали. По окончании занятия хорошо сделать массаж пальчиков, для того чтобы расслабить мышцы.

**Массаж можно сделать массажными мячиками**

Массаж карандашом, лучше чтобы карандаш был многогранным





