

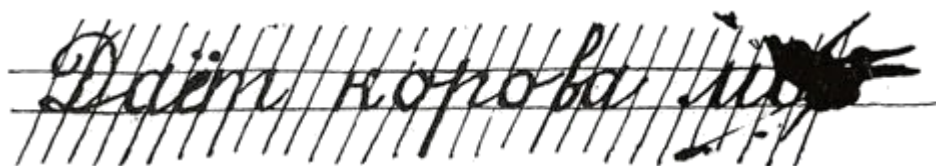


Подготовка руки к письму

(на что обратить внимание родителю
будущего первоклассника)

автор: учитель – логопед Жевлакова Е.А.

Когда заходит речь о том, что же главное при подготовке руки к письму, мы часто слышим о развитии мелкой моторики как о первом условии. При этом учителя начальной школы отмечают, что вчерашние дошколята, увлеченно и в огромных количествах собиравшие дворцы и корабли из мелкого конструктора «Лего», производят в своих тетрадях кривые буквы, не «держат» строку и их почерк далек от каллиграфического. Похоже, дело не только в мелкой моторике...



Так что же необходимо развивать будущему первокласснику, чтобы избежать проблем с почерком?

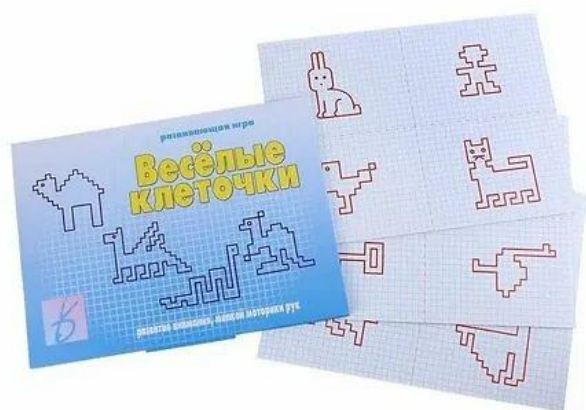
Первый и важный момент – **выносливость**. Для того, чтобы рука не уставала выводить элементы, буквы, слова, мышцы кисти, предплечья, плеча должны быть выносливы, сильны. И это качество прекрасно тренирует **раскрашивание**. Совершенно забытое, замененное множеством других более современных видов деятельности. Между тем, его пользу в данном случае невозможно переоценить. Раскрашивание карандашами! Фломастеры, краски, маркеры не дают такого сопротивления, которое позволяет мышце достаточно напрягаться. Только карандаши!

Кроме того, раскрашивание помогает тренировать зрительно-моторную координацию: ребенок учится видеть границы рисунка, контролировать свои движения, чтобы оставаться в пределах изображения. Раскрашивание учит ребенка менять напряжение мышц. Где-то напрягать руку, где-то расслаблять. Это потом даст возможность менять нажим на пишущий инструмент по мере необходимости. **Важно:** раскрашивать ребенок должен под контролем взрослого, не выходя за границы рисунка, не оставляя больших пробелов, не поворачивая лист (а меняя положение руки).

Также хороши для тренировки мышц кисти занятия аппликацией: вырезание ножницами, работа с клеящим карандашом достаточно нагружают руку. Лепка из глины, обычного пластилина тоже будет полезна.

Второй аспект – это **зрительно-моторная координация** – способность соотносить движения руки под контролем глаза. Это качество нарабатывается с помощью штриховки, рисования по клеткам, рисования по трафаретам, срисовывания изображений по опорным клеткам, точкам, чертить по линейке.

Кроме того, важно научить ребенка **ориентироваться** сначала в пространстве, а потом на листе бумаги и в клетке. Для этого играем в игры, когда нужно повторить позу,



создать позу по словесному описанию, рисуем на листе предметы по заданию взрослого (в центре, в правом верхнем углу, внизу слева, между предметами), ставить точку в центр клетки, в углы, проводить линии внутри клетки.

Обратите внимание, что прописи в дошкольном возрасте стоят на последнем месте в списке пособий для подготовки руки к письму.

Примеры игр и упражнений, которые можно выполнять дома

1. Ходьба и прыжки:

- а) с поворотом на 90 и 180° в обе стороны;
- б) через предмет, лежащий на полу (малый мяч, гимнастическая палка, подушка), вправо-влево, вперед-назад, стоя к нему лицом, боком, спиной;
- в) прыжки с поворотом на 180° на двух ногах через гимнастическую палку: с продвижением на разные расстояния от какого-то ориентира, линии; с продвижением вперед, но с промежуточным движением (один прыжок вперед — через линию, другой — параллельно линии и т. д.).

2. Игра «Выше — ниже»

Стоя перед зеркалом, ребенок и взрослый вместе анализируют расположение отдельных частей тела по отношению друг к другу с точки зрения вертикальной оси, не забывая о маркерах. Находят, показывают и называют то, что «выше всего» (голова, макушка); что «ниже всего» (ноги, стопы); «выше, чем»; «ниже, чем». Затем ребенок повторяет все это без зеркала и с закрытыми глазами.

Аналогично отрабатывается взаимное расположение отдельных частей лица (лоб, глаза, нос, уши, рот, щеки) и других частей тела (рук — плечо, локоть, предплечье, запястье, ладонь, пальцы; собственно тела — шея, плечи, грудь, спина, живот; ног — бедро, колено, голень, стопа) относительно друг друга.

3. Игра «Робот».

Участники игры закрывают глаза. Ведущий прячет мелкий предмет, в комнате. Когда предмет спрятан, игроки открывают глаза, ведущий говорит, что они - «роботы» и будут искать спрятанную вещь, но по команде ведущего. Ведущий может отдавать такие команды, как: сделай ... шагов влево (вправо, вперед, назад); повернись через правое (левое) плечо.

Затем ведущим становится ребенок.

4. Магазин

Участники игры сидят друг напротив друга, отгородившись ширмой. У каждого одинакового набора картинок (продукты, игрушки, канцтовары, одежда) и карточка, имитирующая полку магазина. Один участник выкладывает картинки на своей карточке и называет место расположения каждой из них. Другой старается воспроизвести всё в точности по инструкции. Затем, убрав ширму, играющие могут сравнить оба «магазина».

5. Назови соседей

Для игры понадобится лист бумаги, на котором хаотично расположены изображения различных предметов или просто страница книжки, иллюстрация в журнале.

Вариант 1: Взрослый просит найти изображение какого-то предмета и определить:

- что изображено справа от него,
- что нарисовано под ним,
- что находится вверху справа от заданного предмета, и т.п.

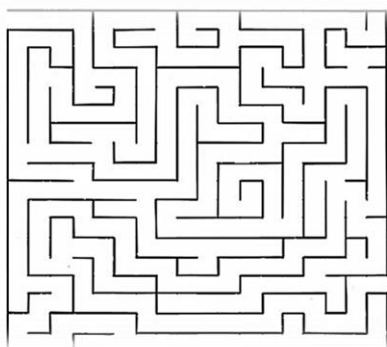
Вариант 2: просит назвать или показать предмет(ы), который(е) находятся:

- в правом верхнем углу,
- вдоль нижней стороны листа,
- в центре листа, и т.п.



6. Лабиринты и Графомоторные упражнения

7. Игры с предметами домашнего обихода



- ✓ Рисование цифр, букв, фигур, предметов на рассыпанной по подносу крупе. Манка, пшеничная, пшено дадут разные тактильные ощущения. Попробуйте рисовать не только указательным пальцем.
- ✓ Подберите пуговицы разного цвета и размера. Сначала выложите рисунок сами, затем попросите ребенка сделать то же самостоятельно. Затем предложите выкладывать изображения по замыслу. Пуговицами можно выкладывать контур и «закрашивать» раскраски.
- ✓ Насыпаем в кружку сухой горох. Ребенок проговаривает знакомое четверостишие и на каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую кружку. Сначала одной рукой, затем двумя руками одновременно, попеременно большим и средним пальцами, большим и безымянным, большим и мизинцем.
- ✓ Насыпаем горох на блюдце. Ребенок большим и указательным пальцами берет горошину и удерживает ее остальными пальцами (как при сборе ягод), потом берет следующую горошину, потом еще и еще - так набирает целую горсть.
- ✓ Ребенок собирает спички (или счетные палочки) одними и теми же пальцами разных рук (подушечками): двумя указательными, двумя средними и т.д.
- ✓ Строим "сруб" из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.
- ✓ Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочередно "кусаем" ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стихотворения:
*Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: "Кыш!"*
- ✓ Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (или полиэтиленовый пакетик) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

Успешных занятий!