

ГЛАВА I  
Комментарии к рабочей тетради  
для учащегося  
«Зайка-развивайка»



# 5 Комментарии к рабочей тетради «Зайка развивайка»

## **Страница 1. Анкета**

Предложите ребенку вклеить свою фотографию и написать свои данные. Далее помогите ребенку сформулировать цель, которой он будет руководствоваться на протяжении всей работы в тетради.

## **Страница 2 и 15. Проведем эксперимент. Наш эксперимент**

**Цель:** Выявить способствовали ли упражнения развитию мелкой моторики, дать оценку развития мелкой моторики до начала работы в тетради и после; сравнить результаты.

**Ход:** В начале детям предлагается произвести списывание текста, они должны сидеть и держать ручку так, как обычно. До начала работы не проводится никаких инструктажей и разминок.

По окончании выполнения всей работы в тетради детям предлагается произвести списывание того же текста в целях оценки развития мелкой моторики. Стало лучше или хуже?

## **Страница 3. Памятка.**

**Цель:** Ознакомление детей с необходимыми правилами, которые нужно соблюдать во время работы за столом, при выполнении письменных работ в тетради

**Ход:** На первом занятии детям рассказывают правила посадки и правила удерживания карандаша, ручки в руке. Точность графических действий обеспечивается за счет мышечного контроля над мелкой (тонкой) моторикой рук. Это ловкость пальцев и кистей рук, скоординированность их движений. О развитии мелких движений пальцев можно судить, наблюдая за тем, как ребенок рисует или закрашивает детали рисунка. Если он постоянно поворачивает лист, не может менять направление линий при помощи тонких движений пальцев и кисти, значит, уровень развития мелкой моторики недостаточный.

Так же объясняется наличие звездочек – по прохождению страницы 4 и страницы 10 дети должны запомнить упражнения на разминку пальцев, в последующем встречая звезды на других страницах дети должны выполнять соответствующую цвету звезды разминку.

## **6 Правильная посадка**

При правильной посадке ученик должен сидеть прямо, грудь не касается стола (расстояние между туловищем и краем стола – 3–5 см), оба плеча должны быть на одной высоте. Ноги, согнутые под прямым углом в коленях, опираются всей ступней на пол или на подставку для ног. Руки при письме лежат так, чтобы локти немного выступали за край стола и находились на расстоянии около 10 см от туловища. Голова немного наклонена налево у детей, пишущих правой рукой (рис. а), либо немного направо у детей, пишущих левой рукой (рис. б). Тетрадь располагается наклонно влево (для праворуких) либо вправо (для леворуких) так, чтобы нижний угол был напротив груди. Свободной рукой ученик придерживает тетрадь (рис. а, б, в) и по мере заполнения страницы передвигает ее этой рукой вверх, при этом нижний угол страницы по-прежнему направлен к середине груди ребенка. Если ребенок при выполнении письменных упражнений неправильно сидит за столом, это приводит к значительному увеличению статической нагрузки на мышцы спины и плечевого пояса, что является одной из причин повышенной утомляемости начинающих школьников. Неправильная посадка за столом может также повлечь серьезные нарушения здоровья: искривление позвоночника, снижение зрения, заболевания внутренних органов и др.

### **Как правильно держать ручку (карандаш)**

При письме шариковую ручку или карандаш нужно держать под углом 50–60 градусов (противоположный конец ручки направлен к плечу) тремя пальцами: большим, указательным и средним: большой и средний удерживают ручку, а указательный придерживает ее сверху. Ручку нужно держать свободно, не зажимая ее слишком крепко и не прогибая сильно указательный палец. Расстояние от пишущего шарика до указательного пальца должно быть около 2 см. Опорой кисти при письме служит ногтевая фаланга несколько согнутого мизинца и нижняя часть ладони. Кисть руки большей частью своей ладони должна быть обращена к поверхности стола.

## 7 Страница 4.Разомнемся?

Цель: Развитие подвижности пальцев рук, внимания и скорости реакции ребенка.

Ход: Пальчиковая гимнастика выполняется ребенком как повторение того, что делает взрослый, поэтому следует предварительно освоить данные упражнения без ребенка.

1. Ладони поочередно ударяют о край стола.
2. Руки вытягивают вперед, сжимают и разжимают кулачки.
3. Поочередно пальцы загибаются сначала на левой, а потом на правой руке. В конце упражнения пальцы должны быть сжаты в кулачки.
4. Обе ладони лежат на столе. Одна из ладоней сжимается в кулак, а другая остается лежать неподвижно. Далее та ладонь, что осталась лежать на столе, сжимается в кулак. Одновременно с этим ладонь, что была сжата в кулак, распрямляется. После этого задание воспроизводится подряд 5–6 раз в быстром темпе. Следите, чтобы при выполнении этого упражнения пальцы не растопыривались, а оставались плотно прижатыми друг к другу.
5. Ладони повернуты вниз. Обеими кистями рук одновременно имитируется волнообразное движение в гору (вверх) и с горы (вниз).
6. Обе ладони сжаты в кулачок, большие пальцы подняты вверх, выполняются круговые движения большими пальцами.
7. Пальцы сплетены в замок. Концы пальцев левой руки нажимают на верхнюю часть тыльной стороны ладони правой руки, прогибая ее так, что пальцы правой руки встают как петушиный гребень. Затем на тыльную сторону левой руки нажимают пальцы правой, и в петушиный гребешок превращаются пальцы левой руки.

## 8 Страница 5. По дорожкам!

Цель: Развитие координации движений руки

Ход: Провести пальчиковую гимнастику (напоминание – зеленая звезда) 1 Ребенка просят провести линию посередине фигурной дорожки. При выполнении задания надо обратить особое внимание на то, что нельзя касаться стенок (особенно в лабиринтах), линия должна идти посередине дорожки. Карандаш от бумаги не отрывается, и лист бумаги не переворачивается.

2 и 3 Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки. При прохождении дорожки ребенку следует стараться как можно более точно следовать всем изгибам и поворотам линий.

Как и в предыдущем задании, карандаш не должен отрываться от бумаги, и лист во время выполнения задания не переворачивается.

## Страница 6. По контурам!

Цель: Создать условия для развития мышц руки, аккуратности и точности выполнения заданий

Ход: Провести пальчиковую гимнастику (напоминание – зеленая звезда) Ребенка просят отгадать загадки и соединить ответ с нужным рисунком затем ребенка просят соединить точки для того, чтобы получился завершённый рисунок.

## Страница 7. По клеточкам!

Цель: Развитие зрительно-моторной координации.

Ход: Провести пальчиковую гимнастику (напоминание – зеленая звезда) На бумаге в клеточку ребенка просят продолжить узор по заданному образцу.



## **9 Страница 8 и 9 . Заштрихуй!**

**Цель:** Способствовать развитию концентрации внимания, развитие аккуратности и навыка доведения дела до конца

**Ход:** Провести пальчиковую гимнастику ( напомним – зеленая звезда). Штриховки с различным направлением движения руки. Ребёнка просят выполнить различные виды штриховок по образцам в пустых клеточках, геометрических фигурах, силуэтах животных: вертикальные (сверху вниз), горизонтальные (слева направо), наклонные, «клубочками» (круговые движения руки), полукругами. Линии сложной формы должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается. При этом надо обратить внимание на уменьшение амплитуды движений кисти руки.

## **Страница 10. Разомнемся?**

**Цель:** развитие ловкости и подвижности пальцев рук, внимания и скорости реакции ребенка

**Ход:** 1. Обе ладони лежат на столе. Правая – вниз, левая – вверх. По команде ладони меняются местами: правая – вверх, левая – вниз.

2. Руки вытягиваются вперед, пальцы растопыриваются, как можно сильнее напрягаются, а затем расслабляются, руки опускают и слегка трясут ими.

3. На раз – подушечки пальцев поджимаются к верхней части ладони, на два – пальцы быстро выпрямляются и растопыриваются.

4. Предплечье вертикально, ладонь находится под прямым углом, все пальцы прижаты. Вращение кистями от себя и к себе.

Руки сжимают в кулачки, вытягивают вверх большие пальцы, сгибают и разгибают их. Такое же упражнение делают со всеми остальными пальцами: указательным, средним, безымянным, мизинцем.

5 Ладони поставлены вертикально друг другу и сомкнуты. Затем ладони размыкаются.

# 10 Страница 11. Сможешь повторить?

Цель: Развитие координации движений руки

Ход: Ребенку предлагается распечатка листа в клетку, где изображены различные узоры. Ребенка просят продолжить узор по заданному образцу.

## Страница 12. Окунемся в творчество?

Цель: Развитие и укрепление мышц руки, развитие мелкой моторики, чувства цвета и формы.

Ход: Провести пальчиковую гимнастику (напоминание – зеленая и синяя звезда).

1) Ребенка просят закрасить любым цветом круги. Цвет должен быть ровным и не выходить за края.

2) При выполнении обрывной аппликации напомнить правила работы с клеем

Общая схема исполнения обрывной аппликации будет выглядеть так.

Выберите картон или плотную цветную бумагу для основы. Техника очень напоминает раскраску, в которой заранее даны контуры, и нужно только раскрасить их определенным цветом. Только в случае с аппликацией будем не разукрашивать, а заклеивать обрывками цветной бумаги. Готовим кусочки бумаги нужного цвета. Они могут быть разных размеров, но желательно сначала помочь малышу определиться с размерами кусочков бумаги и показать, как именно необходимо аккуратно обрывать бумагу. Начинаем заполнять пространство внутри контура кусочками нужного цвета. Начинаем с больших по размеру и завершаем маленькими. Каждый обрывок бумаги наклеиваем отдельно. Следите, чтобы малыш не вылезал за края контура, иначе аппликация получится некрасивой.

## Страница 13. Попробуем?

Цель: Формирование координации движений укрепление мышц руки.

Ход: 1) Ребенку предлагается распечатка листа в клетку, где изображены различные узоры, элементы букв и предметов. Он должен обвести сначала все по контуру, а потом продолжить ряд самостоятельно

2) Ребенок должен обвести предметы по контуру и после раскрасить их.

# 1

## Страница 14 Попробуем?

Цель: Формирование координации движений, укрепление мышц руки.

Ход: Выпишите проблемные элементы букв и буквы в целом на ваше усмотрение опираясь на стр 4 тетради. Ребенку необходимо прописать заданные элементы.

