МБДОУ «Олонский детский сад»

«Организация занятий и примерный план занятий на дому по подготовке руки к письму»

Составила: Васильева И.Н.

Воспитатель, высшая квалификационная категория

2024г.

**Подготовка руки к письму у старших дошкольников. Система упражнений**

Письмо – это сложный для ребенка навык, который требует выполнения тонко-координированных движений, слаженной работы мелких мышц кисти руки, способности к сосредоточению, способности управлять своей деятельностью. Овладение письмом – трудоемкий процесс, который обычно приходится на первые месяцы пребывания детей в школе. Однако и в дошкольные годы в семье, и в детском саду можно сделать очень многое, чтобы подготовить малыша к этому процессу и облегчить будущему первоклашке процесс овладения письмом.

Важно именно подготовить руку к письму в дошкольные годы, а не научить ребенка писать. Это две совершенно разные задачи!

***Подготовка руки к письму в дошкольном возрасте включает несколько направлений***:

- развитие ручной умелости (создание поделок, конструирование, рисование, лепка, в которых развивается мелкая моторика, глазомер, аккуратность, умение довести начатое дело до конца, внимание, пространственная ориентация,

- развитие у детей чувства ритма, умения согласовывать слово и движение в определенном ритме,

- развитие графических умений (это происходит в процессе рисования и графических работ – рисование по клеточкам, раскрашивание, штриховки и других видов заданий,

- развитие пространственной ориентации (умение ориентироваться на листе бумаги: справа, слева, в верхнем правом углу, посередине, в верхней строчке, в нижней строчке).

***Подготовка руки к письму : система упражнений для пальчиков.***

**Первое упражнение.** ***«Подними пальчики»***. Руки лежат на столе ладонями вниз. Нужно поднять пальчики по одному сначала на одной руке, потом на другой. Затем упражнение повторяется в обратном порядке.

**Второе упражнение. *«На зарядку становись!»*.** Руки лежат в том же положении. Нужно по очереди поднять пальчики сразу на обеих руках. Начинаем с мизинцев, заканчиваем большими пальчиками.

**Третье упражнение. *«Ванька – встанька»*.** Ребенок зажимает карандаш средним и указательным пальчиками. Затем пальчики начинают *«делать зарядку»*, то есть опускаться и подниматься вместе с карандашом. При движении нужно пальчики держать вместе и не уронить карандаш.

**Четвертое упражнение. *«Собери палочки в корзинку»*.** Положите на стол 10-15 счетных палочек. Если их нет – можно заменить карандашами или другими предметами такой же формы *(палочки для коктейля и так далее)*. Задание – одной рукой собрать все палочки по штуке в кулак, не помогая второй рукой. Затем так же по одной палочке выложить их на стол.

**Пятое упражнение. *«Шаги»*.** Будем шагать по столу пальчиками. Зажимаем карандаш между указательным и средним пальчиками *(карандаш придерживается второй фалангой пальцев)*. И в таком положении делаем шаги пальчиками по столу. Нужно шагать, крепко зажав карандаш, чтобы не уронить его. Шаги получаются очень маленькие.

**Шестое упражнение. *«Вертушка»*.** Снова берем карандаш. Держим его за кончик одной рукой. Зажимаем один конец карандаша указательным и средним пальчиками ведущей руки *(правой – у правшей, левой – у левшей)*. Другой конец карандаша направлен от груди.

Задание – нужно перевернуть карандаш и с помощью этого переворота вложить его в другую руку свободным концом. Затем новый поворот – и снова карандаш возвращается к ведущей руке. Сделать несколько таких поворотов – как будто катится колесо. При вращении карандаш *«смотрит»* в направлении от груди вперед.

**Седьмое упражнение. *«Мячик»*.** Перекатываем мячик. Представляем, что у нас в ладошках – мячик. И делаем движения ладонями, как будто мы его перекатываем в разные стороны.

**Восьмое упражнение. *«Обнимали»*.** Это упражнение позволяет предупредить возникновение писчего спазма. Писчий спазм проявляется у детей, которые только учатся писать, он встречается у первоклашек не редко. При писчем спазме начинают немного болеть и неметь пальчики, иногда они чуть подрагивают *(это едва заметно, но заметить можно)*. Игнорировать писчий спазм нельзя. Нужно его снимать, если уж он возник, а еще лучше – предупреждать его этим упражнением.

Садимся на стул, руки — на уровне глаз. Ладошки соединяем друг с другом. Делаем вдох через нос. Выдыхаем через рот и при этом чуть смещаем правую ладонь вниз – на несколько сантиметров. При этом пальчики левой руки сгибаются и охватывают пальчики правой руки (*«обнимают»* их, накладываются на них сверху). Снова делаем вдох через нос, разгибаем пальцы левой руки и возвращаем правую ладонь на место. Делаем упражнение в другую сторону – теперь левая рука опускается, а пальчики правой руки *«обнимают»* пальчики левой руки сверху. Выполнять упражнение нужно 10-15 раз.

**Подготовка руки к письму: развитие ручной умелости**

Это важно знать: Для подготовки к письму и выполнения графических упражнений с детьми дошкольного возраста используется простой карандаш. Нельзя использовать в этих упражнениях фломастеры, так как они не требуют от малыша мышечных усилий для проведения линии.

- выкладывание фигур и узоров из мелкой мозаики,

- конструирование из мелких деталей, из конструкторов, требующих завинчивания гаек, шурупов,

- конструирование из бумаги и картона,

- плетение шнуров из ярких цветных веревочек,

- работа на детском настольном ткацком станочке,

- вязание крючком и на спицах (работы Е. Шулешко убедительно доказали, как эффективно вязание в подготовке детей к школе,

- шитье и вышивка (Примечание: для ребенка 6 лет нужна иголка длиной 4 см, не тонкая, с продольным ушком. Дети осваивают швы *«вперед иголку»* по прямой линии, *«за иголку»*, *«через край»*,

- изготовление поделок из проволоки,

- пришивание пуговиц,

- нанизывание бусин и изготовление детских бус,

- изобразительная деятельность (лепка, аппликация, рисование,

- пальчиковые игры,

- штриховки,

- изготовление коллажей (вырезание ножницами фигур из журналов и составление из них композиций,

- выжигание по дереву,

- выпиливание,

- валяние,

- раскрашивание картинок (важно не само по себе раскрашивание, а чтобы картинка была раскрашена карандашом без выхода за контуры, аккуратно, не спеша,

- рисование узоров на бумаге в клеточку (*«продолжи начатый узор»*,

- дорисовывание недостающей половины рисунка по клеточкам,

- обведение рисунков по точкам,

- выкладывание из спичек фигур и узоров (у спичек нужно предварительно обрезать головки для безопасности ребенка).

- плетение разных узоров из бумажных полос, а потом и из тесьмы, придумывание своих новых сочетаний и узоров

- вырезание гирлянд из бумаги, сложенной гармошкой,

- декоративное рисование (рисование узоров – элементов русских росписей – хохломской, городецкой, мезенской и других) – ребенок учится правильно располагать элементы на плоскости, строить их в ритме,

- задания с линейками — трафаретами животных, геометрических фигур, фруктов, овощей и других фигурок (обведение контура по трафарету и его штриховка или дорисовывание и раскрашивание; составление картин из элементов разных трафаретов,

- рисование на доске мелом, цветными мелками,

- оригами,

- изготовление поделок из природного материала *(шишки, каштаны, веточки, листья, семена, горох)*.

Подготовка руки к письму : как определить уровень готовности руки ребенка к письму?

Дома можно провести с ребенком несколько простых упражнений, которые помогут определить, достаточно ли хорошо развита у малыша мелкая моторика и готова ли его рука к письму. Приведу в пример два традиционных задания *(их часто дают детям при поступлении в школу)*.

***Задание 1. Рисуем круг.*** Покажите ребенку нарисованный на листе бумаги круг. Диаметр круга 3-3,5 см. И попросите ребенка нарисовать точно такой же круг на его листе бумаги *(простым карандашом)*.

Если кисть руки ребенка развита слабо, то могут наблюдаться такие признаки:

- вместо круга получится овал или круг выйдет слишком маленького размера,

- линия будет прерывистой, угловатой, неровной; вместо одного плавного движения руки при рисовании круга у ребенка будет много мелких прерывистых движений кисти руки при рисовании,

- ребенок будет стремиться зафиксировать кисть руки неподвижно на листе бумаги.

***Задание 2. Штриховка.*** Предложите ребенку заштриховать силуэт простого предмета *(домик, кораблик, яблоко или любой другой)* прямыми линиями, не выходя за границы силуэта. Покажите образец – как можно штриховать (горизонтальная штриховка, вертикальная штриховка, диагональная штриховка) Ребенок сам выбирает, в каком направлении он будет штриховать.

Если рука недостаточно хорошо развита, то малыш станет постоянно переворачивать изображение *(так как не может поменять направление действия рукой)*.

**Подготовка руки к письму: учимся правильно держать ручку и карандаш**

Как правильно и неправильно держать карандаш при письме и выполнении графических работ.

Признаки неправильного навыка использования карандаша или ручки ребенком – дошкольником:

***Первое.*** Ребенок неправильно держит карандаш и ручку – он держит *«щепотью»* *(собирает пальцы в горсть вместе)* или даже в кулаке.

***Второе***. Неправильное положение пальцев при удерживании ручки или карандаша. Оно проявляется в том, что карандаш лежит не на среднем пальчике, а на указательном.

***Третье.*** Ребенок держит карандаш или ручку слишком близко к грифелю, либо слишком далеко от него.

Чтобы исправить эти ошибки, сделайте с ребенком игровое пальчиковое упражнение *«Строим буквам дом»*, которое поможет научиться правильно держать в руке ручку:

Возьмите карандаш или ручку правильно (удерживайте карандаш между большим и средним пальцами, при этом отступите от нижнего края – грифеля карандаша — вверх несколько сантиметров, сверху поставьте на карандаш указательный палец. Указательный пальчик может свободно двигаться вверх – вниз, и карандаш при этом не упадет, так как его прочно удерживают большой и средний пальчики. Покажите ребенку, как это делать – *«постучите»* указательным пальчиком по карандашу.

И скажите вместе с ребенком ритмично стихотворение, поднимая и опуская указательный пальчик в ритм стихов ( стучим указательным пальчиком: *«тук-тук»*) :

Тук-тук, молотком,

Мы построим буквам дом.

Тук-тук, молотком,

Поселяйтесь, буквы, в нем.

***Это упражнение позволяет ребенку понять, как правильно держать в руке ручку и карандаш.***

Еще одна типичная ошибка ребенка.

***Четвертая ошибка*** – неправильное положение кисти руки при письме или выполнении графических заданий.

Как правильно держать карандаш или ручку – верхний край карандаша или ручки должен быть направлен к плечу пишущего.

Как неправильно держать карандаш или ручку – кисть вывернута, верхний конец карандаша или ручки *«смотрит»* в сторону или от себя. Кисть и локоть свисают над столом.

Покажите ребенку, куда должна *«смотреть»* ручка – в сторону его плеча пишущей руки.