

Готовим руки ребенка к письму

Готовим руки ребенка к письму.

Современной наукой доказано, что уровень развития речи ребенка тесно взаимосвязан с уровнем развития мелкой моторики пальцев рук. Чем точнее движения пальчиков ребенка, тем легче ему справляться с различными заданиями.

На первую букву и первое слово ребенок затрачивает порой много усилий, а на листе получаются лишь каракули. Причина этому – недостаточно развитая ловкость рук. Это значительно затрудняет овладение навыком письма, а в последующем и совершенствование его.

Важно начать развивать его еще до поступления в школу.

Очень полезны игры и упражнения с мячом. Всячески поощряйте желание детей играть в такие игры, а при первой возможности сами играйте с детьми в мяч.

Степень развития ручной ловкости у детей 5-7 летнего возраста можно определить по количеству бросков мяча диаметром 10 см. о стену с расстояния 1 метр. Если за 30 секунд ребенок бросил и поймал мяч:

*больше 24 раз – координация движения его рук хорошая;

*от 24 до 19 раз – удовлетворительная;

*меньше 19 – плохая

Упражнения для развития ручной ловкости.

1. Исходное положение (и.п.)- стоя или сидя, руки вытянуты перед грудью, пальцы развернуты. Сильно сжать пальцы в кулаки, задержаться в этом положении на 2-3 секунды, затем разжать, расслабить кисти и встряхнуть ими (4-6 раз).



2. И.п.- стоя или сидя, руки вытянуты перед грудью, пальцы правой руки сжаты в кулак. Разжать пальцы правой руки

и одновременно сжать в кулак пальцы левой руки, вернуться в и.п. (более 20 раз).



3. И.п. – стоя или сидя, ладони вместе, пальцы переплетены. Постепенно сгибать и разгибать пальцы.(20- 30 раз)



4. И.п. – сидя, руки с разведенными пальцами лежат на ровной горизонтальной поверхности. В течение 30-60 секунд поочередно постукивать по опоре пальцами то одной, то другой, то пальцами обеих рук сразу.



5. И.п.- сидя или стоя, руки согнуты перед собой. Касаться большим пальцем поочередно указательного, среднего и мизинца. Темп и сила надавливания постепенно возрастают.(15 раз)



6. И.п.- стоя или сидя, ладони вместе, пальцы переплетены. Сгибать и разгибать кисти в лучезапястных суставах.



7. И.п.- стоя или сидя, руки вытянуты перед грудью, пальцы разведены. Развернуть ладони наружу, вернуться в исходное положение (15-20раз)



8. И.п.- сидя или стоя, руки согнутые в локтях, в стороны. Расслабленные кисти свободно опущены. Потряхивая руками, сгибать и разгибать расслабленные кисти(15-20 раз).

9. И.п.- стоя или сидя, руки согнутые в локтях, перед грудью, ладонями кверху. Потряхивая руками, сгибать и разгибать расслабленные кисти. (15-20 раз).

Данные упражнения для развития мелкой моторики следует выполнять как правой, так и левой рукой, вовлекая в работу все пальцы. Сначала выполнять наиболее легкие упражнения,

затем предложите детям конструировать из пальцев различные фигуры, похожие на предметы, растения, животных. Такие упражнения очень нравятся детям, они с удовольствием выполняют их, и могут сами придумывать упражнения для пальчиков.

Уважаемые родители! Главное, не забывать, что все задания должны выполняться детьми легко, без лишнего напряжения, занятия должны вызывать только положительные эмоции, приносить радость и удовольствие.