Рассмотрено и согласовано: Утверждаю:

на Педагогическом Совете Заведующая МБДОУ №21

от «30» августа 2022г. «Золотой ключик»

Протокол № 1 \_\_\_\_\_\_ М.Н. Ни

 Приказ №129 от 30.08. 2022г.

**Проект**

**По развитию мелкой моторики и графомоторных навыков при подготовке руки к письму детей 6 – 7 лет.**

**«Веселый карандаш»**

 **Разработчики:**

 Безносова А.В, воспитатель

 Комарницкая Л.В, воспитатель

**Обоснование необходимости проекта.**

     В современном образовании одной из актуальных проблем является подготовка ребёнка к обучению в школе. Школа – это совершенно новая жизнь для ребёнка. Она создаёт такие формы регламентации жизни ребёнка, с которыми он ещё не сталкивался. Готовить ребёнка к школе необходимо, поскольку избежать приспособления к школьной жизни невозможно, но частично или очень значительно облегчить его – вполне реальная задача.

      Большая часть родителей, думая о том, как лучше подготовить малышей к школе, обращают внимание, как правило, на чтение и счет. Взрослые даже не представляют насколько важно тренировать у ребенка движение пальцев и кистей рук, так как развитие у дошкольника мелкой моторики является одним из главных условий последующего успешного овладения письмом.

       Большое значение для руки имеет развитие графической моторики. Графо моторика - это один из конечных продуктов сенсорной интеграции. Это способность синхронной динамичной работы мускулов кисти, предплечья и плеча ведущей руки для сохранения равномерного нажима карандаша или другого инструмента (ручки, кисточки, мелка) в течение длительного отрезка времени. С другой стороны, это статичная работа мускулов большого, указательного и среднего пальцев для удержания инструмента (карандаша, ручки и т.п.) в постоянном и стабильном положении. Кроме того, в этой работе участвует и левая рука для правши (правая для левши), которая не должна дублировать работу ведущей руки, а выполнять свою параллельную функцию. Всей этой работой «заведуют» моторные отделы головного мозга, и, пока эти процессы не доведены до автоматизма, они потребляют большое количество нервной энергии.

     Как показывает опыт работы, развитие графических навыков подготавливает руку ребёнка к письму, учит ориентироваться как на листе бумаги, так и в тетради, что служит хорошей базой для успешного обучения в школе.

Низкий уровень развития графического навыка является причиной целого ряда трудностей в обучении письму:

1) низкий темп письма;

2) быстрая утомляемость при письме;

3) неровная, «дрожащая» линия;

4) «угловатое» письмо, трудности в написании овалов;

5) слишком сильный нажим;

6) трудности в воспроизведении формы графических элементов;

7) несоблюдение размера графических элементов;

8) несоблюдение наклона письма;

9) большое количество помарок и исправлений, «грязное» письмо;

10) нежелание выполнять письменные упражнения.

**Актуальность проекта.**

      Неподготовленность к письму, недостаточность движений ручной моторики может вызывать негативное отношение к обучению в школе уже на самых первых его этапах. В дошкольном возрасте важна работа именно по подготовке к письму, а не само письмо. Дети должны научиться произвольно, управлять движениями пишущей руки, зрительно контролировать направление и скорость этих движений, сохранять их длительность, слитность. В ходе обучения формируются такие важные качества движений, как координированность, точность, гибкость руки, ритмичность.

**Цель проекта:**  Развитие графических навыков за счет совершенствования технических навыков и умений детей, регулярной практической деятельности, а также развитие детской фантазии, стремления добиться поставленной цели, почувствовать себя успешным.

**Задачи проекта:**

1. Умение правильно держать карандаш, ручку, фломастер; учиться владеть ими, используя самомассаж, игры и упражнения (обводя, закрашивая предметы, рисуя на заранее заготовленных листах);  формирование зрительно-моторной координации.

2. Формирование активной речи ребенка, пополнение словарного запаса новыми понятиями.

3. Развитие мышления, памяти, внимания, сосредоточенности, зрительного и слухового восприятия.

4. Развитие  пространственной ориентации на листе бумаги и в окружающем пространстве.

5. Формирование навыков учебной деятельности:

- умение слушать, понимать и выполнять словесные установки педагога;

- умение действовать, повторяя показанный образец и правило.

**Тип проекта:** практико – ориентированный.

**Участники проекта:**  дети подготовительной группы (6 – 7 лет), родители, воспитатель

**Продолжительность проекта:**долгосрочный(2022 -2023 учебный год)

**Виды детской деятельности:** социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие

**Материально-техническое оснащение проекта:**

- тетради в крупную и обыкновенную клетку;

- простые и цветные карандаши, ластики;

- трафареты;

- графические диктанты;

- прописи;

**Предполагаемый результат:** Ребенок

- Знает способы изображения предметов на бумаге;

- различные техники штриховки.

- Умеет расслаблять и напрягать мышцы руки;

- координировать движения пальцев и кистей рук;

- концентрировать внимание, зрительную память, самоконтроль;

- выполнять различные виды штриховки и графических диктантов;

- использовать полученные умения и навыки в жизни.

Родители

- Понимают значимость тренировки у ребёнка движений пальцев и кистей рук для последующего успешного овладения письмом.

- Владеют необходимыми умениями и навыками для формирования графо-моторных навыков у детей дошкольного возраста.

Педагоги

- Повышение компетентности в современных здоровьесберегающих технологиях

**Этапы реализации проекта:**

**1 этап. Подготовительный**(сентябрь):

**Задачи:** создание условий и разработка системы работы для развития графических навыков детей. Определение уровня графо - моторного  развития детей на начало проекта.

**Содержание работы:**

1 Изучение научно-практических и методических источников по заявленной проблеме.

2. Определение цели и задач.

3. Разработка системы работы по развитию графо - моторных навыков у детей.

4. Разработка перспективного плана работы совместной деятельности в режиме дня.

5. Подбор и систематизация материала

6. Разработка консультаций для родителей.

7. Выявление уровня развития мелкой моторики и графо - моторных навыков у детей.

8. Анкетирование родителей с целью выявления творческого интереса

**2 этап. Выполнение проекта**(октябрь – апрель)**:**

**Задачи:**приобретение практических навыков и умений в ходе регулярной практической деятельности. Развитие детской фантазии, стремления добиться поставленной цели, почувствовать себя успешным.

**Содержание работы:**

1. Реализация планов совместной деятельности в режиме дня по проекту  с детьми подготовительной группы.

2. Составление сборника заданий для детей, бесед, познавательных игр.

3. Разработка консультативного материала, для родителей.

4. Организация выставок продуктивной деятельности детей и родителей групп.

5. Организация для родителей практико-ориентированных занятий в целях заинтересованности к совместной  продуктивной  деятельности с детьми.

**3 этап. Обобщающий**(май)**:**

**Задачи:** систематизация информационно-методического материала по развитию тонких координированных движений рук, зрительно–пространственного восприятия, памяти, мышления.

Обмен педагогическим опытом в рамках образовательного учреждения.

**Содержание работы:**

1. Подведение итогов работы в рамках совместной деятельности с детьми и родителями по проекту.

2. Анализ эффективности системы работы с детьми по развитию графо - моторных навыков

3. Разработка методических рекомендаций.

4. Подготовка презентационного буклета, фотоальбомов, отражающих содержание работы с детьми.

5. Систематизация заданий продуктивной деятельности по развитию графо - моторики.

6. Разработка и подборка материала для изготовления совместных работ детей и родителей.

7. Обобщение опыта работы с коллегами. Формулирование выводов, оформление результатов.

Презентация системы работы с детьми по развитию графо - моторных навыков.

**Практическая значимость проекта**определена в 3-ёх аспектах:

1. Раскрывается один из показателей подготовки ребёнка к школьному обучению.

2. Совместная творческая деятельность с родителями поможет в развитии способностей ребенка, в формировании его ценных жизненных ориентаций

2. Систематизированный информационно-методический материал по развитию тонких координированных движений рук, зрительно–пространственного восприятия, памяти, мышления пополнит методическую копилку МБДОУ.

**Перспективный план работы с детьми.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Мелкая моторика** | **Графические навыки** |
| **Сентябрь** |
| 1 неделя | Обводка трафаретов осенних листьев, раскрашивание их.Составление узора из листьев на многоугольнике, раскрашивание его.Рисование на тему «Осенний лес».Обводка трафаретов кукол, «одеть» их в осеннюю одежду. | Учимся проводить горизонтальные линии (карточка №1)Графический диктант №1Учимся проводить вертикальные линии (карточка №2)Графический диктант №2 |
| 2 неделя | Обводка геометрических фигур, если дети быстро справились с заданием, можно предложить нарисовать узор из геометрических форм большей величины.Составление узора из геометрических форм, раскрашивание его.Лепка плоских геометрических фигур, выкладывание их в узор на квадрате. | Обведи рисунок (карточка №3)Графический диктант №3Учимся рисовать пересечённые линии (карточка №4)Графический диктант №4 |
| 3 неделя | Выкладывание из геометрических фигур транспорта.Рисование на тему «Самолёт, грузовик, легковой автомобиль».Выкладывание из конструктора «Улицы города с идущим транспортом».Рисование на ту же тему. | Нарисуй узор на шарфике (карточка №5)Графический диктант №5Учимся рисовать линии под наклоном (карточка №6)Графический диктант №6 |
| 4 неделя | Обводка трафаретов овощей.Определение на ощупь овощей в мешочке, сколько их, нарисовать столько же.Лепка с натуры овощей.Вырезание на тему «Овощи». | Учимся рисовать волнистые линии (карточка №7)Графический диктант №7Кто летает? Кто бегает? Кто плавает? (карточка №8)Графический диктант №8 |
| **Октябрь** |
| 1 неделя | Обводка трафаретов фруктов, ягод.Лепка с натуры фруктов и ягод.Рисование с натуры фруктов и ягод.Вырезание на тему «Фрукты, ягоды». | Учимся рисовать лицо (карточка №9)Графический диктант №9Когда это бывает? (карточка №10)Графический диктант №10 |
| 2 неделя | Составление целого из 6 частей, рисование получившегося предмета, раскрашивание его.Обрывание из цветной бумаги фигур рыбок. | Сколько вишенок? Напиши цифры (карточка №11)Графический диктант №11Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа (карточка №12)Графический диктант №12 |
| 3 неделя | Обводка трафаретов домашних животных, закрашивание их.Лепка на тему «Собака со щенятами».Обводка трафаретов двух котят и раскрашивание их так, чтобы они были пушистыми.Выкладывание животных из геометрических фигур. | Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа, раскрась рисунок (карточка №13)Графический диктант №13Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа, раскрась рисунок (карточка №14)Графический диктант №14 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Лепка на тему «Медведь и заяц».Рисование на тему «Встреча              медведя и зайца» (по сказке«Заюшкина избушка»).Вырезание фигур диких животных. | Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа, раскрась рисунок (карточка №15)Умные точки (карточка №1)Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа, раскрась рисунок (карточка №16)Графический диктант №15 |
| **Ноябрь** |
| 1 неделя | Обводка трафаретов листьев деревьев.Раскрашивание листьев «осенними» краскамиВырезание осенних листьев из цветной бумаги.Рисование по памяти овощей (6 видов). | Проведи линии по точкам, не отрывая руки от листа, раскрась рисунок (карточка №17)Графический диктант №16Умные точки (карточка №2)Графический диктант №17 |
| 2 неделя | Обводка предметов посуды.Рисование и раскрашивание предметов посуды на 1 больше (меньше), чем на картине (по 6 предметов).Лепка на тему «Ваза с фруктами».Рисование с натуры предметов хохломской росписи. | Дорисуй картинки по точкам, раскрась (карточка №18)Умные точки (карточка №3)Обведи одинаковые фигуры по точкам, раскрась (карточка №19)Графический диктант №18 |
| 3 неделя | Выкладывание из цветной бумаги «Цветика – семицветика».Рисование на тему «Радуга».Составление цветика – семицветика из частей.«Одень Петрушку» (обводка трафарета, рисование одежды). | Закончи штриховку фигур (карточка № 20)Умные точки (карточка №4)Выполни сложную штриховку (карточка №21)Графический диктант №19 |
| 4 неделя | Игра «Предметное домино».Рисование кошечки (большая, средняя, маленькая на листах соответствующих размеров).Рисование на тему «Участок зимой и осенью» (на двух листах). | Дорисуй предметы по точкам (карточка №22)Умные точки (карточка №5)Дорисуй вторые половинки картинок (карточка №23)Графический диктант №20 |
|  **Декабрь** |
| 1 неделя | Обводка трафаретов птицРисование на тему «На кормушку прилетели снегирь, воробей, синица, голубь».Лепка на фоне бумаги «Птицы в полёте».Вырезание фигур вороны, воробья. | Дорисуй вторые половинки картинок (карточка №24)Умные точки (карточка №6)Обведи картинки по точкам (карточка №25)Графический диктант №21 |
| 2 неделя | Обводка и раскрашивание трафаретов рыбок (8 видов).Рисование с натуры «Рыбы в аквариуме».Лепка по иллюстрации «Декоративные рыбки».Работа с проволокой: сделать большую и маленькую рыбки. | Обведи картинки по точкам (карточка №26)Умные точки (карточка №7)Обведи картинки по точкам и раскрась (карточка №27)Графический диктант №22 |
| 3 неделя | Обводка снежинок 5 размеров (на листе 2030).Раскрашивание снежинок.Выкладывание на бумаге снежинок из узких полос разной длины в форме многоугольника | Раскрась и продолжи узор (карточка №28)Умные точки (карточка №8)Раскрась и продолжи узор (карточка |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 4 неделя | Рисование на тему «Зима в городе».Выкладывание предметов из пластмассового конструктора на тему «Зима». | Раскрась и продолжи узор (карточка №30) Умные точки (карточка №9)Раскрась и продолжи узор (карточка №31)Графический диктант №24 |
| **Январь** |
| 2 неделя | Обводка предметов одежды.Раскрашивание по готовым формам (шарф, варежки, кофта)«Одень мальчика и девочку в зимнюю одежду».Рисование предметов одежды согласно сезону (картины об осени и о зиме). | Раскрась и продолжи узор (карточка №32) Умные точки (карточка №10)Раскрась и продолжи узор (карточка №33)Графический диктант №25 |
| 3 неделя | Работа с проволокой: волнистая, замкнутая, ломаная линии, треугольник, прямоугольник.Складывание целого предмета из 6 частей, рисование его контура. | Раскрась и продолжи узор (карточка №30) Умные точки (карточка №11)Раскрась и продолжи узор (карточка №31)Графический диктант №26 |
| 4 неделя | Определение на ощупь предмета, его формы (флажок, шар). Сделать из проволоки его контур.Рисование клубочков в корзинке на 1 больше, чем на картине (клубочки рисовать путём наращивания всех цветов радуги). | Раскрась и продолжи узор (карточка №34) Умные точки (карточка №12)Раскрась и продолжи узор (карточка №35)Графический диктант №27 |
| **Февраль** |
| 1 неделя | Рисование и закрашивание орудий труда.Рисование орудий труда тех, кто изображён на картине (врач, учитель, продавец, прачка).Лепка орудий труда тез, кто изображён на картине.Изготовление мебели из пластмассового конструктора. | Раскрась и продолжи узор (карточка №36)Умные точки (карточка №13)Раскрась и продолжи узор (карточка №37)Графический диктант №28 |
| 2 неделя | Рисование на тему «Мебель в нашей комнате».Рисование на тему «Наша группа».Конструирование комнаты из конструктора – строителя.Выкладывание предметов из 12 частей. | Раскрась и продолжи узор (карточка №38) Умные точки (карточка №14)Раскрась и продолжи узор (карточка №39)Графический диктант №29 |
| 3 неделя | Составление картины о зиме из 10 частей.Рисование на тему, «Какие птицы прилетают зимой на кормушку».Рисование на тему «Зимой в лесу». | Раскрась и продолжи узор (карточка №40) Умные точки (карточка №15)Раскрась и продолжи узор (карточка №41)Графический диктант №30 |
| 4 неделя | Обводка и раскраска трафаретов домашних птиц.Лепка на тему «Птичий двор».Рисование на тему «Петух и цыплёнок».Рисование по сказке «Петушок и бобовое зёрнышко». | Раскрась и продолжи узор (карточка №42) Умные точки (карточка №16)Раскрась и продолжи узор (карточка №43)Графический диктант №31 |
| **Март** |
| 1 неделя | Обводка фигуры человека находящегося в разных положениях.Обводка трафаретов девочки и мальчика и раскрашивание одежды узором.Рисование на тему «Дети занимаются».Способом обрывание сделать предметы зимней одежды для кукол. | Раскрась и продолжи узор (карточка №44) Умные точки (карточка №17)Раскрась и продолжи узор (карточка №45)Графический диктант №32 |
| 2 неделя | Отбор одежды по сезонным признакам, используя картинки со временами года.Рисование на тему «Девочка гуляет».Выкладывание из палочек на тему «Игровая площадка». | Раскрась и продолжи узор (карточка №46) Умные точки (карточка №18)Раскрась и продолжи узор (карточка №47)Графический диктант №33 |
| 3 неделя | Выкладывание из геометрических фигур на тему «Мишка, зайка и лиса делают зарядку».Лепка на тему «Белочке и зайчику сделай угощение» (белочке – 5 грибочков, зайчику – на 1 морковку больше).Определение на ощупь предметов в мешочке, сколько их, нарисовать столько же.Способом обрывания сделать фигуры зайца, медведя, лисы. | Раскрась и продолжи узор (карточка №48) Умные точки (карточка №19)Раскрась и продолжи узор (карточка №49)Графический диктант №34 |
| 4 неделя | Рисование по памяти предметов относящихся к мебели, посуде, орудиям труда в соответствующих графах.Выкладывание по схеме разных видов зданий: дом многоэтажный, одноэтажный, общественное здание.Игра «Танграм», выкладывание предметов, на которых человек может передвигаться.Рисование на тему «Начало весны». | Раскрась и продолжи узор (карточка №50) Умные точки (карточка №20)Раскрась и продолжи узор (карточка №51)Графический диктант №35 |
| **Апрель** |
| 1 неделя | Складывание целого из 10 частей на тему о весне.Рисование на тему «Наш участок зимой и весной».Обводка первых весенних листочков.Раскрашивание весенних листьев. | Раскрась и продолжи узор (карточка №52) Умные точки (карточка №21)Раскрась и продолжи узор (карточка №53)Графический диктант №36 |
| 2 неделя | Рисование на тему «Весенний лес».Рисование деревьев и кустарников (высокие, низкие).Способом обрывания сделать букет весенних листьев. | Раскрась и продолжи узор (карточка №54) Умные точки (карточка №22)Раскрась и продолжи узор (карточка №55)Графический диктант №37 |
| 3 неделя | Обводка и закраска трафаретов цветов.Рисование первых весенних цветов.Способом обрывания сделать букет весенних цветов. Наклеить их. | Раскрась и продолжи узор (карточка №56) Умные точки (карточка №23)Раскрась и продолжи узор (карточка №57)Графический диктант №38 |
| 4 неделя | Рисование на тему «Цветы в вазе»Лепка цветов. | Раскрась и продолжи узор (карточка №58)Умные точки (карточка №24)Раскрась и продолжи узор (карточка №59)Графический диктант №39 |

**Графические диктанты**

Выполняются на бумаге в клеточку под диктовку взрослого. Ребенка просят провести линию следующим образом:

1. Две клетки влево, две клетки вверх, две клетки вправо, две клетки вниз, две клетки вправо, две клетки вверх, две клетки влево.

2. Одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо, одна клетка вниз, одна клетка вправо.

3. Одна клетка влево, четыре клетки вверх, три клетки вправо, четыре клетки вниз, одна клетка влево, три клетки вверх, одна клетка влево, три клетки вниз.

4. Одна клетка влево, три клетки вверх, две клетки влево, одна клетка вверх, пять клеток вправо, одна клетка вниз, две клетки влево, три клетки вниз.

5. Одна клетка вниз, пять клеток вправо, одна клетка вверх, пять клеток влево, три клетки вверх, пять клеток вправо, три клетки вниз.

6. Четыре клетки вверх, две клетки вправо, одна клетка вверх, одна клетка вправо, одна клетка вниз, две клетки вправо, четыре клетки вниз, две клетки влево, одна клетка вверх, одна клетка влево, одна клетка вниз, две клетки влево.

7. Одна клетка вверх, четыре клетки вправо, четыре клетки вверх, одна клетка вправо, четыре клетки вниз, четыре клетки вправо, одна клетка вниз, девять клеток влево.

8. Одна клетка вправо, семь клеток вверх, одна клетка вправо, пять клеток вниз, три клетки вправо, пять клеток вверх, одна клетка вправо, семь клеток вниз, одна клетка вправо.

9. Четыре клетки вверх, одна клетка вправо, три клетки вниз, пять клеток вправо, три клетки вверх, одна клетка вправо, четыре клетки вниз, семь клеток влево.

10. Пять клеток вверх, три клетки вправо, две клетки вниз, пять клеток вправо, одна клетка вниз, пять клеток влево, две клетки вниз, три клетки влево.

**Рисование линий**

**Прямые дорожки**

- Ребенка просят провести линию посередине прямой дорожки, не съезжая с нее и не отрывая карандаша от бумаги.

**Фигурные дорожки**

- Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки. При прохождении дорожки ребенку следует стараться как можно более точно следовать всем изгибам и поворотам линий.

Как и в предыдущем задании, карандаш не должен отрываться от бумаги, и лист во время выполнения задания не переворачивается.

- Ребенка просят провести линию посередине фигурной дорожки. При выполнении задания надо обратить особое внимание на то, что нельзя касаться стенок (особенно в лабиринтах), линия должна идти посередине дорожки. Карандаш от бумаги не отрывается, и лист бумаги не переворачивается.

**Рисование по точкам**

- Ребенка просят соединить точки согласно инструкции под рисунком. Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.

Нарисуй фигурку по точкам, как на образце.

**По контурам**

- Ребенка просят соединить точки для того, чтобы получился завершенный рисунок.

По клеточкам

На бумаге в клеточку ребенка просят продолжить узор по заданному образцу.

- Ребенка просят закончить рисунок по клеточкам.

- Ребенка просят по заданному образцу нарисовать рисунок на листе бумаги в клеточку.

**Выполнение штриховок**

Штриховки с различным направлением движения руки

- Ребенка просят выполнить различные виды штриховок по образцам: вертикальные (сверху вниз), горизонтальные (слева направо), наклонные, «клубочками» (круговые движения руки), полукругами. Линии сложной формы должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается. При этом надо обратить внимание на уменьшение амплитуды движений кисти руки.

Силуэтные штриховки

- Ребенка просят скопировать рисунок, выполняя штриховку по заданному образцу.

**Копирование узоров**

- Детям предлагается внимательно проанализировать и скопировать образцы узоров красивых «ковров» (перед каждым ребенком на столе лежит индивидуальный образец) и как можно точнее срисовать их. После того как копирование узоров будет закончено, можно устроить коллективный анализ и выбрать самые точные, наиболее близкие к оригиналу копии.

**Консультации для родителей.**

**«Готовим ребёнка к письму».**

Подготовка к письму является одним из самых сложных этапов подготовки ребёнка к систематическому обучению. Это связано с психофизиологическими особенностями 6 -7летнего ребёнка, с одной стороны, и с самим процессом письма, с другой стороны.

Сам процесс письма является чрезвычайно сложным, требующим непрерывного напряжения и контроля. При этом формируются технические навыки: правильное обращение с письменными принадлежностями, координация движений руки при письме, соблюдение гигиенических правил письма; графические навыки: правильное изображение букв, соблюдение при письме слов одинакового размера букв и их расположение на рабочей строке и т.д. Орфографические навыки: обозначение звуков соответствующими буквами, соблюдение собственно орфографических правил.

   Таким образом, процесс письма требует от ребёнка не только физических, интеллектуальных, но и эмоциональных усилий. Всякого рода перегрузки и связанные с ними переутомления самым негативным образом сказываются на овладении графическими навыками и, более того, на развитие детского организма.

Чтобы избежать негативных последствий при обучении письму, нами была разработана система упражнений, позволяющая каждому ребёнку постепенно, без перегрузки с максимальным учётом его индивидуальных особенностей подготовиться к этому роду деятельности. Предлагаемые упражнения рекомендуется выполнять дома под руководством взрослых.

     Для укрепления и развития руки, координации движений будут полезны следующие упражнения: застёгивание и расстёгивание пуговиц; завязывание и развязывание лент; плетение из ниток; завязывание узелков; перекладывание мелких игрушек и работа с мелкими деталями конструктора; всасывание пипеткой воды из стакана; пересыпание мелких круп и т.д.

     Можно предложить гимнастику для рук:

 сложить руки ладонями вместе и вытянуть их перед собой, развести кисти рук в стороны, не размыкая запястий;

 постепенно и поочерёдно сжимать пальцы сначала левой руки, а затем правой;

 сложить ладони вместе, развести и свести пальцы;

 руки вытянуть перед грудью, пальцы правой руки сжаты в кулак, разжать пальцы правой руки и одновременно сжать пальцы левой руки;

 руки с разведёнными пальцами положить на стол, поочерёдно постукивать по опоре каждым пальцем то одной, то другой руки, то обеих рук сразу;

 ладони вместе, пальцы переплетены, выполняются силовые движения вправо и влево;

 выпрямить кисть правой руки, плотно прижать пальцы друг к другу и медленно опускать их к ладони;

 выпрямит кисть правой руки и поочерёдно присоединять безымянный палец к мизинцу, средний – к указательному и т.д.;

 правую руку плотно положить на стол и постепенно сгибать то средний, то указательный, то большой пальцы, остальные при этом должны подниматься вверх;

 сжать пальцы в кулак и вращать кистью в разные стороны;

 пальцы разомкнуть как можно шире и, медленно соединяя их, опускать руку.

     Для подготовки руки к письму можно предложить детям работу по раскрашиванию рисунков (штриховку).

Раскрашивание рисунков предполагает четыре вида штриховки, которые обеспечивают постепенность в развитии и укреплении мелкой мускулатуры кисти руки, в отработке координации движений: раскрашивание короткими частыми штрихами; раскрашивание мелкими штрихами с возвратом; центрическую штриховку (круговая штриховка от центра рисунка); штриховку длинными параллельными отрезками. Ребёнок, выполняя работу по штриховке, в отличие от работы, связанной с написанием букв, не чувствует усталости, он делает это свободно, хотя его рука проделывает те же манипуляции, что и при письме.

**Пальчиковая гимнастика с трёхгранными карандашами.**

Для  выполнения упражнений необходимы незаточенные трехгранные карандаши.

**Упражнение №1 «Ходули»**

С помощью двух карандашей изобразить, как передвигаются на ходулях:

Человечек не скучает,

По тропиночке шагает,

Он к болоту подошел

И по кочкам всем прошел*.*

**Упражнение №2 «Перехваты»**

Перехватывать карандаш согнутыми указательными пальцами левой и правой рук

Словно ловкими жучками,

Пальчиками, как крючками,

Перехватим карандаш.

**Упражнение №3 «Дудочка»**

Взять карандаш большим и указательным пальцами и, не помогая себе другой рукой, перехватить его большим и средним пальцами, большим и безымянным и т.д.

Пальчики не отдыхают,

Карандаш перебирают,

Как на дудочке играют*.*

**Упражнение №4 «Согреваем ладошки»**

Сжать валик между ладонями при счете от 1 до 5, затем под счет от 6 до 10 расслабить руки, удерживая валик; на счет 1 сильно сжать валик между ладонями, на счет 2 расслабить руки, удерживая валик. Повторить несколько раз.

Катать валик или карандаш:

- по столу ладонями;

- по столу подушечками пальцев;

- между ладошек:

Карандаш, в руках катаем

И ладошки согреваем.

Очень быстро мы катаем,

Никогда не замерзаем.

Силу нажима и темп вращения следует постепенно увеличивать.

**Упражнение №5 «Собираем брёвнышки»**

Поднять со стола карандаш или счетную палочку: большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем

Братья помогают папе,

Старший братик и меньшой,

Очень ловко и умело,

Поднимают груз большой.

* одними и теми же пальцами разных рук;
* одной рукой за два конца (счётные палочки).

Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой, после чего двумя руками одновременно.

**Упражнение №6 «Дрова»**

Необходимо собрать одной рукой как можно большее количество карандашей или счетных палочек

Грузовик привез дрова,

Соберем их со двора.

Повторить упражнение второй рукой.

**Упражнение №7 «Дятел»**

Держать карандаш большим и средним пальцами и постучать по нему указательным

Дятел, дятел постучи.

Где сидишь ты? Покажи

**Упражнение №8 «Точилка»**

Зажать в левом кулаке один конец карандаша, а пальцами правой руки крутить другой конец карандаша. Прокручивание карандаша можно делать двумя пальцами, меняя их. Затем руки поменять:

Мы точилочку берем,

Карандаш в нее кладем.

Будет острым наш

Синий карандаш.

**Упражнение №9 «Колодец»**

 Необходимо взять из кучки карандашей один из них двумя пальцами так, чтобы остальные не передвинулись;

Возможно введение игрового элемента в упражнение при наличии двух и более участников, которые по очереди достают карандаши. Если карандаши передвинулись — игрок пропускает ход. Выигрывает участник, у которого по окончании игры окажется больше карандашей. Заключительным этапом игры может стать построение колодца:

Ровно брёвнышки кладём,

Мы колодец соберём,

Чтоб была у нас всегда.

Очень чистая вода.

 или выкладывание различных фигур из собранных карандашей.

**Упражнение №10 «Маятник», «Качели»**

Необходимо взять карандаш поочередно большим и указательным пальцами, большим и средним и т.д., расположить ее вертикально и начать раскачивать –«маятник»

взять карандаш за его середину большим и указательным пальцами и начать его раскачивать — «качели»;

**Упражнение №11 «Учусь правильно писать»**

- покрутить карандаш большим, средним и указательным пальцами одной руки, затем другой, после чего двумя руками одновременно (для детей 4 лет);

- положить карандаш на ладошку и прокрутить его всеми пальцами руки, не помогая себе другой;

- взять трехгранный карандаш, расположив большой, указательный и средний пальцы на разных гранях (как при письме). Удерживать его в таком положении под счет от 1 до 5, затем:

а) поочередно отрывать пальцы от карандаша под счет от 6 до 10;

б) стучать по карандашу поочередно указательным, большим и средним пальцами

 Учусь я карандаш держать,

 Чтоб буквы правильно писать.

**Упражнение № 12 «Гусеница»**

Передвигать карандаш вверх и вниз, удерживая его тремя пальцами:

 Гусеница вверх и вниз ползет —

 С веточки не упадет.

- постучать по карандашу поочередно указательным
большим и средним пальцами;

- подвигать карандаш вверх и вниз, удерживая его тремя пальцами;

Упражнение выполняется сначала  ведущей рукой, затем другой, после чего

двумя руками одновременно.