
Подготовка руки ребенка к письму

Косарева Ольга Александровна
Семинар-практикум для родителей

Теоретическая часть

Мелкая моторика – это согласованные движения пальцев рук, умение ребенка «пользоваться» этими движениями – держать ложку и карандаш, застегивать пуговицы, рисовать, лепить. Головной мозг, руки (кончики пальцев) и артикуляционный аппарат (движения губ, нижней челюсти и языка при речи) тесно связаны между собой. Ребенок со скованными движениями неумелых пальцев отстает в психомоторном развитии, у него возникают проблемы с речью и, как следствие, с письмом.

Неловкость пальцев говорит о том, что мелкая моторика недостаточно развита. Врачи и педагоги уделяют ее развитию пристальное внимание. В литературе имеется много исследований, которые подтверждают, что тренировка тонких движений пальцев рук стимулирует развитие речи, и подготавливают руку ребенка к письму. Ведь, если не обращать внимание на развитие мелкой моторики в дошкольном возрасте, то в школе это может привести не только к нарушением почерка, но и к дисграфии (т.е. нарушению письма).

Итак, для того, чтобы подготовить руку ребенка к письму, необходимо проводить работу по развитию пальцевой моторики. Она должна проводиться систематически, не менее двух – трех раз в неделю по 20 – 30 минут.

Пальчиковый тренинг должен быть разнообразным, эмоциональным, неустойчивым и обязательно в игровой форме. Для развития мелкой моторики можно использовать и нетрадиционный материал (крупы, прищепки, болты, шнурки, бусины, пуговицы и многое другое).

Практическая часть

Упражнения по развитию мелкой моторики можно условно разделить на 3 группы:

- **1 группа – «массаж»** Массаж пальцев, начиная с большого и до мизинца. Растирать зубной щеткой сначала подушечку пальца, затем медленно опускаться к его основанию.

Массаж поверхностей ладоней мячиками – ежиками. Вертеть их в руках, щелкать по ним пальцами.

Массаж шестигранными карандашами. Грани карандаша легко «укладываются» в ладони и активизируют нервные окончания, снимают напряжение.

Массаж грецкими орехами (каштанами).

"ПИЛА" Левая рука (кисть и предплечье) лежит на столе ладонью вверх. Ребрами правой ладони имитируем движение пилы по всей поверхности левой ладони в направлении вверх-вниз. То же для другой руки.

"УТЮЖОК" Исходное положение то же. Правой рукой поглаживаем, растираем, разминаем левую. То же для другой руки.

"КАТОК" И.п. то же: костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигаем вверх-вниз по левой ладони, разминая её. То же для другой руки.

"БУРАВЧИК" И.п. то же. Фалангами сжатых в кулак пальцев правой руки производим

движения по типу буравчика на левой ладони. То же для другой руки.

"КРАБ" И.п. то же. Пальцы расставлены. Сгибаем указательный и средний пальцы правой руки и фалангами пощипываем пальцы левой. То же для другой руки.

"СОГРЕЕМ ЛАДОШКИ" Сильно потираем руки.

- **2 группа - пальчиковый тренинг**

«Прищепки» - прищепками поочередно «кусать» фаланги пальцев от большого пальца к мизинцу. Так же можно использовать различные трафареты для надевания на них прищепок. Прищепками можно брать и перекладывать бумажные комочки, фасолины и другие мелкие предметы.

«Узелки» - перебирать веревочки с узелками пальцами, называя по порядку день недели, месяцы, гласные звуки; развязывать узелки, назвав слово на заданный звук.

Так же для развития мелкой моторики пальцев рук можно использовать такие подручные средства фасоль, горох и другие крупы (под присмотром взрослых). Можно смешать белую и черную фасоль, а ребенок должен разложить на 2 тарелочки (можно с использованием пинцета); можно выложить из крупы различные геометрические фигуры, спрятать в мешочек с фасолью различные мелкие игрушки, а ребенок должен найти их.

«Узнай предмет» - опознание предмета, буквы, цифры на ощупь поочередно правой и левой рукой. Более сложный вариант - ребенок одной рукой ощупывает предложенный предмет, а другой рукой (с открытыми глазами) его зарисовывает.

"Резиночка" Для этого упражнения можно использовать резинку для волос диаметром 4-5 сантиметров. Все пальцы вставляются в резинку. Задача состоит в том, чтобы движениями всех пальцев передвинуть резинку на 360° сначала в одну, а затем в другую сторону. Выполняется сначала одной, потом другой рукой. Так же натягивание резинки на различные предметы, например, кубики.

Перекатывание карандаша между пальцами от большого к мизинцу и обратно поочередно каждой рукой.

"Повтори движение" (вариант игры Б. П. Никитина "Обезьянки")

Взрослый, садясь напротив ребенка, делает пальцами своей руки какую-либо "фигуру" (какие-то пальцы согнуты, какие-то выпрямлены - любая комбинация). Ребенок должен точно в такое же положение привести пальцы своей руки - повторить "фигуру". Задание здесь усложняется тем, что ему еще необходимо зеркально отразить (ведь взрослый сидит напротив). Если данное задание вызывает у ребенка сложности, то сначала можно потренироваться, проводя упражнение сидя, рядом (а не напротив ребенка). Так ему будет легче копировать положение пальцев руки.

«Строим "сруб"» из спичек или счетных палочек. Чем выше и ровнее сруб, тем лучше.

Выкладывание картинок из счётных палочек по образцу, самостоятельно.

Игры со скрепками - рассортировать мелкие скрепки от крупных, надеть друг на друга, чтобы получилась цепочка.

-
- **3 группа - упражнения, направленные на развитие умения держать карандаш, ручку, ориентироваться на листе бумаги; упражнения на подготовку руки к письму.**

«**Штриховка**» - дается объект в тетради, который необходимо заштриховать по образцу.

Дорисовывание, раскрашивание предмета, картины.

Прописывание заданных фигур, элементов букв, различных палочек, кружочков по клеточкам до конца строчки.

Диктант по клеточкам.

С элементами грамоты: «Найди букву» (нахождение заданной буквы и прописывание ее), печатание букв, слогов, слов.