Учим ребёнка правильно держать карандаш.

Развивать мелкую моторику рук ребенок начинает с рождения. Он пытается удержать в ручке погремушку, перебирает пальчиками различные элементы своих игрушек, мнет, рвет и многое другое. Уже в 2-3 года, когда дошкольник начинает пробовать себя в рисовании, необходимо показать ему, как правильно держать фломастер, и контролировать, чтобы захват формировался именно так.

Почему обучать правильно держать приборы для письма так важно? Привыкнув на ранних этапах к неправильному захвату, ребенок впоследствии может столкнуться с рядом проблем:

- быстрое перенапряжение и усталость руки во время письма;

- снижение концентрации внимания;

- неспособность писать быстро;

- некрасивый почерк, который крайне сложно исправить;

- неправильная осанка, что может привести к искривлению верхней части позвоночника;

- ухудшение зрения;

- насмешки одноклассников.

Начать подготовку пальчиков к письму можно с помощью следующих занятий:

- застегивание пуговиц (от самых крупных до самых мелких в зависимости от возраста ребенка);

- лепка из пластилина или теста;

- нанизывание бусин, пуговиц и других мелких предметов на нитку;

- разнообразные шнуровки;

- вырезание ножницами;

- различные манипуляции с узелками на веревках;

- игры с использованием бельевых прищепок;

- специальная гимнастика для пальчиков, пальчиковые игры.

Когда дошкольник учится пользоваться карандашом, регулярно предлагайте ему:

- рисовать импровизированно;

- закрашивать элементы раскрасок (от самых крупных и простых к более мелким и сложным);

- дорисовывать картинки по образцу;

- обводить рисунок по контуру;

- рисовать штриховки;

- проходить лабиринты карандашом.

Важно следить, чтобы с самого начала пальчики держали ручку правильно. Захват пишущего прибора осуществляется верно, если:

Точка опоры карандаша — верхняя фаланга среднего пальца. Большой и указательный пальчики придерживают карандаш: большой находится слева, указательный — сверху.

Безымянный пальчик и мизинец прижаты к ладони, подогнуты к основанию большого пальца.

Расстояние от пальчиков до кончика карандаша около 1,5 см.

Карандаш наклонен под углом около 60 градусов.

Мизинчик немного касается поверхности стола, рука опирается на него.

Рука и пальчики расслаблены.

Определить ошибки при захвате пишущего прибора можно по следующим признакам:

Карандаш держится в кулачке.

Рука напряжена, сильно сдавливает карандаш.

Большой пальчик держит карандаш чуть ниже указательного.

Расстояние от кончика карандаша до пальцев слишком маленькое или слишком большое.

Во время рисования двигается лист, а не карандаш.

Карандаш часто ломается при письме, бумага рвется в процессе рисования.

Верх карандаша направлен в лицо или в сторону плеча, а не шеи.

Если ребенок поднимает указательный пальчик, карандаш меняет местоположение, выскальзывает.

Как научить ребенка правильно держать прибор для письма?

Метод “пинцета”

Карандаш нужно держать свободной рукой перпендикулярно поверхности стола, а пальчиками пишущей руки захватить карандаш сверху, словно пинцетом. Все три пальчика должны проскользить вниз по карандашу до такого положения, в котором будет удобно им пользоваться. Рука наклоняется, пальчики остаются в том же положении.

С помощью салфетки

Простую бумажную салфетку нужно сложить в несколько слоев и попросить ребенка прижать ее безымянным пальцем и мизинцем к ладони. Три “рабочих” пальчика осуществляют правильный захват, а два “свободных” вынуждены держать салфетку и не могут случайно помешать.

Подойдет также платочек, кусочек бумаги или ваты.

С помощью мелков

Если мелок разрезать на кусочки длиной около 3 см, ребенок сможет взять такой кусочек только тремя “рабочими” пальчиками. Когда дошкольник привыкнет к правильному захвату, можно переходить на обычные карандаши или ручки.

Самым маленьким лучше тренироваться с толстым мелком для рисования на асфальте.

Метод “метки”

На верхней фаланге (ближе ко второй) среднего пальчика нужно нарисовать любой знак: красную точку, сердечко, звездочку и т.п. Такой же знак нужно нарисовать и на карандаше на высоте около 1,5 см от его кончика. Когда карандаш попадает в ручку ребенка, эти метки должны совпасть.

Такого же жучка нужно нарисовать и на карандаше.

С помощью специальных насадок

Такие насадки можно найти в любом канцелярском отделе. Они имеют выемки и углубления в нужных местах, благодаря чему пальчики ложатся правильно. Кроме того, эти приспособления очень мило выглядят — деткам будет очень интересно “поиграть” с ними.

С помощью специального тренажера

В тех же канцелярских отделах можно найти специальные ручки-тренажеры для формирования правильного захвата. Они имеют треугольную форму и выемки для пальчиков, что позволяет им держать ручку нужным образом.

Метод “резиночки”

Такой способ помогает приучить ребенка держать карандаш под нужным углом. На запястье руки нужно накинуть резинку (канцелярскую, для денег), затем перекрутить ее, сделав маленькую петельку, и эту петельку зафиксировать на карандаше (набросить на верхнюю часть и подвинуть ближе к середине). Останется подкорректировать положение резинки и карандаша так, чтобы наклон был верный.

С помощью игры в Дартс

Дротики обычно бросают тремя пальцами. Так, на примере этой игры, ребенок сможет понять принцип правильного захвата карандаша и подготовит руку к письму. Такой способ подходит для старших дошкольников.

С помощью носка

В носке или варежке нужно прорезать небольшое отверстие, чтобы туда пролезали только три “рабочих” пальчика. Когда такой носок будет на ручке, безымянный пальчик и мизинец будут спрятаны внутри и не смогут мешать.

Напоследок важные советы:

Все вышесказанное подходит и для деток-левшей. Однако, выбирая специальные накладки и тренажеры для захвата, необходимо учитывать эту особенность и использовать приспособления, подходящие именно для леворуких детей.

При обучении ребенка правильному захвату особое внимание необходимо уделять его позе, осанке. Также важно правильно организовать рабочее пространство ребенка, чтобы его письменный стол и стул были эргономичны и подходили по возрасту.

**ФОРМИРУЕМ ПРАВИЛЬНЫЙ ЗАХВАТ КАРАНДАША**

 Прежде чем показывать малышу, как писать буквы, нужно научить его правильно держать в руке то, чем он будет это делать, – кapaндаш, ручку, фломастер.

Правильный захват карандаша подразумевает, что его держат тремя пальцами (щепотью): большим, указательным и средним. При этом карандаш лежит на левой стороне среднего пальца. Большой палец поддерживает карандаш слева, а указательный - сверху. Верхний конец карандаша направлен в плечо. При правильном захвате карандаша указательный палец должен легко подниматься, и карандаш при этом не падает.

Начинать можно с 2–2,5 лет, когда ребенок уже может фиксировать и запоминать правильное положение руки. Есть несколько простых и эффективных способов, которые позволяют малышу освоить правильное положение пальцев и кисти руки для дальнейшего письма.

• Первый – специально разработанные насадки на карандаши.

Благодаря им взять карандаш неправильно просто невозможно! Такие «тренажеры» есть как для правшей, так и для левшей. Подобные насадки можно найти различной расцветки и в форме животных или мультгероев.



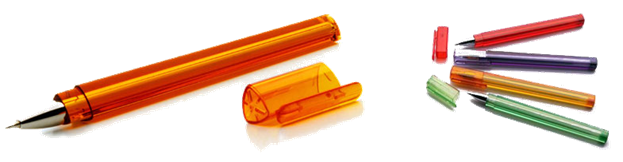
• Второй – упражнения. Например, попросите ребенку безымянным пальцем и мизинцем зажать салфетку, а свободными пальцами взять карандаш – правильный захват образуется естественным способом.

Вариант для самых маленьких: предложите крохе «уложить» карандаш спать. Что делаем? Кладем карандаш в «кроватку» – на средний пальчик, под голову «подушечку» – указательный, а сверху «одеялко» – большой пальчик.



• Третий – использование трехгранных ручек и карандашей, которые благодаря своей форме позволяют детским пальцам принять естественное и правильное положение (обхватить карандаш с трех сторон). Если говорить о толщине карандаша, то, чем младше ребенок, тем толще должен быть карандаш. Навык письма только-только начинает формироваться, и удержать тонкий стержень (а тем более манипулировать им) гораздо сложнее.





         Для развития щепоти используются пальчиковые игры (особенно для большого и указательного пальцев рук), упражнения с карандашом («Покрути карандаш двумя пальцами, тремя пальцами») и шариками, а также игровые упражнения типа «Посолим суп» и др.

         Упражнение «Посолим суп»

         Дети складывают пальцы в щепоть и имитируют движение. Упражнение можно сопровождать стихами. Например:

Мы солили суп, суп

Из перловых круп, круп...

         Упражнение можно проводить в виде элементарных инсценировок. При этом решается более широкий круг задач. Например: взрослый рассказывает короткую историю, которую дети дополняют словами и движениями (упражнение «Посолим»).

         Пример. В одном чудесном лесу жили разные звери. Звери жили - не тужили, не ссорились, а дружили. Любили звери друг к другу в гости ходить. Кто в гости приглашает, тот и угощения готовит. Сегодня все собрались в гости к белочке. Белочка готовит разную еду. Взяла она овощи и стала готовить салаты. (Какие овощи вы знаете?) Сделала салат из капусты и морковки и посолила его (упражнение «Посолим»). Сделала салат из помидоров и огурцов и посолила его (упражнение «Посолим»). Из чего еще могла сделать белочка салаты? (Дети называют варианты, после каждого варианта выполняется упражнение «Посолим».) Затем белочка приготовила разнообразные первые блюда. Сварила белочка щи и посолила их (упражнение «Посолим»). (Что еще могла приготовить белочка на первое блюдо? Дети называют варианты, после каждого варианта выполняется упражнение «Посолим».)

         Упражнение «Катание шарика»

         Упражнение проводится с шариком (горошиной), для детей до 5 лет диаметр шарика (горошины) должен быть равен 15 мм.; время проведения упражнения 30 с; для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) диаметр шарика (горошины) должен быть равен 10 мм; время проведения упражнения 1 мин.

         Ребенок катает шарик (горошину) тремя пальцами (щепотью). Работа с шариком начинается в медленном темпе, который по мере совершенствования навыка убыстряется.

Упражнение можно сопровождать стихами. Например:

Маленькие пальчики любят поиграть,

Круглую горошину любят покатать.

И катают, и катают, и не устают.

Веселятся пальчики и весело поют:

Катись, катись, горошина!

Катись, катись, горошина!..

(Фраза повторяется столько времени, сколько необходимо для выполнения упражнения по возрастной норме.)

Все! Устали пальчики. Пора им отдыхать.

Кладем свои горошины. Не будем их катать.

         Для формирования правильного захвата карандаша проводится игровая гимнастика для большого и указательного пальцев. Например:

         Упражнение «Скакалочка» (для большого пальца)

         Дети сидят на стульчиках или стоят. Ладони сжаты в кулачки, руки опущены вниз, большие пальцы вытянуты и производят круговые движения. «Крутить скакалочку» нужно сначала в одну сторону, потом в другую. Дети сопровождают игру четверостишьем:

Как у нашей Аллочки

Новая скакалочка.

Вертит быстро Аллочка

Ручки у скакалочки.

         Упражнение «Урожай» (для большого и указательного пальцев)

         Большой и указательный пальцы правой руки соединены с одноименными пальцами левой руки. Остальные пальцы на обеих руках согнуты и прижаты к ладоням. Ненапряженные пальцы (большие и указательные) образуют контур репки. Затем пальцы напрягаются, образуя контур свеклы. При максимальном напряжении пальцы образуют контур моркови.

         При выполнении упражнения необходимо чередовать напряжение с расслаблением (репка - свекла - морковь - репка - свекла - репка и т. д.).

         Выполнение упражнения можно сопровождать следующими стихами:

Вырастала репка

Желтая и крепкая.

Перед домом свекла

Смотрит прямо в окна.

Корешочком удалась.

Поедим ее мы всласть.

И морковки урожай

Сладкой, сочной собирай.

         Повторив упражнение необходимое количество раз, взрослый заканчивает его следующими словами:

Хоть и пальчики устали,

Урожай мы весь собрали.

**ФОРМИРУЕМ ПРАВИЛЬНЫЙ ЗАХВАТ КАРАНДАША**

 Прежде чем показывать малышу, как писать буквы, нужно научить его правильно держать в руке то, чем он будет это делать, – кapaндаш, ручку, фломастер.

Правильный захват карандаша подразумевает, что его держат тремя пальцами (щепотью): большим, указательным и средним. При этом карандаш лежит на левой стороне среднего пальца. Большой палец поддерживает карандаш слева, а указательный - сверху. Верхний конец карандаша направлен в плечо. При правильном захвате карандаша указательный палец должен легко подниматься, и карандаш при этом не падает.

Начинать можно с 2–2,5 лет, когда ребенок уже может фиксировать и запоминать правильное положение руки. Есть несколько простых и эффективных способов, которые позволяют малышу освоить правильное положение пальцев и кисти руки для дальнейшего письма.

• Первый – специально разработанные насадки на карандаши.

Благодаря им взять карандаш неправильно просто невозможно! Такие «тренажеры» есть как для правшей, так и для левшей. Подобные насадки можно найти различной расцветки и в форме животных или мультгероев.



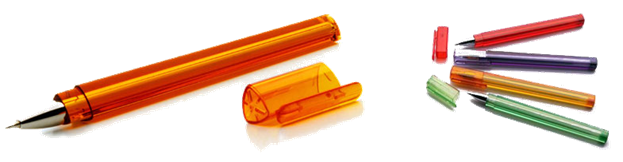
• Второй – упражнения. Например, попросите ребенку безымянным пальцем и мизинцем зажать салфетку, а свободными пальцами взять карандаш – правильный захват образуется естественным способом.

Вариант для самых маленьких: предложите крохе «уложить» карандаш спать. Что делаем? Кладем карандаш в «кроватку» – на средний пальчик, под голову «подушечку» – указательный, а сверху «одеялко» – большой пальчик.



• Третий – использование трехгранных ручек и карандашей, которые благодаря своей форме позволяют детским пальцам принять естественное и правильное положение (обхватить карандаш с трех сторон). Если говорить о толщине карандаша, то, чем младше ребенок, тем толще должен быть карандаш. Навык письма только-только начинает формироваться, и удержать тонкий стержень (а тем более манипулировать им) гораздо сложнее.





         Для развития щепоти используются пальчиковые игры (особенно для большого и указательного пальцев рук), упражнения с карандашом («Покрути карандаш двумя пальцами, тремя пальцами») и шариками, а также игровые упражнения типа «Посолим суп» и др.

         Упражнение «Посолим суп»

         Дети складывают пальцы в щепоть и имитируют движение. Упражнение можно сопровождать стихами. Например:

Мы солили суп, суп

Из перловых круп, круп...

         Упражнение можно проводить в виде элементарных инсценировок. При этом решается более широкий круг задач. Например: взрослый рассказывает короткую историю, которую дети дополняют словами и движениями (упражнение «Посолим»).

         Пример. В одном чудесном лесу жили разные звери. Звери жили - не тужили, не ссорились, а дружили. Любили звери друг к другу в гости ходить. Кто в гости приглашает, тот и угощения готовит. Сегодня все собрались в гости к белочке. Белочка готовит разную еду. Взяла она овощи и стала готовить салаты. (Какие овощи вы знаете?) Сделала салат из капусты и морковки и посолила его (упражнение «Посолим»). Сделала салат из помидоров и огурцов и посолила его (упражнение «Посолим»). Из чего еще могла сделать белочка салаты? (Дети называют варианты, после каждого варианта выполняется упражнение «Посолим».) Затем белочка приготовила разнообразные первые блюда. Сварила белочка щи и посолила их (упражнение «Посолим»). (Что еще могла приготовить белочка на первое блюдо? Дети называют варианты, после каждого варианта выполняется упражнение «Посолим».)

         Упражнение «Катание шарика»

         Упражнение проводится с шариком (горошиной), для детей до 5 лет диаметр шарика (горошины) должен быть равен 15 мм.; время проведения упражнения 30 с; для детей старшего дошкольного возраста (5-7 лет) диаметр шарика (горошины) должен быть равен 10 мм; время проведения упражнения 1 мин.

         Ребенок катает шарик (горошину) тремя пальцами (щепотью). Работа с шариком начинается в медленном темпе, который по мере совершенствования навыка убыстряется.

Упражнение можно сопровождать стихами. Например:

Маленькие пальчики любят поиграть,

Круглую горошину любят покатать.

И катают, и катают, и не устают.

Веселятся пальчики и весело поют:

Катись, катись, горошина!

Катись, катись, горошина!..

(Фраза повторяется столько времени, сколько необходимо для выполнения упражнения по возрастной норме.)

Все! Устали пальчики. Пора им отдыхать.

Кладем свои горошины. Не будем их катать.

         Для формирования правильного захвата карандаша проводится игровая гимнастика для большого и указательного пальцев. Например:

         Упражнение «Скакалочка» (для большого пальца)

         Дети сидят на стульчиках или стоят. Ладони сжаты в кулачки, руки опущены вниз, большие пальцы вытянуты и производят круговые движения. «Крутить скакалочку» нужно сначала в одну сторону, потом в другую. Дети сопровождают игру четверостишьем:

Как у нашей Аллочки

Новая скакалочка.

Вертит быстро Аллочка

Ручки у скакалочки.

         Упражнение «Урожай» (для большого и указательного пальцев)

         Большой и указательный пальцы правой руки соединены с одноименными пальцами левой руки. Остальные пальцы на обеих руках согнуты и прижаты к ладоням. Ненапряженные пальцы (большие и указательные) образуют контур репки. Затем пальцы напрягаются, образуя контур свеклы. При максимальном напряжении пальцы образуют контур моркови.

         При выполнении упражнения необходимо чередовать напряжение с расслаблением (репка - свекла - морковь - репка - свекла - репка и т. д.).

         Выполнение упражнения можно сопровождать следующими стихами:

Вырастала репка

Желтая и крепкая.

Перед домом свекла

Смотрит прямо в окна.

Корешочком удалась.

Поедим ее мы всласть.

И морковки урожай

Сладкой, сочной собирай.

         Повторив упражнение необходимое количество раз, взрослый заканчивает его следующими словами:

Хоть и пальчики устали,

Урожай мы весь собрали.











