



### **Подготовка руки к письму**

Подготовка к письму – один из самых сложных этапов подготовки к школе. Это связано как с психофизическими особенностями 6- 7 летнего ребенка, так и с самим процессом письма. У детей этого возраста недостаточно развиты мелкие мышцы руки, координация движений – несовершенна, не сформирована способность к оценке пространственных различий, от которых зависит качество написанного. Поэтому *мы, взрослые, и не должны ставить себе цель – во что бы то не стало научить ребенка писать до школы, наша цель – подготовка руки к письму.*

Важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Подготовка к письму включает в себя четыре основных направления. Каждое из которых наполнено своими задачами и содержанием. Это:

1. Развиваем руку (развитие мышц рук)
2. Подготовка к технике письма
3. Формировать элементарные графические умения.

#### **Развиваем руку**

Для этого необходимо формировать:

- правильный хват орудия письма;
- упражнять в правильном распределении мышечной нагрузки руки;
- развивать мелкую моторику

Прежде всего, необходимо заняться **укреплением всей мышечной системы ребенка.**

Ежедневно гуляйте с ребенком на спортивной площадке. Пусть ребенок карабкается по лесенкам, болтается на канате, перебирает руками на рукоходе, подтягивается на турнике (с вашей помощью) и так далее. Поощряйте все действия, где нужно работать руками и прилагать силу.

Научите ребенка пользоваться эспандером. Если такового не имеется, пусть малыш сжимает в руке резиновый мячик или игрушку.

Как можно чаще играйте с мячами. Учите ребенка бросать, ловить, отбивать мяч от пола. Бросайте мяч в мишень, попадайте в корзину и т.д.

Также необходимо выполнять:

## **Упражнения на укрепление мышц рук.**

### **- Упражнения с канцелярской резинкой**

Возьмите такую резинку и наденьте её на большой и указательный пальцы малыша. Пусть растягивает её в стороны при помощи пальцев. С резинкой можно играть и по-другому. Возьмите канцелярские кнопки и попросите малыша воткнуть их в доску или пенопласт по контуру, например, машинки (контур заранее нарисуйте). А теперь натягиваем резинку на выступающие части кнопок. Получится силуэт машинки! Таким же образом можно выучить названия и изображения разных геометрических фигур.

Можно использовать игру «Геометрик». В данной игре также дети действуют с резинкой, создавая различные фигуры, предметы, буквы, цифры.

### **- Упражнения за столом**

Положите ладонь на стол или другую поверхность. По очереди поднимайте пальцы, не отрывая ладонь от стола. Сначала одной руки, а потом одновременно обеих. Полезно при этом проговаривать слоги с разными «трудными» звуками: «СА-СА-СА-СА-СА. РЫ-РЫ-РЫ-РЫ-РЫ».

### **- Упражнения кулак-ладонь-ребро**

Рука ребёнка поочередно меняет положение: сначала сжимается в кулачок, затем ложится ладонью на стол, а потом встаёт на ребро.

### **- Упражнения с пшеном в стакане**

Усадите ребёнка за стол и дайте ему стакан с пшеном. Пусть ребёнок варит кашку, то есть указательным пальчиком мешает пшено в стакане. Кисть не должна двигаться, только пальчик. Затем средним и безымянным.

### **- Упражнения с гречкой или чечевицей**

Попросите разобрать крупу в две кучки. Это долгая и кропотливая работа очень полезна для формирования сосредоточенности, усидчивости, логического мышления. Если малыш устал, насыпьте разные виды круп в большую миску и закапайте в них много мелких игрушек. Таким образом, снимается мышечный спазм ручек, усталость и напряженность..

**Упражнения на развитие выносливости мышц руки, тренировки силы нажима.**

### **«Самолёты за облаками»**

Нарисуйте несколько самолётов, а вокруг них облака. Одно облако интенсивно заштрихуйте, другое сделайте чуть светлее. За тёмным облаком самолёта почти не видно, а за светлым видно хорошо. Попросите его нарисовать тёмные и светлые облака к остальным самолётам. Так же можно изобразить человека под проливным дождём или дом ночью

### **«Попади в цель», «Лабиринты»**

Задача ребёнка – как можно точнее провести линию, не отрывая руки:

- забрось мяч в корзину;
- провести корабль коротким путём, чтобы он не сел на мель
- забей гол в ворота;
- попади стрелой в центр мишени;
- попробуй быстро проехать по «серпантину»;

### **« Зашифруй фигуры»**

В трёх геометрических фигурах ребёнок должен выполнить штриховку: в квадрате – с сильным нажимом, в треугольнике – средним, в круге – слабым.

Можно применить разные способы штриховки.

Кроме укрепления мышц, для успешного освоения ребенком письменности нужно развивать мелкую моторику рук.

### **Развитие мелкой моторики.**

Постарайтесь ежедневно уделять 15 минут для занятия с дошкольником такой деятельностью:

#### **- Развитие тактильных ощущений**

игры: «Чудесный мешочек», «Что спрятали под платок?» - Рисование: рисуем красками, мелками, карандашами, пальцами, на разносе с манной крупой и т.д.

#### **- Пальчиковые игры.**

#### **- Игры «Расскажи стихи руками»**

- **Аппликация.** Обводим шаблоны, вырезаем детали, приклеиваем их к основе. В качестве материала используем цветную бумагу, ненужные журналы, ткань, сухие листья и тому подобное.

- **Лепка.** Лепим из соленого теста, глины, пластилина, учимся разминать, отщипывать, вытягивать, раскатывать и так далее.

- **Складывание фигурок из бумаги или оригами.** Начните с простых, знакомых вам с детства самолетиков и корабликов, если ребенку понравится, переходите к более сложным.

#### **Ребенок может развивать моторику самостоятельно:**

- складывать пазлы, крупные и мелкие; выкладывать картинки из мозаики;
- играть с конструктором из любого материала;
- делать фигурки из проволоки;
- работать со шнуровками; застежками
- сортировать пуговицы (или фасоль и горох) по разным мисочкам;
- нанизывать на нитку пуговицы, крупные бусины, макароны;

### **Подготовка к технике письма**

В подготовку к технике письма входят следующие направления работы:

#### **Развитие пространственной ориентации**

**Упражнения на определение пространственного расположения предметов по отношению к себе.**

Что находится впереди, позади, вверху, внизу. Какой предмет находится справа, слева от тебя? Положи кружок перед собой, слева от него квадрат, справа треугольник.

#### **Упражнения на уточнение положения в пространстве.**

#### **«Закрась флажки»**

В ряду нарисованных флажков крайний справа надо закрасить красным цветом, а второй слева – синим.

#### **«Включи свет в окошках»**

Нарисуй домик с окошками. Предложите закрасить (включить свет) в правом верхнем окне, левом нижнем и т.д.

### **«Нарисуй картину»**

Нарисуй дерево в центре листа. Справ от него – цветок, слева – куст, в правом верхнем углу солнышко.

### **«Назови что нарисовано»**

Нарисуйте предметы «накладывая» одно изображение на другое. Попросите назвать, что малыш увидел.

**Упражнения для ознакомления детей с тетрадью:** со страницей в тетради, расположением строк, с тетрадным листом в линейку и в клетку.

Выражения: «верхняя строка», «нижняя строка», «верхний (правый или левый) угол», «нижний (правый или левый) угол», «середина страницы», «первая, вторая строка» и т. д., должны быть хорошо знакомы будущим школьникам.);

**«Знакомимся» с полями.** Расскажите малышу, что за линию полей буквы или цифры не должны забегать, - там живет мышка, которая их может съесть

### **Развитие графических умений и координации**

#### **Игровые упражнения:**

1. - обведите фигуру по контуру, обозначенному точками;
2. - дорисуйте незаконченные контуры у геометрических фигур;
3. - дорисуйте: половину матрешки, бабочки, жука и самолёта;
4. - закрашивать предметы, не выходя за контур;
4. - штриховать в разных направлениях;
5. - проводить прямые, вертикальные и горизонтальные, волнистые линии;
6. упражнение «Клубок», «Улитка»

Ребёнок проводит линии по клеткам в заданном направлении. Например: «одна клетка вправо, две вверх, одна вправо, две вниз».

**Осваиваем клетки.** Обводим клетки, учимся отступать одну, две или три клетки. Рисуем по клеткам простые узоры и фигуры, выполняем упражнение «Продолжите узор по клеточкам по образцу». Выполняем «Графический диктант»

**Осваиваем линии.** Закрашиваем в тетради «в косую» только рабочую линию. Рисуем в этой линии «волну», овалы, палочки. Учимся не выходить за линию. Если ежедневно будете уделять 15-30 минут подготовке к письму руки ребенка (чередую перечисленные в статье задания и виды деятельности), ваш будущий первоклассник с гордостью покажет вам свои первые прописи.