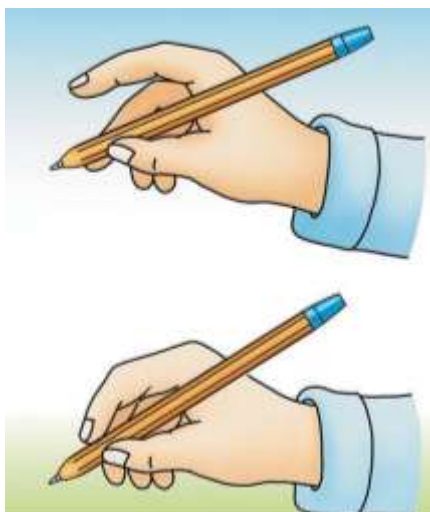


Как подготовить руку ребенка к письму: 10 упражнений для развития мелкой моторики

О том, как подготовить руку к письму, надо задуматься задолго до поступления ребенка в школу. Конечно, это не значит, что надо заставлять малышей-дошкольников сидеть за столом и учиться писать. Есть намного более интересные и полезные занятия для их возраста, которые направлены на развитие мелкой моторики руки. Часто именно слабая моторика пальчиков мешает детям овладевать письмом в школе. Рука не слушается первоклашку и быстро устает, поэтому обучение детей письму должно быть поэтапным и включать в себя самые разнообразные упражнения для развития кистей рук.

Значение мелкой моторики в подготовке руки к письму

Умение ловко работать пальчиками, а значит собирать конструктор, лепить, резать, шить, клеить и многое другое, положительно воздействует на общее развитие ребенка. Но дело не только в мастерстве что-то сделать своими руками. От развития мелкой моторики во многом зависит развитие речи, мышления и интеллекта. Умение владеть своими пальчиками прямо влияет на речевые центры мозга. Когда малыш пытается застегивать непослушные пуговицы, он не просто учится одеваться, но и заодно активизирует отделы мозга, отвечающие за речь.



Мелкая моторика в дошкольном возрасте влияет на:

- развитие связной речи, памяти, логики, мышления, внимания;
- готовность ребенка к письму, в процессе которого задействованы мышцы кисти и всей руки;
- общее интеллектуальное развитие ребенка.

Развитие мелкой моторики и координации движений начинается с самого рождения малыша: сначала он сжимает и разжимает кулачки, потом пытается схватить игрушку, хлопать в ладоши, удерживать ложку в руках, а потом уже учится строить дом из кубиков, держать карандаш в руке и рисовать линии на бумаге.

Этот процесс не заканчивается с поступлением в школу и требует дальнейших тренировок ловкости пальчиков.

Кроме того, уровень развития мелкой моторики у ребенка рассматривается как один из важных критериев его готовности к школе. Чтобы ловкость пальчиков у ребенка достигла высокого уровня, нужны постоянные занятия. Именно на это и направлены почти все творческие виды дошкольной и младшей школьной деятельности.

Какие занятия и упражнения развивают мелкую моторику рук:

1. Пальчиковые игры, театр, массаж пальчиков и кистей.
2. Физические упражнения, например, лазание по лестнице, висение на перекладинах и т.д.
3. Творческие занятия: лепка, рисование, аппликации, вырезание из бумаги, оригами, пальчиковое рисование.

4. Игры с песком, крупами, глиной, любыми мелкими предметами и природным материалом.
5. Конструирование, работа с пазлами, лабиринты, мозаика.
6. Тренировка бытовых навыков: умение одеваться и раздеваться, застегивать и расстегивать пуговицы, молнии, наливать воду в стакан, вытирать тряпочкой стол, поливать цветы, помогать в приготовлении простых блюд и т.д.

Игры и занятия для развития ловкости пальчиков и кистей рук должны проводиться в соответствии с возрастом ребенка. Допустимо в более старшем возрасте вернуться к простым упражнениям, но нельзя заставлять малыша делать то, что он еще не может в силу своего возраста. Желательно сохранять и систематичность таких занятия, чтобы умения ребенка постоянно совершенствовались.

10 упражнений для подготовки руки к письму

Для того, чтобы научиться писать надо уметь работать рукой, быть сосредоточенным и внимательным. Но подготовка руки к письму не тождественна обучению этому навыку. Задача этих упражнений — не научить ребенка выводить буквы на листке, а подготовить, натренировать его руку, зрительное восприятие и умение ориентироваться на листке бумаге.

1. Зарядка с карандашом

Все движения сначала выполняются медленно. Убыстрять можно постепенно с согласия ребенка.

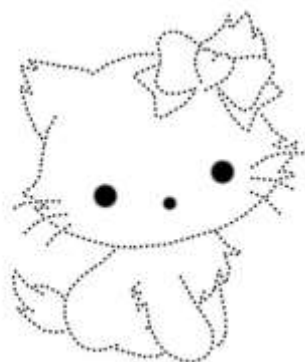
- зажать карандаш между ладошками и плавно катать его вперед-назад;
- положить карандаш на стол и катать его ладошкой;
- зажать карандаш большим и указательным пальцами, поставить его кончик на лист бумаги и сделать точку. Потом пальчиками плавно опуститься вниз по карандашу;
- положить ладошку на стол, разведите пальцы. Другой рукой взять карандаш и прикоснуться им между пальчиками;
- возьмите карандаш указательным, большим и средним пальцами и вращайте его.

2. Зарядка для пальчиков

- вытяните руку перед собой, растопырьте пальцы, а потом с силой сожмите;
- постучите по столу пальчиками так, словно вы играете на пианино;
- вращайте кистями рук по кругу, встряхните ими, разотрите;
- возьмите в ладошки грецкий орех и катайте его вперед-назад;
- переплести пальцы рук (сделать “замок”), потом разжать пальчики.

3. Рисование по точкам

Обозначьте любой простой рисунок точками и попросите ребенка провести по ним линии.



4. Пройти по лабиринту

Нарисуйте лабиринт (можно приобрести готовые книжечки с лабиринтами), попросите ребенка пройти по лабиринту, нарисовав линию так, чтобы не задеть стенки.



5. Рисование по трафарету

Подберите интересные трафареты и попросите ребенка обвести их. В качестве трафаретов могут выступать фигуры из конструктора, крышки от бутылок, палочки и другие предметы.

6. Аппликация в технике мозаика

Дайте ребенку цветную бумагу. Пусть нарвет как можно больше маленьких цветных кусочков, из которых потом можно сделать аппликацию. Она может быть как в авангардном стиле, так и по заданному рисунку. Бумагу также можно скатывать в шарики и приклеивать.



7. Рисование мелом

Сейчас часто приобретают мольберт для рисования, одна сторона которого — меловая доска. Рисование мелом на такой доске — отличная тренировка для детских пальчиков.

8. Рисование ладошками

Расстелите перед ребенком большой лист ватмана, дайте краски и попросите что-нибудь нарисовать ладошками.

9. Выкладывание узора из спичек

Распечатайте или нарисуйте простые геометрические фигуры или узоры. Попросите ребенка повторить изображение, выложив его с помощью спичек или палочек.

10. Картины из пластилина

Разомните пластилин, возьмите картон и распределите по нему пластилин. Придумайте заранее рисунок и выложите его на пластилине из семечек, косточек или камушков.

