

Составитель: учитель- логопед высшей категории
МОУ «Эммаусская СОШ» Михайленко Е.А

КАК ПОМОЧЬ ШКОЛЬНИКУ МЛАДШИХ КЛАССОВ ИСПРАВИТЬ ПЛОХОЙ ПОЧЕРК?

Сейчас очень часто можно слышать, что у школьников плохой почерк. Обвиняют в этом новые приемы письма, отсутствие времени на установку красивого почерка и т. д. В процессе своих наблюдений я заметила у детей слабую координацию движений, медленную реакцию на различные положения рук, а также быструю мышечную усталость в связи с большим объемом письменной работы. Все это заставило меня включить в свою работу серию упражнений для рук, для пальцев, для формирования красивого почерка. Некоторые упражнения я позаимствовала у учителей, из литературы по коррекционной педагогике. Вначале эти упражнения выполнялись детьми с трудом, многие упражнения не получались. Но занимательный их характер делал тренировки учащихся настойчивыми, так что вскоре мы стали включать их в физкультминутки. Вот несколько упражнений.

Упражнение 1. Ладонки лежат на парте. Дети поднимают пальцы по одному сначала одной руки, затем другой. Повторяют это упражнение в обратном порядке.

Упражнение 2. Ладонки лежат на парте. Дети поднимают пальцы сразу обеих рук, начиная с мизинца.

Упражнение 3. Дети зажимают ручку (или карандаш) средним и указательным пальцами. Сгибают и разгибают эти пальцы, следят, чтобы ручка (или карандаш) не опускалась ниже большого пальца.

Упражнение 4. На столе лежат 10—15 карандашей (палочек). Одной рукой (не помогая другой) надо собрать в кулак карандаши (палочки), беря их по одному, затем положить карандаши (палочки) на стол, кладя их по одному.

Упражнение 5. Учащиеся зажимают ручку вторыми фалангами указательного и среднего пальцев и делают «шаги» по поверхности стола.

Упражнение 6. Дети зажимают конец ручки средним и указательным пальцами правой руки. Большой конец ручки находится дальше от груди. Дети переворачивают ручку и вкладывают ее длинным концом в левую руку. Очередным переворотом вкладывают ее в правую руку. В этом упражнении ручка вращается в вертикальной плоскости. Руки при этом упираются в край парты так, что локти чуть свешиваются, а ладони приподняты над партой. Если поставить локти на парту, то это упражнение дает возможность вращать ручку в горизонтальной плоскости.

Упражнение 7. Это упражнение напоминает перекачивание мячика в руках. Дети, представив себе, что у них в ладошках мячик большой, или средний, или маленький, делают движения, имитирующие поворачивание мячика в разные стороны.

В работе с младшими школьниками используем здоровьесберегающие технологии: массаж и самомассаж кистей рук, гимнастика для глаз, динамические паузы, физкультминутки.

Массаж кистей рук «Мышка»

1. Мышка маленькая в норке

Тихо грызла хлеба корку.

«Хрум, хрум!» -

Что за шум?

Это мышка в норке

Хлебные ест корки.

1. *Поскрести ногтями по коленям.*

2. *Сжимать пальцы в кулачки и разжимать их.*

3. *Потереть ладони друг о друга.*

Упражнение для коррекции зрения

1. Мы снежинку увидели, -

Со снежинкою играли.

2. Снежинки вправо полетели,

Дети вправо посмотрели.

3. Вот снежинки полетели,

Глазки влево посмотрели.

4. Ветер снег вверх поднимал

И на землю опускал...

Дети смотрят вверх и вниз.

5. Все на землю улеглись.

6. Глазки закрываем,

Глазки отдыхают.

1. *Дети берут снежинку в руку. Вытянуть снежинку вперед перед собой, сфокусировать на ней взгляд.*

2. *Отвести снежинку вправо, проследить движение взглядом.*

3. *Отвести её влево.*

4. *Поднимать снежинки вверх и опускать вниз.*

5. *Покружиться и присесть, опустив снежинку на пол.*

6. *Закрывать ладошками глаза.*

Подобные задания формируют навыки самостоятельной работы, приучая школьников сосредоточенно заниматься в течение определенного времени, контролируя и оценивая свои действия.

Самомассаж с некоторыми усложнениями в движениях и действиях с предметами помогает образовывать связь между тонкими движениями пальцев рук и речевой зоной.

Массаж в воде с предметами:

1. С каучуковым мячиком:

- прокатывание мячика между ладонями рук;
- прокатывание мячика между пальцами рук;
- прокатывание мячика по тыльной стороне правой руки левой ладонью и наоборот;
- прокатывание мячика между указательными пальцами левой и правой рук,

средними, безымянными и мизинцами.

2. С четырехгранной палочкой, обмотанной проволокой:

- прокатывание палочки от основания ладони к подушечкам пальцев;
- прокатывание палочки по ладоням;
- прокатывание палочки по пальцам;
- прокатывание палочки поочередно между указательными пальцами, средними и т.д.

3. С двумя бусинками:

- **Прокатывание двух бусинок между ладонями круговыми движениями;**
- Прокатывание двух бусинок между ладонью правой и тыльной стороной левой руки и наоборот;
- Прокатывание бусинок в тазике с водой поочередно каждым пальцем одновременно левой и правой рукой;
- Перекладывание бусинок двумя пальцами обеих рук с одного тазика в другой.

Для этого нами используется разнообразное оборудование:



- для прокатывания: 4-х гранные палочки, пластмассовые, деревянные и рельефные бигуди, массажеры;
- массажеры – каталочки с разным количеством предметов, бигуди с шипами, палочки с разной поверхностью;
- для круговых вращений используем: разное количество бусинок, грецкие орехи, косточки, камушки, т.е. предметы с твердой поверхностью.

Для того чтобы дети различали мышечные ощущения, ввела предметы с мягкой поверхностью: ткань, губки, поролоновые и резиновые мячики, ластик. Нами разработаны упражнения, определяющие характер предмета по мышечным ощущениям: «тяжесть – легкость», пробки с камушками и без них; «напряжение – расслабление» - сожми эспандер, мячик, поролоновый снежок, губку. Используем упражнения, определяющие характер движения: «сила – слабость» - завязывание шнурков, веревочек; «ритм – темп».

Ко всем составленным комплексам были подобраны стихотворения. Они способствуют развитию координации и произвольной моторики. Проговаривание стихотворений с действиями дает большой эффект: включаются слуховой, речевой и кинестетический анализаторы. Кроме того, с помощью стихотворения вырабатывается правильный ритм дыхания, развивается речеслуховая память, дикция, интонационная выразительность речи.

Ко всем лексическим темам нами подобраны стихотворения. Например:

Тема «Дикие животные»:

Упражнения с мячом – ежиком.

Я мячом круги катаю,	между ладоней
Взад – вперед его гоняю.	смена рук
Им поглажу я ладошку,	соответственно
Будто я сметаю крошку.	смена рук
И сожму его немножко,	соответственно
Как сжимает лапу кошка.	смена рук
Каждым пальцем мяч прижму	соответственно
И другой рукой начну.	смена рук
А теперь последний трюк:	перебрасывать мяча из руки в руку
Мяч летает между рук.	

Тема: «Труд людей». Игра – упражнение в воде с кистевым эспандером.

Будь сильней моя рука.
Я сожму свое кольцо –
Буду сильным молодцом.
Буду младших защищать,
Буду слабым помогать.
Пополам его согну.
И восьмеркой заверну.
(сжимание эспандера на каждую строку, руки меняются).

Тема: «Рыбы».

Потешка «Акула» (в воде)

Приплывали две севрюги,
У них спины словно дуги.
Налетели с двух сторон
Две акулы, выйдя вон.
(две ладони вместе, изображают плывущую рыбу).

Регулярные выполнения упражнений являются профилактикой заболеваний, способствуют здоровьесформирующим процессам в организме ребенка, так как вода пальчиковая гимнастика обладают большой теплопроводностью и теплоемкостью. Уже давно доказано: чем быстрее и точнее ребенок выполняет движения пальцами, чем тоньше, дифференцированнее работа мышц кистей рук, тем быстрее и лучше развивается речь и мышление. Вследствие развития мелкой моторики пальцев рук, эффективнее проходит работа по постановке и автоматизации звуков, быстрее развивается речь. При обучении элементам письма дети делают лучше нажим, ведут более уверенные линии, ровнее «держат» строчку, сохраняют наклон, рисуют.

Эти самые простые рекомендации будут приносить пользу, если Вы будете работать над этой проблемой систематически.

Литература

1. Журнал « Начальная школа» № 10 2011 г .
2. Журнал « Управление начальной школой» № 1 2012 г .
3. Публикации методики В .А . Илюхиной « Письмо с секретом» . Электронный вариант.