Консультация для родителей

«**Готовим руку ребенка к письму**»

 Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению. Это связано с психофизиологическими особенностями шестилетнего ребенка, с одной стороны, и с самим процессом письма, с другой стороны.

Начинать писать детей надо не раньше 7 лет, до этого возраста у большинства детей не созрел механизм нервно-мышечной регуляции.

Письмо — это очень тонкий процесс, который требует правильной посадки, фиксации руки, определенной последовательности действий. Поэтому лучше доверить это дело профессионалу. Педагог работает на уроке с каждым учеником и следит, чтобы процесс становления почерка проходил правильным образом.

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.
 Итак, 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.

 Научите сидеть за столом причём до того, как малыш начнёт писать. Потом он будет слишком увлечён буквами и не сможет контролировать своё тело. Помните, что неправильное положение за столом приводит к нарушению кровообращения и заболеваниям позвоночника, задерживает развитие грудной клетки. Каждый раз, когда ребёнок сядет за стол, чтобы есть, рисовать, читать или делать что-то ещё, контролируйте его положение. Дошкольник должен сидеть прямо, не опираясь грудью на стол. Плечи на одном уровне. Голова немного наклонена вперёд. Расстояние от глаз до стола — не меньше 30–35 см. Когда пишем, соблюдаем следующие правила:
• Стол, за которым ребёнок будет делать уроки подобран по росту ребёнка;
• Свет при письме падает слева;
• Сидим прямо;
• Ноги вместе;
• Между грудью и столом расстояние 1,5-2 см;
• Тетрадь расположена под углом 30 градусов. Если тетрадь расположена по-другому, ребёнку придётся поворачивать туловище и сильно наклонять голову;
• Нижний левый угол листа, на котором пишет ребёнок, должен соответствовать середине груди;
• Оба локтя лежат на столе.
 Можно заучить маленькое стихотворение  и повторять каждый раз перед началом письма (помогает вспомнить правила посадки и уберегает от искривления позвоночника):
Сели прямо, ноги вместе,
Под наклон возьмём тетрадь.

Левая рука на месте,
Правая рука на месте,
Можно начинать писать.

 До того, как начинать писать с ребенком буквы, научите его сначала обводить предметы по пунктирным линиям и отработайте несколько упражнений.
Упражнения на укрепление мышц руки:

 1. Упражнения с мелким материалом.
Можно во время занятий с ребенком нанизывать бусы, застёгивать и расстёгивать пуговицы, кнопки, крючочки, завязывать и развязывать ленточки; перекладывать тремя пальцами, которыми держат ручку во время письма, мелкие игрушки; работать с пипеткой и стаканчиком (выбирать и наливать воду), плести из ниток (например, закладки) и так далее.
 2. Различные виды продуктивной деятельности:
лепка, рисование, аппликация, вырезание по контуру фигурок из бумаги, вышивание. Помимо хорошей тренировки руки, рисование даёт ощущение «творца», является ключом к эмоциональному пониманию искусства.
 3. Закрашивание.
Это достаточно приятное занятие бывает сначала детям в тягость, но в дальнейшем они выполняют его с удовольствием.
Условие задания: закрашивать надо 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.
 4. Штриховка – эта работа достаточно трудная, но очень полезная для развития мелкой моторики, однако у детей это занятие не вызывает интереса.
Дети учатся контролировать себя, выполнять задания в очерченном пространстве, вырабатывают глазомер, приучают руку к ритмичности и точности движений. Штриховку орнаментов иногда делаем цветными ручками. Это тоже необходимый этап подготовки к письму. Для того чтобы интерес ребёнка не угасал, можно включать игровые моменты, например, «Наступила ночь. Надо поскорее закрасить небо, закрыть окна в домике».
 5. 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.
 6. Выполнение пальчиковой гимнастики.
По мнению ученых, пальчиковая гимнастика активизирует работу речевых зон в коре головного мозга.
Можно ещё посоветовать, как мальчикам, так и девочкам, конструировать из LEGO. Там детали довольно мелкие и требуют от пальчиков расторопности. Привлекайте ребёнка к лепке пирожков и пельменей. В летний период дайте задание прополоть грядку от сорняков, пусть постирают свои носовые платочки или кукольную одежду – всё это тоже развивает мелкую моторику.
 И так постепенно, заставляя работать пальчики, мы и подготовим руку ребёнка к письму.
 Если мы будем ежедневно проводить такие упражнения, то дети научатся управлять своими руками, пальцами. Они не будут испытывать страха перед пишущим предметом, будут держать уверенно и ручку, и карандаш.

Подготовила ст.воспитатель: Лесина Л.Т.