**Учим ребёнка правильно держать карандаш.**

Развивать мелкую моторику рук ребенок начинает с рождения. Он пытается удержать в ручке погремушку, перебирает пальчиками различные элементы своих игрушек, мнет, рвет и многое другое. Уже в 2-3 года, когда дошкольник начинает пробовать себя в рисовании, необходимо показать ему, как правильно держать фломастер, и контролировать, чтобы захват формировался именно так.

Почему обучать правильно держать приборы для письма так важно? Привыкнув на ранних этапах к неправильному захвату, ребенок впоследствии может столкнуться с рядом проблем:

- быстрое перенапряжение и усталость руки во время письма;

- снижение концентрации внимания;

- неспособность писать быстро;

- некрасивый почерк, который крайне сложно исправить;

- неправильная осанка, что может привести к искривлению верхней части позвоночника;

- ухудшение зрения;

- насмешки одноклассников.

Начать подготовку пальчиков к письму можно с помощью следующих занятий:

- застегивание пуговиц (от самых крупных до самых мелких в зависимости от возраста ребенка);

- лепка из пластилина или теста;

- нанизывание бусин, пуговиц и других мелких предметов на нитку;

- разнообразные шнуровки;

- вырезание ножницами;

- различные манипуляции с узелками на веревках;

- игры с использованием бельевых прищепок;

- специальная гимнастика для пальчиков, пальчиковые игры.

Когда дошкольник учится пользоваться карандашом, регулярно предлагайте ему:

- рисовать импровизированно;

- закрашивать элементы раскрасок (от самых крупных и простых к более мелким и сложным);

- дорисовывать картинки по образцу;

- обводить рисунок по контуру;

- рисовать штриховки;

- проходить лабиринты карандашом.

Важно следить, чтобы с самого начала пальчики держали карандаш правильно. Захват пишущего прибора осуществляется верно, если:

- Точка опоры карандаша — верхняя фаланга среднего пальца. Большой и указательный пальчики придерживают карандаш: большой находится слева, указательный — сверху.

- Безымянный пальчик и мизинец прижаты к ладони, подогнуты к основанию большого пальца.

- Расстояние от пальчиков до кончика карандаша около 1,5 см.

- Карандаш наклонен под углом около 60 градусов.

- Мизинчик немного касается поверхности стола, рука опирается на него.

- Рука и пальчики расслаблены.

Определить ошибки при захвате пишущего прибора можно по следующим признакам:

- Карандаш держится в кулачке.

- Рука напряжена, сильно сдавливает карандаш.

- Большой пальчик держит карандаш чуть ниже указательного.

- Расстояние от кончика карандаша до пальцев слишком маленькое или слишком большое.

- Во время рисования двигается лист, а не карандаш.

-Карандаш часто ломается при письме, бумага рвется в процессе рисования.

- Верх карандаша направлен в лицо или в сторону плеча, а не шеи.

- Если ребенок поднимает указательный пальчик, карандаш меняет местоположение, выскальзывает.

Как научить ребенка правильно держать прибор для письма?

**Метод «пинцета»**

Карандаш нужно держать свободной рукой перпендикулярно поверхности стола, а пальчиками пишущей руки захватить карандаш сверху, словно пинцетом. Все три пальчика должны проскользить вниз по карандашу до такого положения, в котором будет удобно им пользоваться. Рука наклоняется, пальчики остаются в том же положении.

**С помощью салфетки**

Простую бумажную салфетку нужно сложить в несколько слоев и попросить ребенка прижать ее безымянным пальцем и мизинцем к ладони. Три “рабочих” пальчика осуществляют правильный захват, а два “свободных” вынуждены держать салфетку и не могут случайно помешать.

Подойдет также платочек, кусочек бумаги или ваты.

**С помощью мелков**

Если мелок разрезать на кусочки длиной около 3 см, ребенок сможет взять такой кусочек только тремя “рабочими” пальчиками. Когда дошкольник привыкнет к правильному захвату, можно переходить на обычные карандаши или ручки.

Самым маленьким лучше тренироваться с толстым мелком для рисования на асфальте.

**Метод «метки»**

На верхней фаланге (ближе ко второй) среднего пальчика нужно нарисовать любой знак: красную точку, сердечко, звездочку и т.п. Такой же знак нужно нарисовать и на карандаше на высоте около 1,5 см от его кончика. Когда карандаш попадает в ручку ребенка, эти метки должны совпасть.

Такого же жучка нужно нарисовать и на карандаше.

**С помощью специальных насадок**

Такие насадки можно найти в любом канцелярском отделе. Они имеют выемки и углубления в нужных местах, благодаря чему пальчики ложатся правильно. Кроме того, эти приспособления очень мило выглядят — деткам будет очень интересно “поиграть” с ними.

**С помощью специального тренажера**

В тех же канцелярских отделах можно найти специальные ручки-тренажеры для формирования правильного захвата. Они имеют треугольную форму и выемки для пальчиков, что позволяет им держать ручку нужным образом.

**Метод «резиночки»**

Такой способ помогает приучить ребенка держать карандаш под нужным углом. На запястье руки нужно накинуть резинку (канцелярскую, для денег), затем перекрутить ее, сделав маленькую петельку, и эту петельку зафиксировать на карандаше (набросить на верхнюю часть и подвинуть ближе к середине). Останется подкорректировать положение резинки и карандаша так, чтобы наклон был верный.

**С помощью игры в Дартс**

Дротики обычно бросают тремя пальцами. Так, на примере этой игры, ребенок сможет понять принцип правильного захвата карандаша и подготовит руку к письму. Такой способ подходит для старших дошкольников.

**С помощью носка**

В носке или варежке нужно прорезать небольшое отверстие, чтобы туда пролезали только три “рабочих” пальчика. Когда такой носок будет на ручке, безымянный пальчик и мизинец будут спрятаны внутри и не смогут мешать.

Напоследок важные советы:

Все вышесказанное подходит и для деток-левшей. Однако, выбирая специальные накладки и тренажеры для захвата, необходимо учитывать эту особенность и использовать приспособления, подходящие именно для леворуких детей.

При обучении ребенка правильному захвату особое внимание необходимо уделять его позе, осанке. Также важно правильно организовать рабочее пространство ребенка, чтобы его письменный стол и стул были эргономичны и подходили по возрасту.