

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Наукоград»



Консультацию подготовила учитель – дефектолог Ляхова Е.О.

Как научить ребенка правильно держать ручку?



Чусовой, 2021 г.

Подготовка руки ребенка к письму начинается задолго до прихода в школу. Важно сразу научить малыша правильно держать пишущий предмет, ведь именно это является основой для формирования красивого и четкого почерка. Результатом того, что ребенок неправильно держит ручку, является быстрая утомляемость, снижение скорости письма. Поэтому перед тем, как научить ребенка красиво писать, необходимо обратить внимание на то, как именно находится в его руке карандаш или ручка.

Как правильно держать ручку?

Ручка должна лежать на левой стороне среднего пальца. Указательный палец сверху придерживает ручку, большой палец поддерживает ручку с левой стороны. Все три пальца слегка закруглены и не сжимают ручку сильно. Указательный палец может легко подниматься, и при этом ручка не должна падать. Безымянный и мизинец могут находиться внутри ладони или свободно лежать у основания большого пальца. Во время письма рука опирается на верхний сустав загнутого внутрь мизинца.

Ручку надо держать свободно, не зажимая ее слишком крепко и не прогибая указательный палец. Прогибание первого сустава указательного пальца увеличивает мышечное напряжение, ребенок быстро устает, а темп письма снижается.



Как подготовить руку ребенка к письму? С чего же начать?

Развивайте мелкую моторику ребенка. Ловкость пальцев – залог успешного овладения навыком письма. Особенно полезны игры, где участвуют большой и указательный пальцы. Чтобы сформировать правильный захват орудия письма, необходимо формировать у детей захват «щепотью» (большим, указательным и средним пальцами) и укреплять мышцы руки. В этом Вам помогут следующие упражнения:

Упражнения с мелким материалом

- застегивание пуговиц;
- завязывание шнурков;
- вырезание аппликаций;
- игры с конструкторами;
- лепка из пластилина;

- игры с бельевыми прищепками и пр.



Упражнения для формирования «щепотки» *(правильного захвата орудия письма)*

- «Катаем шарик». Ребёнок катает шарик (горошину) тремя пальцами. Работа начинается в медленном темпе, который по мере совершенствования навыка убыстряется.

*Маленькие пальчики любят поиграть,
Гладкую горошину любят покатать.
И катают, и катают, и не устают.
Веселятся пальчики и весело поют:
- Катись, катись, горошина!*

Всё! Устали пальчики. Пора им отдыхать.

Кладём свои горошины. Не будем их катать.

- «Скакалочка» (упражнение для большого пальца). Руки опущены. Ладони сжаты в кулаки, большие пальцы вытянуты, ими производят круговые движения сначала в одну сторону, потом в другую.

- Упражнение «Солнышко»

- Как светит солнышко летом?

Ребенок широко растопыривает пальцы, хорошо растягивая все мышцы ладони.

- Как светит солнышко осенью?

Мышцы ладони напряжены, пальцы полусогнуты.

- Как светит солнышко зимой?

Пальцы собираются в щепотку.

Каждое упражнение повторяется несколько раз.

Упражнения для формирования правильного распределения мышечной нагрузки руки

- Упражнения для расслабления мышц кисти

Обычно малыши очень крепко сжимают карандаш или ручку. Пальцы быстро устают. Напряженные мышцы «непослушны» и плохо управляемы. Чтобы появилась возможность свободно и точно управлять ими, необходимо расслабить мышцы, снять с них напряжение. В этом помогут следующие упражнения:

- упражнение «Кулачки». Ребенок сидит. Инструкция: «Сожми пальцы в кулачок крепче. Руки положите на колени. Сожми сильно-сильно. Руки устали. Расслабили руки»;

- упражнение «Веер». Расслабить руки от локтя, раскрыть пальцы и «обмахивать» ими лицо, как веером.

- Работа со штампами

При выполнении такой работы происходит быстрая и неоднократная смена тонуса мускулатуры рук: напряжение, расслабление, силовое напряжение, расслабление. Кроме того, у ребенка развивается умение удерживать штамп за ручку в положении захвата тремя пальцами, то есть продолжает формироваться «щепоть». Штампы для игр можно приобрести в магазинах, а можно изготовить самостоятельно.



Графические упражнения

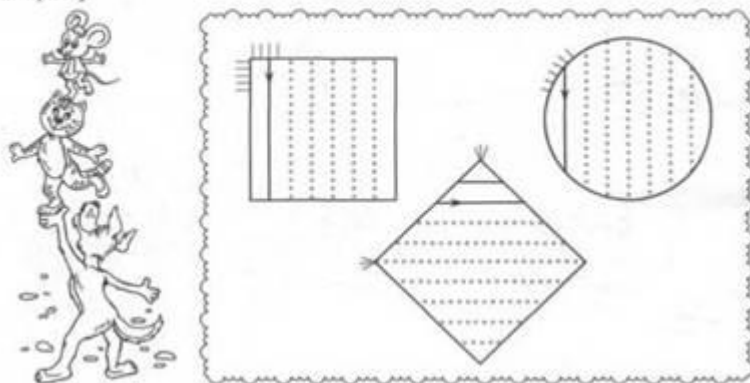
- **Закрашивание.** Важно закрашивать только цветными карандашами, не выходить за пределы контура рисунка, делать закрашивание сплошным, без полос, можно изменять нажим одного карандаша и закрасить рисунок тремя тонами – совсем светлым, более густым и очень густым.



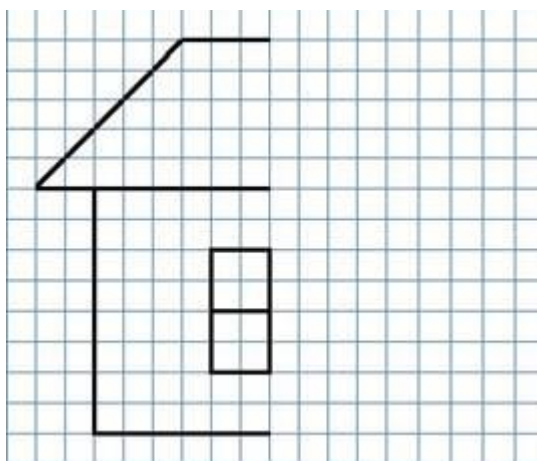
- **Штриховка.** Это упражнение очень полезно: дети учатся контролировать себя, выполнять задания в очерченном пространстве, вырабатывают глазомер, приучают руку к ритмичности и точности движений. Штриховку орнаментов можно выполнять цветными ручками. Это тоже необходимый этап подготовки к письму.

Зарядка

По утрам друзья делают зарядку. Каждый занимается на своём коврик. Укрась коврики узорами: нарисуй и раскрась полоски. Дорисуй бахрому.



- Срисовывание различных графических образов. При выполнении подобных упражнений необходимо обратить внимание детей на клетку: дети узнают, что клетка делится на четыре части, что у неё есть середина, углы, верхняя, нижняя, правая и левая стороны. Срисовывая, дети должны точно срисовать детали картинки.



Какие приемы помогут научить ребенка правильно держать ручку или карандаш?

При разработке правил пользования пишущим предметом учитывались сохранение зрения и развитие определенных мышц руки, которые помогут в будущем выдержать любую нагрузку при письме. Поэтому как можно раньше покажите своему малышу, как надо правильно держать ручку или карандаш. Существует несколько приемов:

1 прием. Чтобы ребенку было легче научиться держать карандаш «щепотью», предоставьте ему возможность пользоваться кусочками мела. Возьмите один мелок (также можно использовать восковой мел), отломите от него кусочек сантиметра в три, дайте ребенку. Такие мелки

неудобно держать в кулачке, и малыш скорее возьмет его так, как нужно для письма. Рисовать такими мелками нужно несколько недель, чтобы ребенок привык удерживать пишущий предмет «щепотью».



2 прием. Положите перед ребенком карандаш перпендикулярно к телу, заточенным концом от ребенка. «Щепотью» (большим, указательным и средним пальцами) малыш должен взять за незаточенный конец карандаша и передвигать пальцы к другому концу скользящим движением, опираясь заточенным концом о поверхность стола.

3 прием.

- ✓ Возьмите салфетку и разделите ее пополам. Если взять целую, она будет слишком большой для маленькой детской ручки. Нужно зажать салфетку безымянным пальцем и мизинцем.



- ✓ Затем попросите ребенка взять остальными тремя пальцами ручку или карандаш. Напомните, что салфетка при этом должна оставаться зажатой в руке.



- ✓ Пока салфетка зажата мизинцем и безымянным пальцем, ребенок держит ручку или карандаш правильно.



4 прием.

- ✓ Представим, что на среднем пальце правой руки (см. рис. 1) есть «подушечка»:



- ✓ На эту «подушечку» укладываем ручку (рис. 2):



- ✓ Указательный и большой пальцы захватывают ручку сверху (рис. 3):



- ✓ Расстояние от самого кончика ручки до кончика указательного пальца (расстояние X на рисунке) должно быть примерно 15 мм. Если расстояние слишком маленькое или слишком большое, рука при письме будет напряжена (глава из книги М. Безруких «Как научить ребенка писать красиво»)

Кроме того, на сегодняшний день многие производители предлагают заинтересованным родителям специальные тренажеры, которые помогают малышу правильно захватить пишущий предмет: специальные насадки, трехгранные карандаши, фломастеры, ручки.

Желаем успеха!