***Подготовка руки к письму. Когда начинать?***

 Одним из факторов психологического базиса для развития высших психических функций у детей является развитие крупной (или общей) и мелкой (или ручной) моторики. Моторика — это совокупность двигательных реакций, свойственных детскому возрасту.

Овладевая движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развиваются мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. В процессе двигательной активности в коре головного мозга у ребенка быстрее устанавливаются условно-рефлекторные связи, а значит, интенсивнее происходит его всестороннее развитие.

Многолетняя практика показала, что для развития мелкой моторики очень полезно штриховать, закрашивать, рисовать карандашами.

Штриховка помогает ребенку координировать движения, соблюдая границы контура, распределять нанесение рисунка по всему силуэту изображаемого предмета. Штриховку можно выполнять сплошной, пунктирной или волнистой линией. Но, пожалуй, самое увлекательное занятие — заштриховывать несколько предметов на одном рисунке.

Главным выразительным средством на занятиях является линия. Она наносится на бумагу различными инструментами: шариковой или гелевой ручкой, цветным или простым карандашом разной твердости, фломастером, специальным угольным стержнем, восковым мелом, пастелью, твердыми материалами, беличьей или колонковой кистью при работе с гуашью, акварелью или тушью.

Работа с различными материалами позволяет не только оценить специфику их выразительных возможностей, но и корректировать работу с мышечным тонусом кисти руки, что важно для письма, когда требуется переносить длительные статические нагрузки на кисть при сохранении четкости движений. Нормализации тонуса мелких мышц также способствуют игры с холодной и горячей водой, кубиком льда, грецким орехом, маленьким массажным мячом.

***Для формирования тонко координированных графических движений полезны следующие упражнения:***      — штриховка в разных направлениях с различной силой нажима и амплитудой движения руки;  
      — раскрашивание листа в разных направлениях с ограничением и без ограничения закрашиваемой поверхности;  
      — обведение рисунка по контуру, копирование;  
      — рисование по опорным точкам;  
      — дорисовывание изображений;  
      — рисование по клеточкам и на другой ограниченной поверхности;  
      — разлиновка;  
      — графический диктант.

Для проведения игр и упражнений по развитию моторики следует иметь ***специальное оборудование****:*      — разнообразные мелкие предметы (пуговицы, бусинки, камешки, зерна, орешки, скрепки канцелярские, кнопки и др.) и различные коробки, банки, лотки для их раскладывания;  
      — свободные катушки для наматывания на них ниток, веревочек, проволочек;  
      — дощечки и игрушки-шнуровки «Чудо-пуговица» с множеством отверстий для сшивания и вышивания шнуром;  
      — различные виды застежек: крючки, пуговицы, шнурки, молнии, слипы;  
      — наборы веревочек и лент разной длины и толщины для завязывания и развязывания узлов, плетения косичек, завязывания бантов;  
      — наборы пластмассовых или деревянных палочек, разноцветные прищепки;  
      — различные виды мозаики, конструкторов, пазлы.

**Игры и упражнения для развития мелкой моторики**

• ***Упражнения на развитие статической координации движений.***

**«Гнездо»** — пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.

**«Буквы»** — изобразить руками буквы О, Л, М, П, Т и др.

**«Замок»** — соединить пальцы обеих рук в замок, на слова «чик-чик» (поворот ключа) разъединить.

• ***Упражнения на развитие динамической координации движений.***

**«Пальчики здороваются»** — на счет 1, 2, 3, 4, 5 соединяются кончики пальцев обеих рук — большой с большим и т. д.

**«Соревнования по бегу»** — средний и указательный пальцы правой, затем левой, далее обеих рук изображают ноги бегунов (на столе).

**«Посчитай-ка»** — сжать руку в кулачок, считать пальцы, разгибая их (сначала на правой руке, затем на левой).

• ***Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость.***

**«Кулак — ребро — ладонь»** — поочередное выполнение движений каждой рукой, затем обеими руками вместе.

**«Сжимание и разжимание кистей рук»** — поочередное выполнение движений обеими руками одновременно, затем обеими руками, но разновременно (одна кисть руки сжата, другая выпрямлена, и наоборот).

**«Барабанщик»** — один ребенок барабанит всеми пальцами обеих рук по столу, отстукивая ритм, другой повторяет.

**• *Упражнения на развитие координированных графических движений.***

**«Трудные виражи»** — на одном конце дорожки нарисована машинка, на другом — домик или гараж. Педагог говорит: «Ты — водитель, и тебе надо проехать на своей машинке к дому. Дорога, по которой ты поедешь, не простая. Будь внимателен и осторожен». Ребенок должен, не отрывая руки, карандашом «проехать» по изгибам простых дорожек, а когда он освоится, ему можно предложить и более сложные варианты дорог.

**• *Упражнения с предметами:***

      — составление контуров предметов из палочек сначала более крупных размеров, а затем более мелких (стол, дом, треугольник, машина);

      — составление цепочки из 6—10 и более канцелярских скрепок разного цвета с соблюдением очередности цветов;

      — вырезание из бумаги какой-либо фигуры правой и левой рукой;

      — нанизывание на шнурок пуговиц, крупных бусин, а на нитку с иголкой — мелких бусин, бисера;

      — сортировка бобов, фасоли, гороха, а также перебор крупы (пшено, гречка, рис);

      — застегивание и расстегивание пуговиц, молний, кнопок, крючков;

      — завинчивание и отвинчивание шайбы, крышек у пузырьков, баночек;

      — доставание бусин ложкой из стакана;

      — складывание мелких деталей (пуговицы, бусины) в узкий цилиндр;

      — продевание нитки в иголку;

      — стирание ластиком нарисованных предметов;

      — кáпание из пипетки в узкое горлышко бутылочки;

      — надевание и снимание колечка (массаж пальца);

      — втыкание канцелярских кнопок в деревянный брусок;

      — комканье платка (носовой платок взять за уголок одной рукой и вобрать в ладонь пальцами только одной руки);

      — прикрепление бельевых прищепок к горизонтально натянутой веревке;

      — перебирание четок или бус одновременно двумя руками навстречу и обратно;

      — нахождение спрятанных предметов в «сухом бассейне», наполненном горохом и фасолью, в пластиковых ведрах или тазиках;

      — сжимание и разжимание эспандера;

      — катание мячей-ежиков (с шипами).

**Шнуровка-флексик «Чудо-пуговица»** — пришивание пуговиц и сшивание материалов различными видами швов.

**Формообразующие движения**(работа с пластилином) — скатывание колбасок, скатывание под углом, скатывание округлых форм, прищипывание, вдавливание, сглаживание.

**Упражнения родители могут придумать сами, проявив творчество.**

**Желаем удачи.**