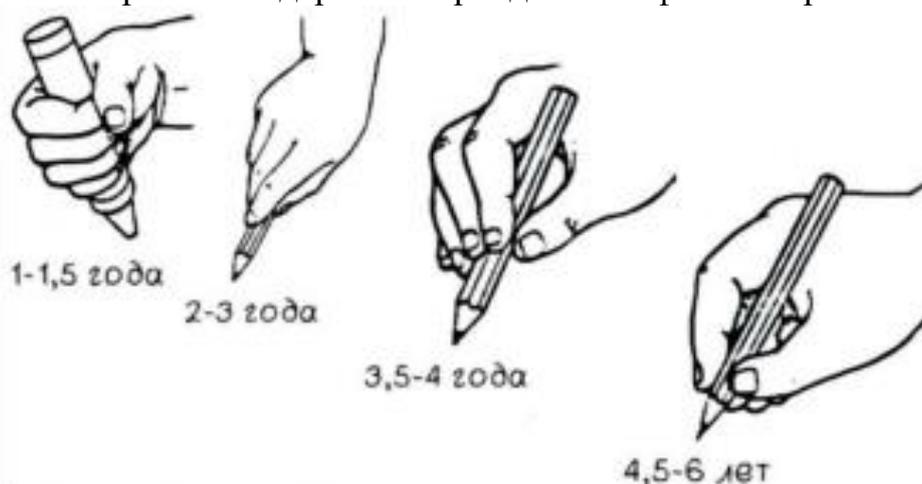


# Учим ребенка правильно держат карандаш

*Действительно ли необходимо учить ребенка правильно держать карандаш?* Педагоги обращают внимание на то, что это важно, потому что при правильной позиции пальцев рука меньше устаёт.

Знакомить малыша с тем, как нужно держать карандаш, можно с того момента, когда он начинает использовать карандаш по назначению, тогда нужный навык формируется автоматически.

Конечно, у ребенка не сразу получается рисовать карандашом: рука еще не окрепла, пальчики не слушаются, фломастер или карандаш выпадают. Ребенок очень долго учится правильно держать карандаш или фломастер.



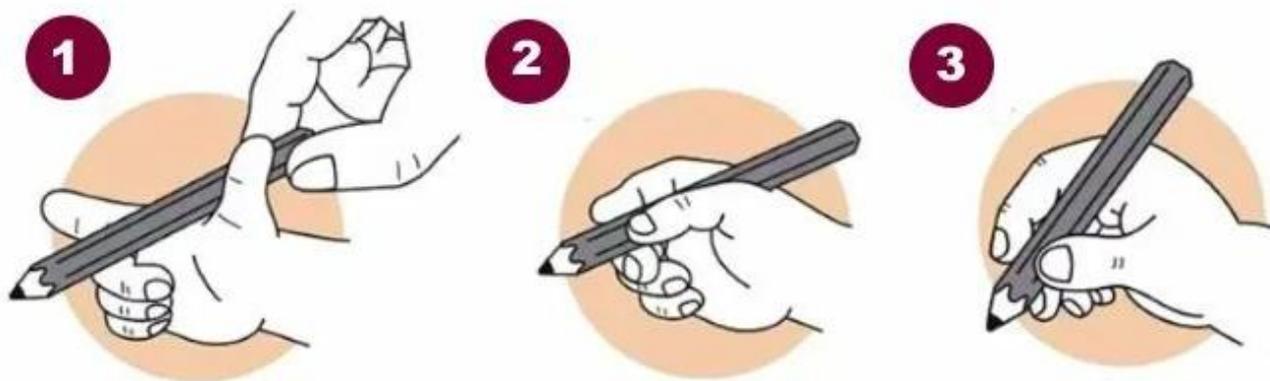
Большинство детей сначала учатся держать карандаш в кулаке, захватив его всей ладонью. Предложите ребенку упражнения, которые помогут ему тренировать движения отдельных пальцев и впоследствии держать карандаш щепотью. Побуждайте ребенка:

- брать мелкие предметы кончиками пальцев (пинцетный захват) и выпускать их, складывая в какую-то емкость;
- откручивать крышечки от тюбиков с зубной пастой большим, указательным и (иногда) средним пальцами.

Каждое движение дается ему с трудом. Без вашей помощи малышу не обойтись. Возьмите его ладонь в свою, легонько помассируйте и покажите, как держать карандаш. Помогите ребенку ощутить правильное напряжение пальцев и кисти.

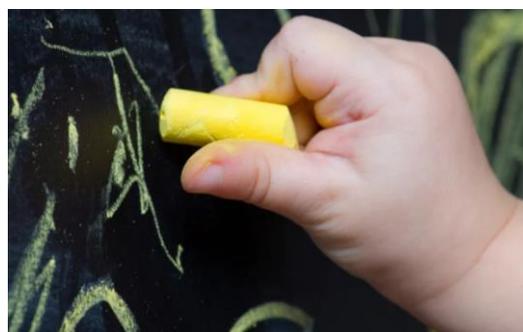


Взрослым следует терпеливо приучать малыша **держат карандаш правильно: большим, средним и указательным пальцами.**



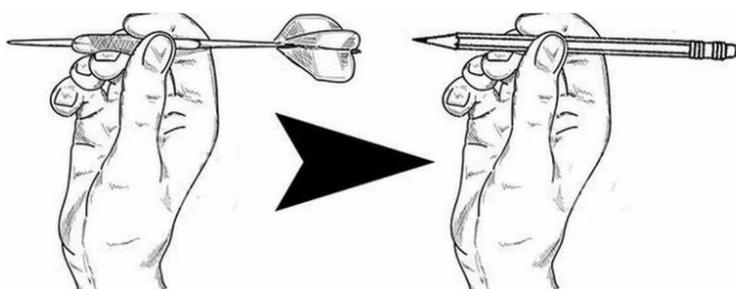
*Простые способы, как научить ребенка держать правильно карандаш.*

1. Хорошим способом формирования правильного захвата в раннем возрасте является рисование мелкими кусочками мелков. Их нельзя взять в кулак, поэтому ребенок будет автоматически держать их при помощи трех пальцев.

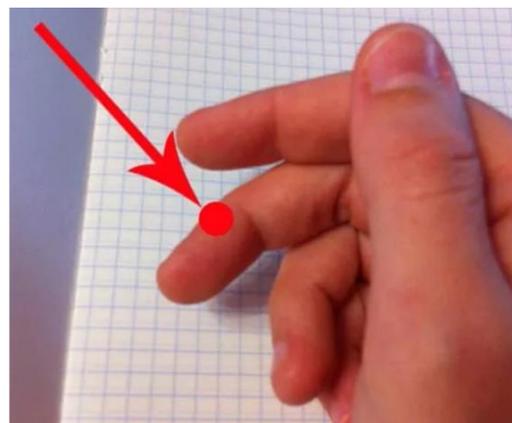


2. Этот метод подойдет для самых маленьких, а называется он «Спокойной ночи, карандаш!». Попросите ребенка положить карандаш «спать». При этом «спать» карандаш должна в руке ребенка. Средний палец – кровать, указательный – подушка, большой палец – одеяло.

3. Ваш ребенок когда-нибудь играл в дартс? Если нет, то самое время купить ему мишень и дротики. Если представить, что карандаш — это дротик, то обнаружится, что принцип захвата пальцами тут одинаковый. Пробуйте, в таком варианте ребенок с легкостью освоит нужный навык.



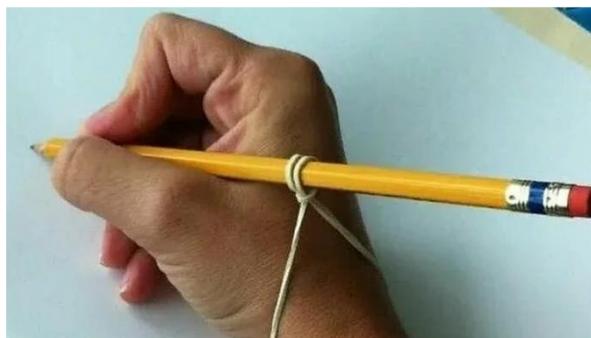
4. Нарисуйте на среднем пальце ребенка точку. Которой должен касаться карандаш, такую же метку можно оставить на карандаше (на расстоянии около 1,5 см от пишущего края)



5. Попробуйте такой способ. Карандаш берется за самый-самый краешек и ставится вертикально на стол. Пальцы скользящим движением спускаются вниз вдоль ручки, не доходя до её основания на 1,5 см. При этом надо будет проследить, чтобы рука ребенка слегка наклонилась под нужным углом.



6. На помощь приходит обычная салфетка или ватка, с её помощью малыш быстрее поймет, как надо держать карандаш. Салфетку складываем в несколько раз. Затем просим ребенка зажать её мизинцем и безымянным пальцами, а остальные пальцы выпрямить вверх. После этого остается только взять оставшимися пальцами карандаш, и он будет лежать в ладони правильно.



7. Правильный угол наклона карандаша можно сформировать с помощью обычной резинки. Прикрепите карандаш к руке резинкой. Если ребенок попытается взять карандаш в кулак, резинка будет натягиваться и доставлять дискомфорт.

8. Для постановки правильного захвата лучше использовать трехгранные карандаши или ручку-тренажер. Эти ручки имеют трёхгранную форму и отличаются небольшим весом, что позволяет ребенку легко научиться писать.



9. В канцелярских магазинах также можно найти специальные насадки на ручки и карандаши с выемками для пальцев. Существуют насадки как для правой, так и для левой.



Обычно малыши очень крепко сжимают карандаш или ручку. Пальцы потеют и быстро устают. В этом случае нужно сделать упражнения на расслабление. Хорошо помогают научить ребенка расслаблять пальцы при письме занятия с красками. Когда ребенок работает с кистью, то он расслабляет пальцы, делая широкие мазки.



### ***Упражнение на расслабление.***

Напряженные мышцы «непослушны», плохо управляемы. Чтобы появилась возможность свободно и точно управлять ими, необходимо расслабить мышцы, снять с них напряжение. Дети могут почувствовать расслабление мышц только тогда, когда им сначала предлагают сильно сжать кулачки и подержать их в этом состоянии, а затем разжать (расслабить) и почувствовать это состояние.

#### ***«Кулачки»***

Сожми пальцы крепче в кулачок (руки лежат на коленях), чтобы побелели косточки. Теперь расслабь руки.

*(Руки на коленях,  
Кулачки сжаты.  
Крепко, с напряженьем  
Пальчики прижаты.)*



# ***Успехов!***

Подготовил  
учитель-дефектолог:  
Фатыхова Л.А.