



## Советы дефектолога для родителей: "Готовим руку к письму"

Скоро у ваших детей начнётся новый и очень сложный этап в жизни – они пойдут учиться в школу. Им предстоит справиться с трудной задачей: кроме усвоения новой информации ещё и много писать, удерживая во всё ещё непослушных руках ручку или карандаш. Для того чтобы этот процесс проходил менее болезненно и быстрее, руку дошкольника надо подготавливать заранее. А этому способствует развитие мелкой моторики – точных, скоординированных движений пальцев.

Готовить руку к письму можно, не дожидаясь записи в школу. При помощи следующих упражнений:

### Упражнения с канцелярской резинкой

5-6 летние дети с удовольствием делают упражнения с обыкновенной 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.

### 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».

### Упражнение «кулак-ладонь-ребро»

Рука ребёнка поочередно меняет положение: сначала сжимается в кулачок, затем положить 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 пальчиками.

### 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.

#### «Штриховка»

Покажите своему ребёнку разные оригинальные штриховки. Картинки штрихуйте клеточками, зигзагами, точками и другими способами.

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

#### «Упражнения на развитие координации»

- обведите фигуру по контуру, обозначенному точками;
- дорисуйте незаконченные контуры у геометрических фигур;
- дорисуйте: половину матрешки, бабочки, жука и самолёта;
- продолжите узор по клеточкам по образцу.

### «Графический диктант»

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

### 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.

**Пальчиковая гимнастика. Занятия с пластилином. Шнуровки. Застёжки.**

**Занятие с конструкторами. Закручивание гаек, шурупов.**

**Игры с мозаикой. Пазлы.**

**Вырезание ножницами.** Умение уверенно пользоваться ножницами играет особую роль в развитии ручной умелости.

#### *Что важно знать, если у Вас растёт ребёнок праворукий:*

- ребёнку необходимо сидеть прямо, голову чуть наклонив вперед, спину держать прямо;
- ребёнку не следует опираться грудью на стол;
- расстояние от глаз до тетради или альбома 25 см.;
- тетрадь, или альбом должны лежать на столе с наклоном влево;
- не следует ребёнку напрягать руку; свет должен падать слева.

#### *Что важно знать, если у Вас растёт ребёнок «леворукий»:*

- ребёнку необходимо сидеть прямо, голову чуть наклонив вперед, спину держать прямо;
- ребёнку не следует опираться грудью на стол;
- расстояние от глаз до тетради или альбома 25 см.;
- тетрадь, или альбом должны лежать на столе с наклоном вправо;
- не следует ребёнку напрягать руку; свет должен падать справа.

Учитель-дефектолог Пантелеева С. В.