

*Подготовка  
руки к  
письму*



**Уже доказано, что развитие руки находится в тесной связи с развитием речи и мышления ребенка. Поэтому работа по развитию мелкой моторики должна начинаться задолго до поступления ребенка в школу.**



# Подготовка руки к письму.

- Письмо - сложный координационный навык, требующий слаженной работы мышц кисти, всей руки, правильной координации движений всего тела.
- Подготовка к письму - один из самых сложных этапов подготовки ребенка к систематическому обучению.
- У детей дошкольного возраста слабо развиты мелкие мышцы руки, несовершенна координация движений, не закончено окостенение запястий и фаланг пальцев.
- Поэтому в дошкольном возрасте важна именно подготовка к письму, а не обучение ему. Важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта, развития навыков ручной умелости.

Работа с бумагой.  
Складывание (оригами).  
Плетение.  
Аппликации.

Массаж кистей рук и пальцев.

Игры с крупой, бусинками, пуговицами, камешками.

Графические упражнения.  
Штриховка.

## Средства развития мелкой моторики

Пальчиковая гимнастика

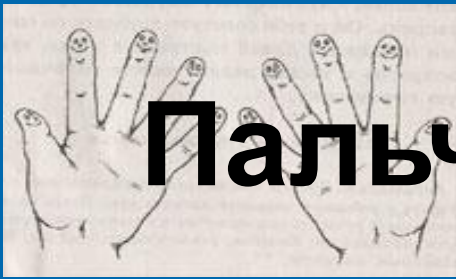
Рисование и раскрашивание

Вырезание ножницами.

Игры с конструкторами и мозаикой.

Игры с веревочкой, шнуровки.

Игры с пластилином



# Пальчиковая гимнастика.

- "Пальчиковые игры" - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев.
- Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчит приобретение навыков письма.
- "Пальчиковые игры" очень эмоциональны и увлекательны. В ходе "пальчиковых игр" дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Тем самым вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

# Динамические упражнения для пальцев (потешки)

## "Апельсин"

"Мы делили апельсин,  
Апельсин всего один.  
Эта долька для кота,  
Эта долька для ежа,  
Эта долька для улитки,  
Эта долька для чижа,  
Ну, а волку кожура!"



*(Начинать с мизинца, загибать попеременно все пальцы.)*

# «В гости»

**В гости к пальчику большому**

*(выставляются вверх большие пальцы обеих рук)*

**Приходили прямо к дому:**

*(Ладони вместе, одноименные пальцы соприкасаются)*

**Указательный и средний,**

*(поочередно называемые пальцы соединяются с большими на обеих руках одновременно).*

**Безымянный и последний**

**Сам мизинчик-малышок**

*(пальцы сжаты в кулак, вверх выставляются только мизинцы)*

**Постучался на порог.**

*(кулаки стучат друг о друга)*

**Вместе пальчики - друзья,**

*(ритмичное сжимание пальцев в кулаки)*

**Друг без друга им нельзя.**



# "Засолка капусты"

**Мы капусту рубим,**

*(резкие движения прямыми кистями рук вниз и вверх)*

**Мы морковку трем,**

*(пальцы рук сжаты в кулаки, движение кулаков к себе и от себя)*

**Мы капусту солим,**

*(движение пальцев, имитирующее посыпание солью из щепотки)*

**Мы капусту жмем.**

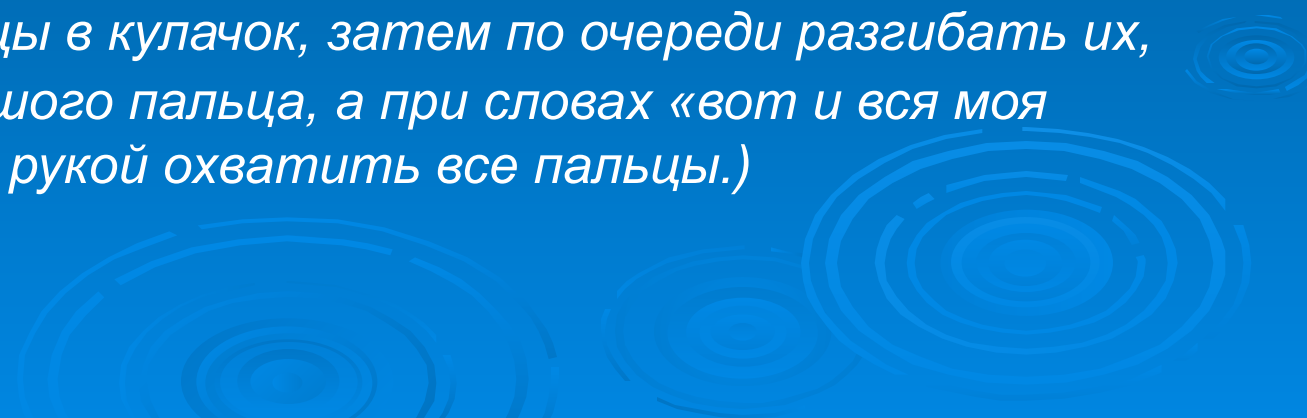
*(интенсивное сжимание пальцев рук в кулаки).*



# «Моя семья»

Этот пальчик – дедушка,  
Этот пальчик – бабушка,  
Этот пальчик – папочка,  
Этот пальчик – мамочка,  
Этот пальчик – я –  
Вот моя семья.

*(Согнуть пальцы в кулачок, затем по очереди разгибать их, начиная с большого пальца, а при словах «вот и вся моя семья» второй рукой охватить все пальцы.)*



# Слон

**«В зоопарке стоит слон.  
Уши, хобот, серый он.  
Головой своей кивает,  
Будто в гости приглашает»**



Ладонь на себя. Средний палец впущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой — указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.

# Кошка



«А у кошки ушки на макушке,  
Чтобы лучше слышать мышь в ее  
норушке»

Средний и безымянный пальцы  
упираются в большой. Указательный и  
мизинец подняты вверх.

# Мышка

«Серенький комоч сидит  
И бумажкой все шуршит»



Средний и безымянный пальцы  
упираются в большой. Указательный и  
мизинец согнуты в дуги и прижаты к  
среднему и безымянному пальцам.

# Петушок

«Петушок стоит весь яркий,  
Гребешок он чистит лапкой»



Ладонь вверх указательный палец  
опирается на большой. Остальные  
пальцы растопырены в стороны и  
подняты вверх.

# Статические задания:

## Животные

- *Крокодил.* Указательный палец и мизинец согнуть и оттянуть назад (глаза). Средний и безымянный пальцы вытянуть вперед. Прямой большой палец прижать к ним снизу, образуя пасть крокодила.
- *Курочка.* Соединить концы большого и указательного пальцев (клюв). На клюв веерообразно накладываются друг на дружку остальные пальцы - это гребешок.
- *Сова.* Большой палец и мизинец отведены в сторону (крылья совы), они могут двигаться при полете. Оставшиеся три пальца согнуты так, что подушечки прижаты к основанию пальцев (голова).
- *Мышка.* Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад, подушечки прижать к основанию пальцев (уши). Большой палец прижать к ладони, на него наложить средний и безымянный. Концы пальцев держать на весу, не прижимая к большому пальцу, - это мордочка мышки, которая при диалогах шевелится.
- *Лягушка.* Указательный палец и мизинец согнуть, оттянуть назад (глаза). Безымянный и средний согнуть, прижать к середине ладони. Большой палец горизонтально приложить к ногтям среднего и безымянного пальца (рот).
- *Лошадка.* Повернуть руку ладонью к себе, большой палец поднять вверх. На ребро этой ладони сверху положить согнутые четыре пальца другой руки (грива). Два больших пальца подняты вверх (уши). Лошадь может потряхивать гривой, шевелить ушами, открывать и закрывать рот.
- *Улитка с усиками.* Положить правую руку на стол, поднять указательный палец и средний, и расставить их, левую руку положить сверху.
- *Ежик.* Ладони соединить, прямые пальцы выставить вверх.
- *Кот.* Средний и безымянный пальцы правой руки прижать к ладони большим пальцем, указательный и мизинец слегка согнуть поднять руку вверх.

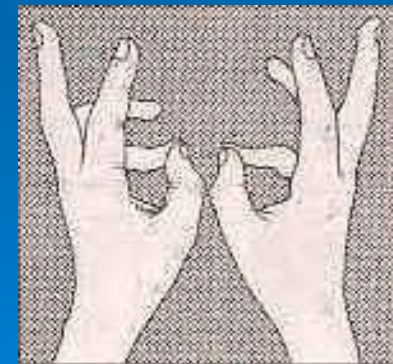
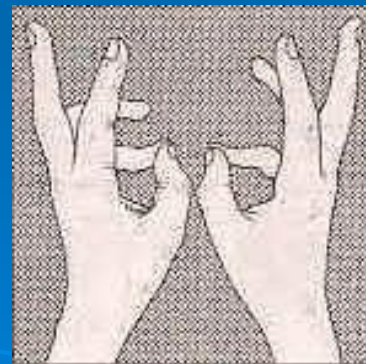
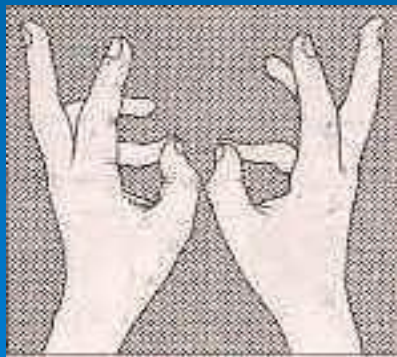
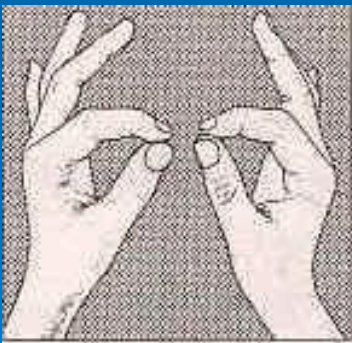
# Кинезиологические упражнения, развивающие межполушарное взаимодействие

- «Лягушка». Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, ладонь другой лежит на плоскости стола. Одновременно и разнонаправлено менять положение рук.
- «Замок». Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, развернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет взрослый, точно и четко. Нежелательны движения соседних пальцев. Прикасаться к пальцу нельзя. В упражнении должны участвовать все пальцы на обеих руках.

# Кинезиологические физминутки.

## □ 1. Колечко.

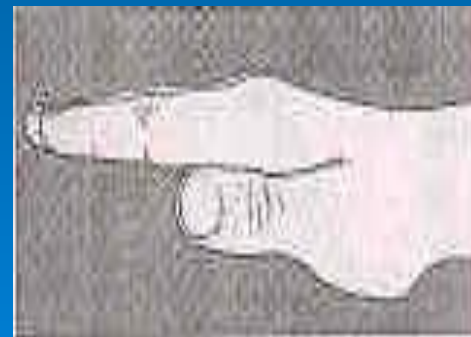
Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.





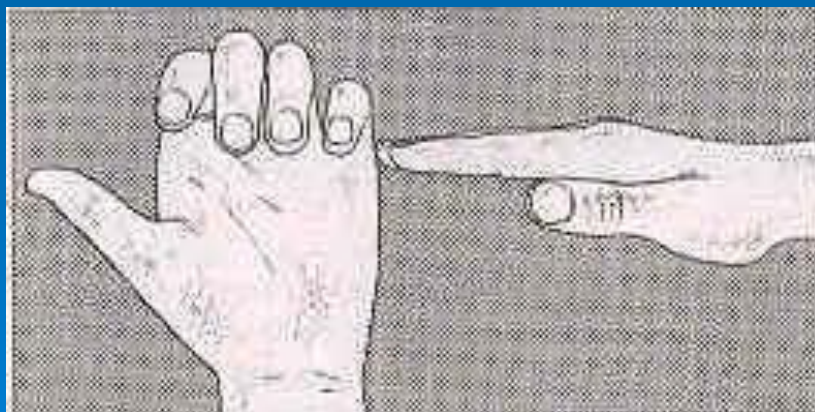
## □ 2. Кулак-ребро-ладонь.

Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды(кулак -ребро-ладонь)



### □ 3. Лезгинка.

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону. кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз.



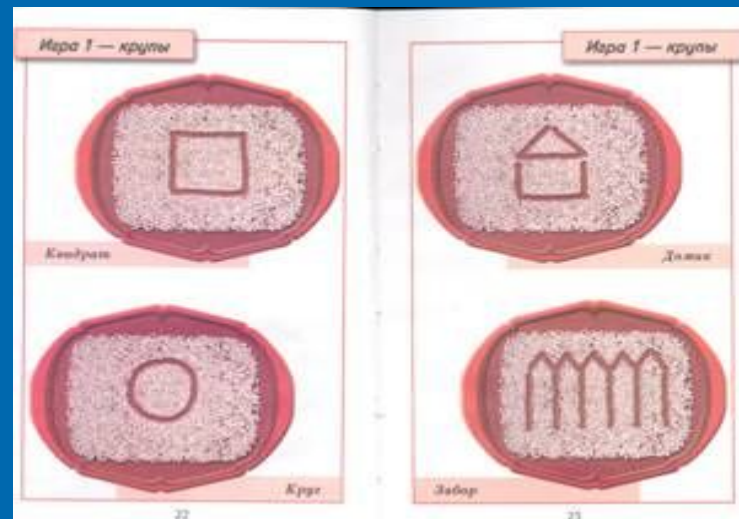
## □ 4. Змейка.

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок. выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя . Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

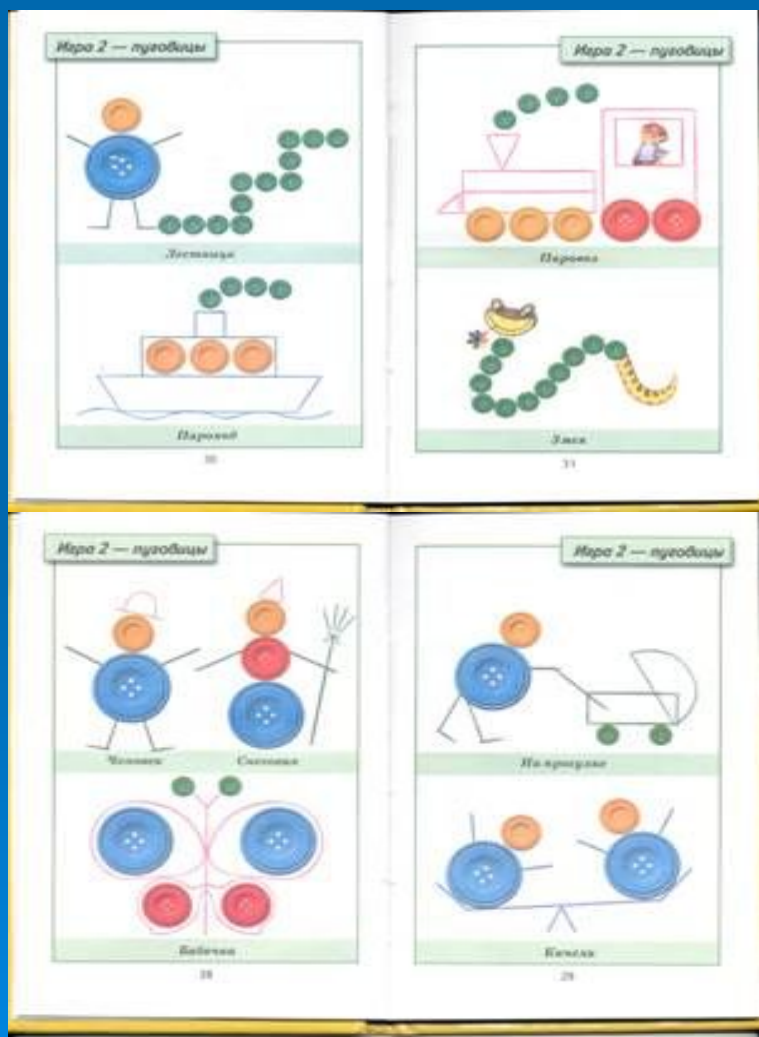


# Игры с крупами

- Прячем ручки
- Пересыпаем крупу
- Дождь, град
- покормим птичек
- Разложи по тарелочкам
- Найди игрушку
- Игра «Золушка»
- «Отгадай, какая крупа в мешочке»
- Нарисуй домик, солнце и тд.



# Игры с бусинками, пуговицами, мелкими камешками.



- Нанизывание: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки, картонные кружочки, листья деревьев, ягоды рябины.
- Картины из пуговиц.
- Выкладывание букв, силуэтов.
- Сортировка по заданному признаку.
- Цепочки из цветных скрепок.



# Игры с пластилином.



- Картины из пластилина
- Объемные изделия
- Дощечки покрытые пластилином для выкладывания на которых используются различные материалы: горох, фасоль, семена тыквы, арбуза, вишневые и сливовые косточки, различной величины пуговиц, палочки.



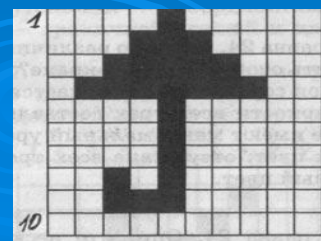
# Вырезывание ножницами

- Силуэтное вырезывание.
- Симметричное вырезывание.
- Вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов.
- Вырезание снежинок.



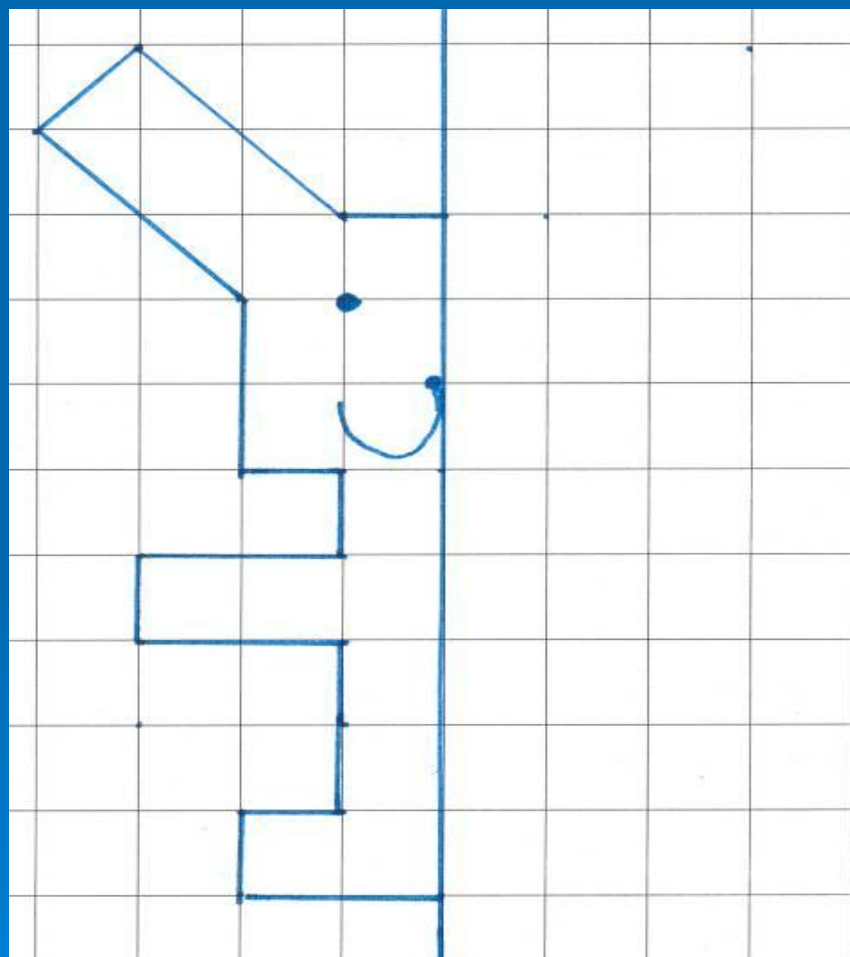
# Рисование, раскрашивание.

- Обводка плоских фигур. Обводить можно все: дно стакана, перевернутое блюдце, собственную ладонь, плоскую игрушку и т.д.
- Рисование по опорным точкам;
- Дорисовывание второй половины рисунка;
- Рисунок по образцу, не отрывая руки от бумаги.





# Дорисуй вторую половину Рисунок с зайцем



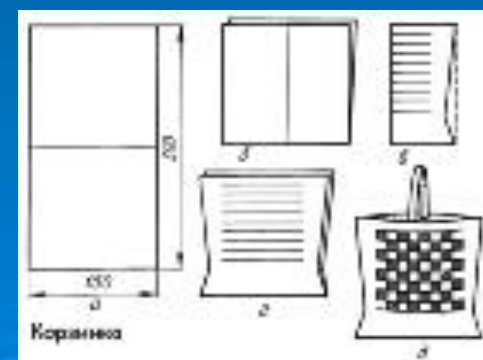
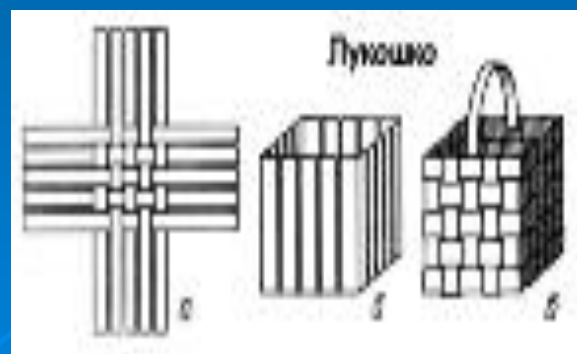
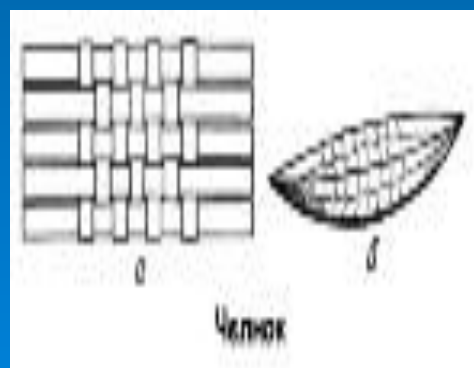
# Раскрашивание картинок в книжках – раскрасках.



# Работа с бумагой. Оригами. Плетение.



Развитию точных движений и памяти помогают плетение ковриков из бумажных полос, складывание корабликов, фигурок зверей из бумаги.



# Ниткопись

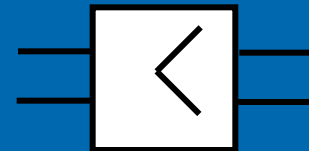
- *Выкладывание нитками контура рисунка на бархатной бумаге контрастного цвета.*



# Фигурки из палочек

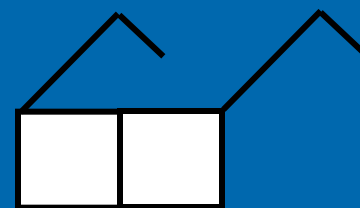
## «Часы»

- Часы я на руку надел,
- На время изредка смотрел.



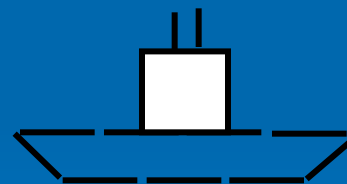
## «Очки»

- Очки помогают нам книги читать,
- Писать, рисовать, готовить, вязать...



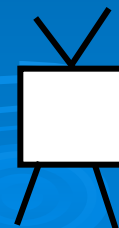
## «Пароход»

- Пароход большой плывет,
- Капитан его ведет.



## «Телевизор»

- Без телевизора скучно, друзья,
- Но долго смотреть телевизор нельзя.

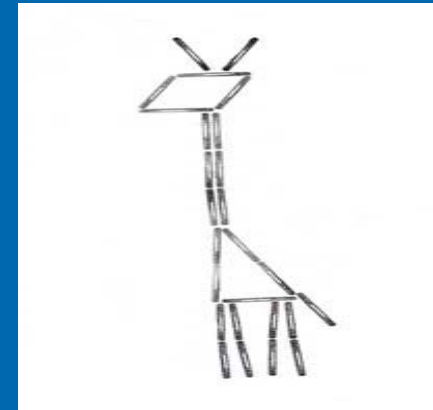




# Счѐтные палочки

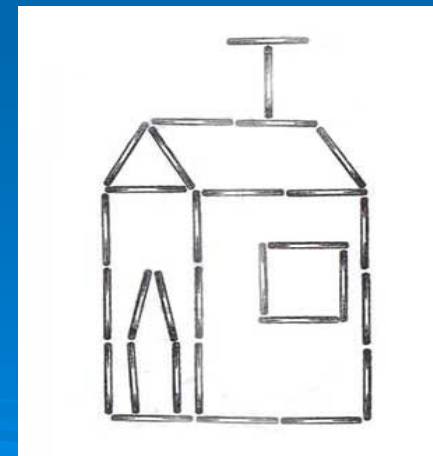
## Жираф

Жирафы в Африке живут,  
Жирафы в Африке жуют.  
А у меня жираф из палочек -  
Из палочек, из выручалочек



## Дом

Дом я строю во Вселенной.  
Есть в нем крыша и антенна.  
Есть в нем дверь и есть окошко -  
Пусть живет в нем наша кошка.



# Графические упражнения.

## Штриховка.

- Штриховка - одно из важнейших упражнений. Овладевая механизмом письма, дети вырабатывают такую уверенность штриха, что когда они приступят к письму в тетрадях, у них это будет получаться как у человека, много писавшего.
- Правила штриховки:
  - Штриховать только в заданном направлении.
  - Не выходить за контуры фигуры.
  - Соблюдать параллельность линий.
  - Не сближать штрихи, расстояние между ними должно быть 0,5 см.
  - Выполняются на нелинованной бумаге.

# Расслабляющие (самомассаж кистей и пальцев рук)

- Надавливание сильно сжатыми четырьмя пальцами одной руки на основание большого пальца, середину ладони, основание пальцев другой руки. Затем положение рук меняется.
- Растирание ладоней шестигранным карандашом с постепенным увеличением усилий.
- Растирание ладоней движениями вверх-вниз.
- Растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев.
- Разминание, затем растирание каждого пальца вдоль, затем поперек.
- Грецкий орех положить между ладонями, делать круговые движения, постепенно увеличивая нажим и темп. Можно выполнять упражнение с двумя грецкими орехами, перекатывая один через другой, одной рукой, затем другой.
- Надавливание незаточенным карандашом на болевые точки ладони, затем вращение карандаша вправо, влево.
- Разминание кисти правой руки пальцами левой и наоборот, затем поочередное растирание.



# Полезные книги...

