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, неутомительным 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. Ребром 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 ее 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.