

Консультация для родителей первоклассников:

«Что нужно знать о навыках письма».

Письмо - сложный координационный навык, требующий слаженной работы мелких мышц кисти, всей руки, правильной координации движений всего тела. Овладение навыком письма - длительный и трудоёмкий процесс, который не всем детям даётся легко.

Умение выполнять мелкие движения с предметами развивается в старшем дошкольном возрасте. Именно к 6-7 годам в основном заканчивается созревание соответствующих зон коры головного мозга, развитие мелких мышц кисти. Важно, чтобы к этому возрасту ребёнок был подготовлен к усвоению новых двигательных навыков (в том числе и навыка письма), а не был вынужден исправлять неправильно сформированные старые.

Изменение неправильно сформированного двигательного навыка требует много сил и времени как от ребёнка, так и от родителей. Это не только осложняет обучение письму, но и, что особенно нежелательно, создаёт дополнительную нагрузку на центральную нервную систему ребёнка на первом году обучения в школе.

Наиболее оптимальное и удобное положение пальцев, обеспечивающее ровный и аккуратный почерк, следующее: пишущий предмет лежит на верхней фаланге среднего пальца, фиксируется большим и указательным пальцами, причём большой расположен несколько выше указательного, опора - на мизинец, средний и безымянный пальцы расположены примерно перпендикулярно к краю стола. Расстояние от нижнего кончика пишущего предмета до указательного пальца - примерно 1,5-2,5 см. Верхний кончик пишущего предмета ориентирован на плечо пишущей руки. Кисть при письме, рисовании находится в движении, не фиксирована, локоть не отрывается от стола. Пальцы не должны сжимать пишущий предмет слишком сильно.

Ребёнок сидит за столом прямо, голова (но не туловище) слегка наклонена, ноги согнуты под прямым углом, подошва ноги всей поверхностью касается пола. Рука, не занятая письмом, лежит на столе, параллельно его краю. Она ни в коем случае не должна лежать на коленях - это приводит к приподниманию плеча пишущей руки, что способствует возникновению нарушения осанки.

Неправильный двигательный навык в обращении с пишущими предметами (карандаш, ручка, фломастер) ярко проявляется в рисовании или при попытке изобразить на листе бумаги фигуры типа букв.

Родителей должен насторожить такой явный признак недостаточной работы пальцев рук, как активное поворачивание листа бумаги при рисовании и закрашивании. Такие виды изобразительной деятельности, как рисование и закрашивание, вырабатывают пространственную ориентацию на плоскости листа, умение менять направление линии при помощи тонких движений пальцев. Достигая тех же целей при помощи поворачивания листа, ребёнок лишает себя тренировки пальцев и руки, необходимой в дальнейшем для овладения письмом.

Показательным является и изображение на листе слишком маленьких предметов: как правило, это свидетельствует о жёсткой фиксации кисти при рисовании. Этот недостаток хорошо выявляется при попытке ребёнка нарисовать одним движением окружность диаметром примерно 3 см (по образцу). Если ребёнок имеет склонность фиксировать кисть на плоскости, он не справится с этой задачей: нарисует овал вместо окружности, окружность значительно меньшего диаметра или будет рисовать эту фигуру в несколько приёмов, периодически передвигая руку.

Для развития тонкой ручной координации важно, чтобы ребёнок систематически занимался разнообразными видами ручной деятельности. Это рисование, аппликация, лепка, выкладывание узоров из мозаики, конструирование из некрупных деталей. Для девочек (а возможно, и для мальчиков) полезным и увлекательным занятием является рукоделие: шитьё, вышивание, вязание, макраме.

Упражнения по формированию кинетической основы двигательного акта письма

1. **«Блины»**. Положить кисти рук на стол ладонями вниз, одновременно поворачивать их ладонями вверх. При выполнении движений кисти рук отрываются от стола.

2. **«Кошечка»**. Положить кисти рук на стол ладонями вниз. Сжать пальцы обеих рук одновременно в кулак, затем разжать их, разводя пальцы. При выполнении движений кисти рук отрываются от стола и затем кулак или ладонь кладутся на стол.

3. **«Шалтай - Болтай»**. Положить правую кисть на стол ладонью вверх, левую ладонью вниз. Одновременно поменять положение кистей рук.

4. **«Кошка - мышка»**. Положить на стол раскрытую ладонь правой руки и сжатую в кулак кисть левой руки. Одновременно поменять положение кистей рук.

5. **«Пальчики - драгуны»**. Поставить локти на стол. Прижать обе ладони друг к другу. Постукивать поочередно, начиная с большого, пальцами друг о друга.

6. **«Молоточки»**. Ударять подушечками пальцев по столу последовательно, начиная с большого пальца. Упражнение проводится под счет, пальцами только правой или только левой руки, затем одновременно пальцами обеих рук.

7. **«Бинокль»**. 2, 3, 4, 5 пальцы рук примыкают друг к другу. Соединить большой палец с указательным сначала на правой кисти, затем на левой. Сблизить пальцы правой и левой рук до их соприкосновения.

8. **«Человечки»**. Сжать кисть руки в кулак, выпрямить указательный и средний пальцы, поставить их на стол. Поочередно поднимая пальцы от стола, продвигать их вперед. Упражнение выполняется пальцами правой или левой руки, затем одновременно пальцами обеих рук при аналогичной работе указательного и среднего пальцев.

9. **«Раки»**. Положить на стол ладони рук: правая - с сомкнутыми пальцами, левая - с разомкнутыми. Одновременно поменять положение пальцев рук.