



# МЕЛКАЯ МОТОРИКА

**Мелкая моторика рук — это разнообразные движения пальчиками и ладонями. Огромную пользу в развитии мелкой моторики руки оказывают:**

- ▶ Массаж и самомассаж пальцев и рук.
- ▶ Пальчиковая гимнастика и игры.
- ▶ Лепка, аппликации, рисование, вырезание из бумаги, оригами, различные виды рукоделия.
- ▶ Раскрашивание, штриховка, обводка.
- ▶ Игры с мелкими предметами — пазлы, мозаика, счетные палочки, всевозможные конструкторы и т.п.
- ▶ Игры, где требуется что-то брать или вытаскивать, сжимать-разжимать, выливать-наливать, насыпать-высыпать, проталкивать в отверстия и т. д.
- ▶ Упражнения с пипеткой или пинцетом.
- ▶ Сортировка и нанизывание мелких предметов.
- ▶ Игры с прищепками, наматывание ниток.
- ▶ Прокатывание бигуди и карандашей.

# ГОТОВИМ РУКУ К ПИСЬМУ

**Письмо — это сложный для ребенка навык, требующий точных скоординированных движений и слаженной работы мелких мышц кисти руки.**

Подготовка руки ребенка к письму начинается задолго до поступления в школу. Эта подготовка начинается уже тогда, когда малыш берет игрушку рукой. Ведь для ручного письма важны навыки мелкой моторики, и от того насколько хорошо она развита, будет зависеть и почерк человека.

## ОПРЕДЕЛЯЕМ УРОВЕНЬ ГОТОВНОСТИ

Предложите ребенку нарисовать круг, провести прямую линию посередине нарисованной прямой дорожки и обвести пунктирную кривую линию.

Если ребенок с трудом справился с заданием, а линии получились прерывистые и неровные - кисть руки недостаточно развита.



# ДЕРЖИМ РУЧКУ ПРАВИЛЬНО

**Как правильно держать ручку и карандаш при письме.**

Ручка должна лежать на среднем пальце. Указательный палец придерживает ручку сверху, а большой поддерживает ее слева. Все три пальца слегка закруглены и не сжимают ручку слишком сильно.

Расстояние от самого кончика ручки до кончика указательного пальца должно быть примерно 1,5 см. Если это расстояние слишком маленькое или большое, рука во время письма будет напряжена.

**Один из способов научиться правильно держать карандаш - с помощью бумажной салфетки:**

