

# Подготовка руки к письму



Перед школой многие родители стараются научить ребенка читать и писать, но абсолютно забывают о не менее важном процессе — развитии мелкой моторики как основе подготовки руки к письму. В дошкольном возрасте важно не обучение письму, а именно подготовка к нему.

Прежде чем приступать к упражнениям для формирования навыков письма, необходимо разработать руки, чтобы они смогли выдержать нагрузку, которая будет на них ложиться во время обучения в школе. Чтобы держать ручку и параллельно совершать большое количество движений, они должны быть сильными и обладать определенной ловкостью. **Упражнения, которые тренируют мелкую моторику и плавно готовят руку к письму, полезно выполнять детям уже с 3 лет.**

Для развития мышц используются различные игры, любые подручные средства или специальные игрушки, которые могут стать отличными тренажерами.

- *Игры с крупами* (перекладывание из емкости в емкость, выкладывание дорожек, бросание в отверстие и т.д.), *прищепками*, *бусинами* (нанизывание), *крышками* (откручивание, закручивание) и др.

- *Игры с кинетическим песком*, *рисование на песке* (манке), *на доске мелом*.

- *Раскручивание юлы и волчка*. Чтобы привести юлу в движение, ребенку необходимо напрягать руку и удерживать ее в определенном положении, а также производить движения вверх и вниз. Это отлично укрепляет кисти рук. Для раскрутки волчка ребенку нужно совершить вращательное движение кистью, держась за ось тремя пальцами, что тренирует правильный захват.

- *Лепка из пластилина, теста, сгибание проволоки*. Из пластилина можно вылепить интересные фигурки, а во время размягчения заодно и хорошо проработать мышцы. Предложите ребенку помочь во время приготовления пельменей, пускай он лепит их вместе с мамой. То же самое касается проволоки — это отличный материал для изготовления различных фигурок. К тому же в процессе создания дети прилагают усилия, значит, мышцы напрягаются и развиваются.

- *Выкладывание мозаики, шнуровка, завязывание бантиков* и пр.

- *Вырезание и аппликация*. Вырезание ножницами из

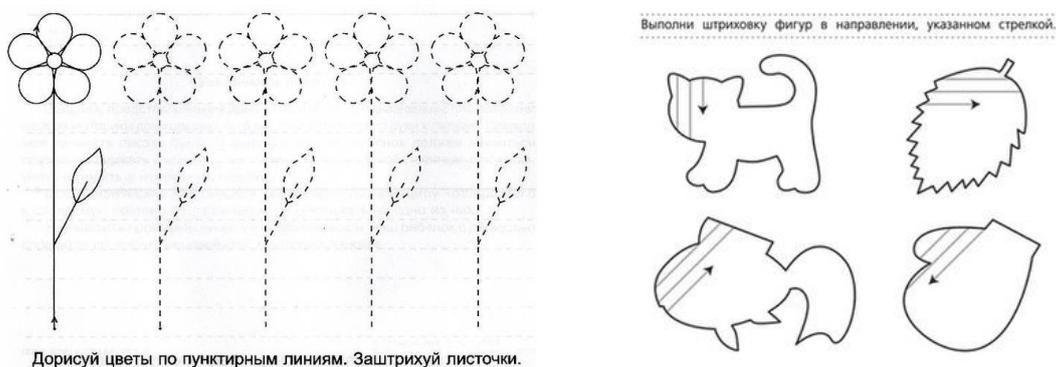


цветной бумаги позволяет создать красивые аппликации. Можно обойтись и без ножниц, а просто отрывать от листа кусочки. Такие картинки получаются ничуть не хуже.

- *Пальчиковая гимнастика.* В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Следующий этап подготовки руки к письму – выполнение графических упражнений. К ним относятся: *обводка, дорисовка, штриховка* (по вертикали, горизонтали, диагонали в разных направлениях), *раскраска*.

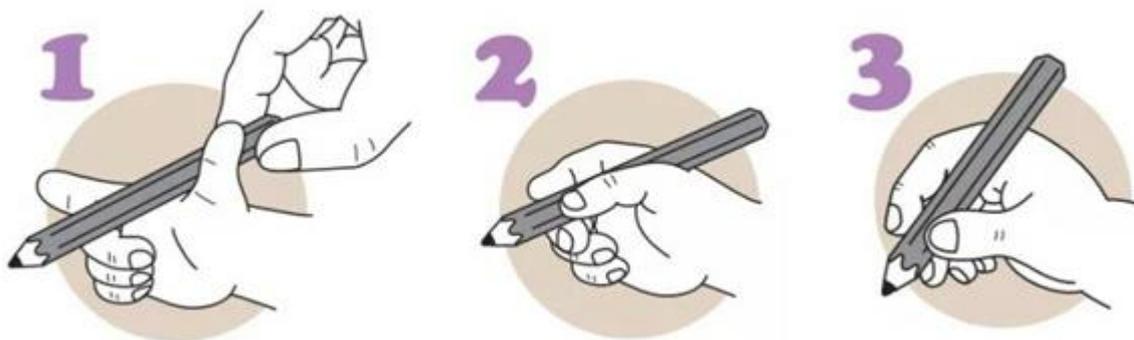
Работать лучше всего карандашами, а не фломастерами, так как для прорисовки малышу придется прикладывать усилия, а это, по мнению специалистов, обеспечивает лучший эффект на мышцы. В процессе требуется следить, чтобы рисунок был выполнен аккуратно, равномерно и не выступал за линии.



Однако, прежде чем приступать к выполнению графических заданий, очень важно сформировать у ребенка умение правильно держать карандаш, потому что даже небольшие изменения в захвате негативно сказываются не только на почерке, но и физиологических ощущениях.

**Как правильно держать карандаш?** Для этого необходимо:

- 1) Расположить указательный и большой палец под прямым углом, а остальные пальцы согнуть в ладони.
- 2) Разместить ручку на вторую фалангу среднего пальца: он должен оказаться в углублении между указательным и большим пальцами. После этого пальцы сжимаются.
- 3) Проверить правильность захвата ручки.



Мизинец должен быть прижат к поверхности листа, а ладошка – повернута к поверхности стола. Захват необходимо производить на высоте равной 2 см от грифеля. Также нужно, чтобы другой кончик был направлен в сторону плеча.

Важно научить малыша **ориентироваться на листе**: показать, где верхняя, нижняя, правая, левая сторона, где находится центр листа, а где – углы (верхний правый, верхний левый, нижний правый, нижний левый). Это можно сделать, играючи, например, попросить ребенка нарисовать что-нибудь в центре листа и в левом верхнем уголке. Таким же образом нужно разъяснить, что такое клетка, какие части есть у нее.

Подготовка руки к письму – это неотъемлемая часть подготовки к обучению в школе. Малышам полезно различными способами тренировать мелкую моторику рук, а в более старшем возрасте уже можно браться за бумагу и ручку. Благодаря своевременной подготовке руки к письму можно избежать множества трудностей при обучении в школе. Помните: успешность работы по формированию двигательных навыков зависит от ее систематичности и регулярности.