

Подготовка руки к письму

Письмо – это сложный для детей 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.

Подготовка руки к письму в дошкольном возрасте включает несколько направлений:

1. Развитие ручной умелости (создание поделок, конструирование, рисование, лепка, в которых развивается мелкая моторика, глазомер, аккуратность, умение довести начатое дело до конца, внимание, пространственная ориентация);
2. Развитие у детей чувства ритма (умения согласовывать слово и движение в определенном ритме);
3. Развитие графических умений (это происходит в процессе рисования и графических работ – рисование по клеточкам, раскрашивание, штриховки и других видов заданий);
4. Развитие пространственной ориентировки (умение ориентироваться на листе бумаги: справа, слева, в верхнем правом углу, посередине, в верхней строчке, в нижней строчке).

Ко мне в старшую группу пришли дети, у которых недостаточно сформированы навыки самообслуживания, так как мелкая моторика была развита плохо: сгибание и разгибание пальцев рук выполнялось не синхронно, движения пальцев слабо дифференцированы (при сгибании одного пальчика остальные выполняли аналогичное действие), наблюдалась неполная амплитуда движений и быстрая утомляемость.

Наблюдая за детьми, я отметила, что дети не правильно держат карандаш, плохо держат ложку, видела с какими трудностями сталкивались эти дети, когда им приходилось выполнять действия, требующие точности, выверенности и синхронности движений: что-то брать, вставлять, завязывать, складывать, лепить, вырезать, наклеивать, рисовать и т.д. Плохо развитые двигательные функции рук и отсутствие оформленной техники движений, скоординированных действий глаза и руки вызывают у ребенка огромные трудности, которые порой заставляют его отступать перед любой задачей, связанной с выполнением вышеупомянутых действий.

Свою работу по подготовке руки к письму я начала с:

- упражнений на различение в движении пальцев рук;
- выделения указательного пальца (покажи);
- отработки пальцев захвата предмета: большой, указательный, средний);

- упражнений, направленных на работу движений кисти рук.

Все игры, упражнения, гимнастики и задания, которые использую в своей работе стимулируют двигательную активность, укрепляют и развивают руку ребенка, направлены на подготовку руки к письму, пополняют словарный запас. Упражнения рекомендовано проводить сначала на правой руке, затем на левой, а потом обеими руками: синхронно.

Упражнений на различение в движении пальцев рук;
на работу движений кисти руки:

1. Упражнения без речевого сопровождения:

- сжимание и разжимание кулачка;
 - круговые движения кулачком;
 - выделение одного пальца (руки на столе, из кулачка);
 - упражнение «Крыша» (соединение и разъединение пальцев);
 - мячик «Су-Джок» («Я мячом круги катаю»);
 - массаж колечком каждого пальца;
 - растирание и разминка пальцев рук и всей кисти от кончиков пальцев к основанию и обратно (особое внимание следует уделить большим пальцам).
- Имитация «силового» мытья, растирания и пожатия рук;
- сгибание, разгибание ладоней («Мост»);
 - «Флажок»;
 - «Стол»;
 - «Стул»;
 - «Лодочка»;
 - «Гнездо»;
 - «Цветок»;
 - «Корни растений»;
 - «Очки»;
 - «Зайчик»;
 - «Волк».

2. Упражнения с речевым сопровождением:

- «Апельсин»;
- «Замок»;
- «В гости к пальчику большому»;
- «Пять малышей»;
- «Пальчики здороваются»;
- «Капли первые упали».

Детям изначально было сложно одновременно делать движения и проговаривать слова. Поэтому я не ставила перед ребенком сразу несколько задач (н-р: показать движение и произнести текст, дети начинают произносить текст частично, а затем текст разучивается и его произносят целиком, соотнося слова с движениями).

Упражнения на выделение указательного пальца:

- письмо на манке (цифры, буквы, геометрические фигуры);
- стаканчик с пампушками (проталкивание указательным пальцем пампушек в отверстие);
- пальчиковые краски;
- рисуем пальчиками в воздухе, на спине.

Упражнения на отработку пальцев захвата предмета (большой, указательный, средний):

- пинцет большой и малый;
- сортировка бусин.

Подготовка руки к письму:

- упражнение «Как правильно держать карандаш»;
- графические упражнения: рисование по трафаретам, штриховка, дорисовка картинки, графический диктант, обведение линий, лабиринт, игры на развитие ориентировки на листе (нарисуй в верхнем левом углу круг, игровое поле из 9 квадратов: посади жука в правый верхний угол, где находится жук? и т.д.), соединение по точкам, продолжение ряда;
- предметная деятельность: бумага (оригами, складывание пополам, по диагонали), масса для лепки (буквы, цифры, геометрические фигуры), пластилин, аппликация, поделки, упражнение «Ножницы»
- игры: мозаика, конструкторы, рамки с застежками, шнуровка, «нанизывание бусин на шнурок»;
- кукольные театры: пальчиковый, театр теней.

Игровые упражнения:

- «Котенок кусается» (бельевые прищепки);
- «Лыжники» (пробки от пластиковых бутылок);
- «Волшебные превращения веревочки» (выкладывание фигур из шнурков);
- Катушка ниток, «Пуговица»;
- «Собери палочки в корзинку» (собрать одной рукой 10-15 палочек).

Систематическая работа в данном направлении позволила достичь следующих положительных результатов: дети стали более внимательны, усидчивы, больше общаются с воспитателем и сверстниками, пополнился словарный запас слов, кисть приобретает хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, меняется нажим, что в дальнейшем помогает детям легко овладеть навыком письма.