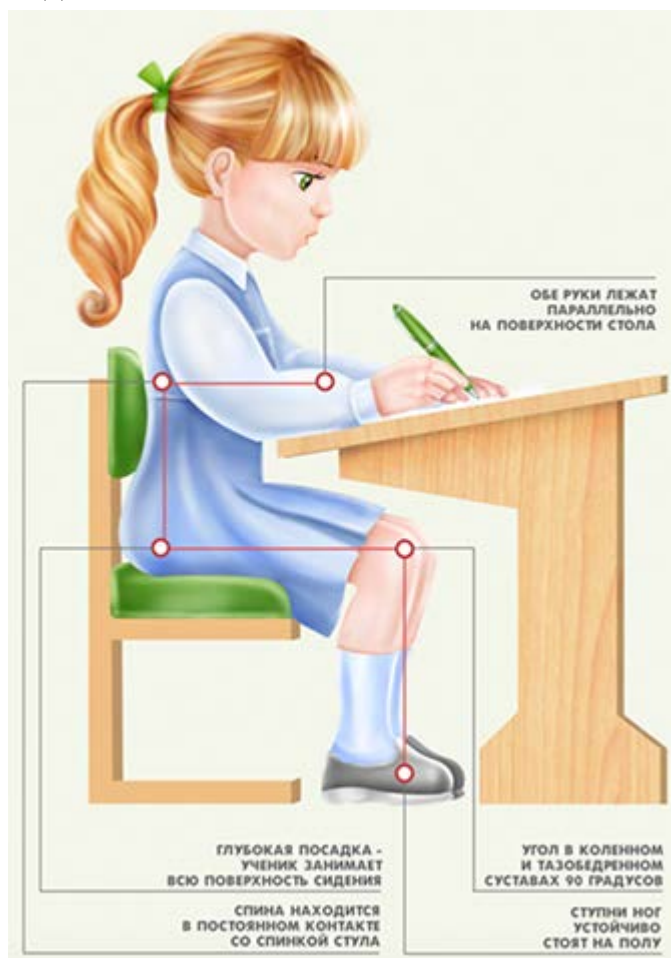


## ПРИЕМЫ «ПОСТАВКИ» РУКИ

Материал подготовила:  
учитель-логопед Александрова И.В.

### 1. Правильная посадка



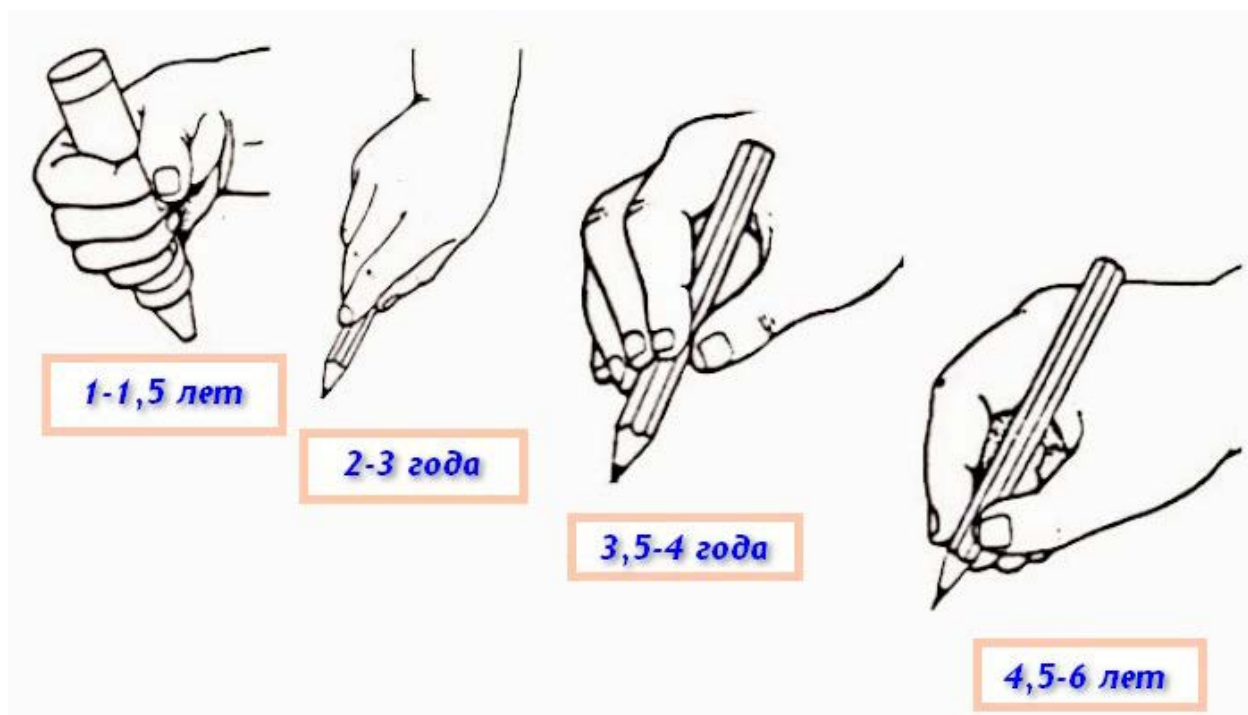
Правильная постановка руки при письме во многом зависит от правильной осанки во время письма, от правильно подобранной мебели (стол/парта, стул). Перед выполнением каждого упражнения необходимо, чтобы ребенок правильно сидел. Ноги должны располагаться вместе. Следите, чтобы спина была прямая. Между грудью и столом нужно соблюдать расстояние 15-20 мм. На первых этапах обучения тетрадь стоит располагать под углом 30 градусов к вертикальному краю стола. При несоблюдении этого требования ребенку будет нужно поворачивать туловище и сильно наклонять голову вперед. Левый нижний угол тетради должен находиться у середины груди. Локти обязательно располагаются на столе. Начиная писать, рука должна опираться на основание запястья и на внешнее ребро ладони и мизинец.

### 2. 8 способов, как научить ребенка держать ручку

Объясните ребенку, что ручку следует держать не щепотью, а положив ее на средний палец, придерживая большим и указательным. При этом мизинчик должен быть прижат к бумаге, а ладонь повернута к столу. Удерживать

карандаш следует на расстоянии 2 см от грифеля. Проследите, чтобы малыш не сжимал его слишком крепко, а свободный конец инструмента был направлен четко на плечо. При писании рука должна опираться на запястье и на самую ручку. Мизинец должен быть свободен, не тереться о бумагу или стол. Рука в таком положении дольше не устанет.

Знание и соблюдение этих правил поможет сформировать технику письма, сделать его быстрым, красивым, легким. В 6-7 лет малыши способны увлекаться, забывая о наставлениях взрослых, поэтому важно не только показать, но и проконтролировать выполнение.



### **1-й способ: Метод пинцета**

Один из самых простых способов обучения с увлечением. Понадобятся карандаш или ручка. Важно для этого выбирать простые принадлежности, не толстые, без большого количества граней, необходимая длина должна быть примерно 15 см. Средство для письма рекомендуется брать за край именно тремя пальцами (большим, указательным и средним). Таким образом, карандаш или ручку требуется поместить на стол так, чтобы они упирались в поверхность бумаги. Пальцы необходимо аккуратно перемещать вниз, скользя ими по карандашу. В момент, когда пальцы будут слегка сжимать ручку или карандаш, они сами займут правильное положение

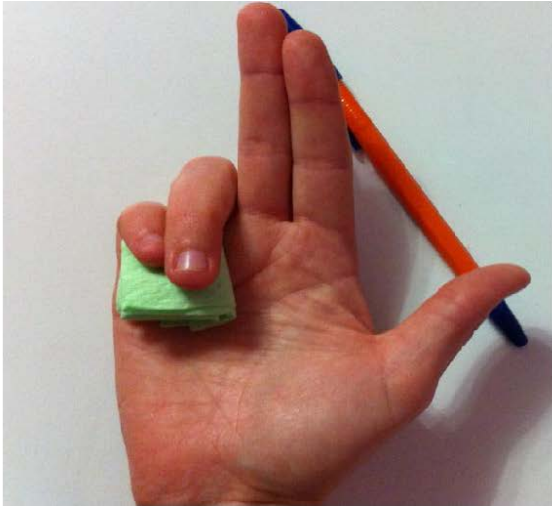


### **2-й способ: Уложить ручку «спать».**

Продельывать этот метод рекомендуется с ребенком вместе. Предположим, что средний палец является «кроватькой» для ручки. Укладывая спать, ее необходимо положить спать на эту вымышленную «кроватьку». Требуется представить, что кончик ручки или карандаша является головой. Надо положить под нее «подушку». Ею должна выступать подушечка указательного пальца. Сверху необходимо накрыть ручку «одеялом». Стоит пофантазировать, будто подушечка среднего пальца – это одеяло. После этого уже можно смело начинать писать. В таком положении рука ребенка во время письма станет опираться на загнутый внутрь мизинец. Необходимо следить, чтобы от конца ручки до кончика указательного пальца существовало расстояние около 15 мм. При несоблюдении этого правила рука будет сильно уставать, так как в таком положении она сильно напряжена.

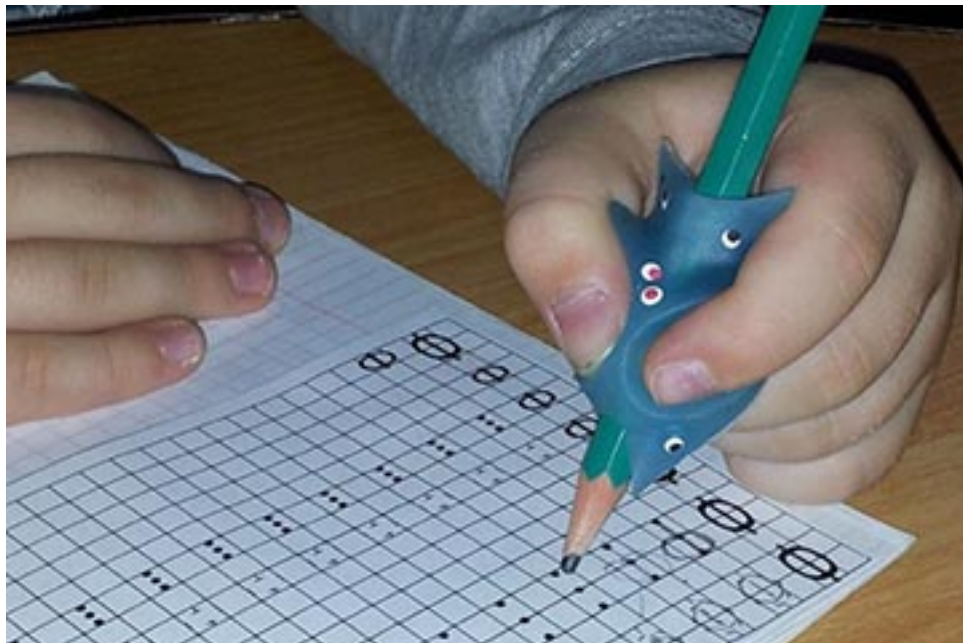
### **3-й способ: С помощью салфетки**

Для осуществления этого способа необходима обычная салфетка. Ее нужно разделить на две части, потому что целая салфетка для маленькой ручки будет очень большой. Одну из половинок салфетки необходимо зажать между безымянным пальцем, мизинцем и ладонью. После этого малыш должен незадействованными на руке пальцами взять карандаш таким образом, чтобы не выронить из ладошки салфетку. Это поможет ребенку научиться правильно брать ручку или карандаш.



#### **4-й способ: Обучающая насадка**

В магазинах, занимающихся продажей канцтоваров, можно найти очень много интересных и полезных мелочей. Для обучения ребенка правильно держать ручки и карандаши могут пригодиться специальные насадки на средства для письма. Малышу будет очень интересно заниматься с ними, потому что они выполнены в форме разнообразных забавных и разрисованных зверюшек, птиц, рыбок и др. Насадки изготовлены с отверстиями для пальцев, что делает невозможным неправильное применение ручек и карандашей. Плюсом таких насадок является то, что они подразделяются на насадки для правшей и левшей. Помимо этого существует насадка для столовых приборов (ложек, вилок).





**5-й способ: Ручка-тренажер Stabila LeftRight с «подсказкой» для пальцев**  
Обучающие ручки намного облегчают процесс письма. Эти ручки имеют трехгранную форму и специальные углубления для пальцев. Для того чтобы ребенок постепенно тренировался держать ручку в руке, вес ручки слегка меньше, чем обычной. Все ручки имеют красивый дизайн и выполнены в ярких цветах, что не даст детям заскучать.



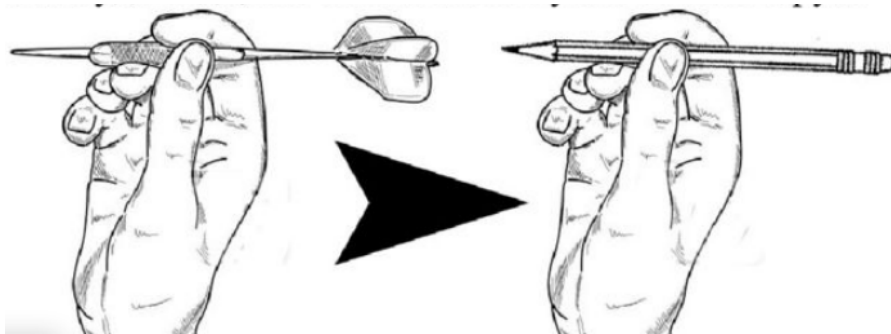
**6-й способ: С помощью мелков**

Рисование мелками – метод, применяемый самым первым. Восковые мелки дают возможность ребенку научиться правильно держать ручку или карандаш. Играя с мелками, ребенок будет выполнять все задания с удовольствием. Форма мелков подстроена как раз под руку ребенка. Мелок должен сделать тоненькую линию, линию потолще и самую толстую. Для быстрого обучения захватывания мелка тремя пальцами мелки необходимо разломить на куски примерно по 3 см. Именно рисование короткими кусочками научит захватывать мелок нужным способом. Ведь маленький кусок не так просто взять в кулак.



### **7-й способ: Игра в дартс**

Игра в дартс способствует получению навыков правильного хватания ручек и карандашей. Именно при метании дротиков положение пальцев соответствует такому же, как должно быть на карандаше и ручке. Играя с ребенком, следует помочь ему представить, что ручка – это дротик. Подобно игре в дартс малыш будет плавно спускать ручку к бумаге, будто дротик – к цели.



### **8-й способ: Точка на пальчике**

Довольно простой метод обучения ребенка правильно держать ручку. Необходимо просто поставить точку на верхней фаланге среднего пальца, тем самым отметив то место, где должна находиться ручка или карандаш. Для упрощения можно провести линию на нижнем конце ручки или карандаша. Объясните ребенку, что палец не нужно опускать ниже этой полосы.



3. Систематическая и продолжительная работа по подготовке руки к письму.