

**Методические рекомендации
для родителей (законных представителей) и педагогических работников
дополнительного образования детей
«Час чистописания»**

Составила Пронина Е.А.,
приказ МАОУ ДО ЦДТ от 28.10.2024 № 295

Чистописание формирует правильные и устойчивые орфографические, грамматические и синтаксические навыки письма. Если ребёнок небрежно относится к разборчивости своего почерка, то эта небрежность переходит и к усвоению орфографии. Не достаточно сформированные навыки чистописания сказываются на его успеваемости в начальной школе и могут способствовать потери интереса к обучению. К 10-11 годам у ребёнка должны быть сформированы умения каллиграфического самоконтроля и орфографической зоркости.

Многие родители, видя в тетради пляшущие буквы, которые старательно выводит их ребёнок, не знают, как ему помочь. Бесконечное переписывание приводит к утомляемости малыша, и он начинает писать ещё хуже и грязнее. Что же делать? Как улучшить почерк ребёнка? Учащиеся младших классов отличаются сильными эмоциональными переживаниями школьных неудач и успехов. Также, перегрузки из-за многократного переписывания домашних заданий усиливают стресс, негативно влияют на здоровье учащегося. И как результат, теряется учебная мотивация, желание ходить в школу, контакты с родителями. Необходимо успокоиться и понять, как сложно сейчас вашему малышу. Попробуйте взять ручку в свою нерабочую руку и пописать хотя бы столько, сколько пишет ваш первоклассник. Трудно? Тоже самое сейчас испытывает ваш малыш. Нужно отойти от проблемы и поделаться специальными, но интересными для ребенка, упражнениями. И начинать занятия желательно как можно раньше.

Пока ребенок учится в 1, 2, 3 или 4 классе ситуацию с некрасивым почерком можно поменять. Для этого нужно знать, что влияет на красоту почерка.

Учим соблюдать правильную позу при рисовании и письме: спина и плечи ровные; расстояние от уровня глаз до стола не менее 30 см; локоть ведущей руки лежит на столе, вторая рука частично лежит на столе, создавая упор; тетрадь лежит под наклоном; расстояние между столом и животом равно ширине ладони.

Когда ребенок правильно держит карандаш, то рука не испытывает дополнительного напряжения и меньше устает. Для этого сделайте с ребенком несколько шагов: согните указательный и большой палец; отведите большой палец немного в сторону так, чтобы он располагался практически параллельно поверхности стола; проверьте, чтобы ручка легла в «ямку» и пишущий край был направлен в плечо; попросите ребенка зажать небольшой кусочек салфетки мизинцем и безымянным пальцем; проследите, чтобы косточка запястья соприкасалась с поверхностью стола, необходимо, чтобы кисть располагалась ниже рабочей строки.

Если ручка не ложится правильно, можно использовать резинку, отлично подходит резинка для денег. Резинку надевают на запястье, затем перекручивают на свободном конце и получившуюся петельку накидывают на верхний конец ручки. Благодаря этому приему, ручка будет иметь правильный наклон.

Работаем над формированием графических навыков – это красивое и быстрое письмо: графическая грамотность – умение подобрать нужную букву к заданному звуку, соотносить печатный и письменный вариант написания буквы; каллиграфическая четкость и устойчивость начертания букв и их соединений; связанность (безотрывность) письма.

Это характеризуется количеством буквенных знаков, написанных в слове за один прием, то есть единым росчерком пера. Безотрывность позволяет увеличить устойчивость и скорость письма. Для проверки связанности письма можно использовать методику письма вслепую. Детям предлагается записать слово, не глядя на него. Количество остановок ясно

покажет, сколько раз рука отрывалась от листа и насколько ребенок владеет навыком безотрывного письма. Отличный результат – это письмо со скоростью 4-6 слов в минуту для учащихся 1-2 классов и до 12 слов в минуту для учеников 3-4 класса.

Чтобы почерк был красивым, должны соблюдаться три условия, при которых все элементы букв должны иметь одинаковый наклон, высоту, ширину.

Одинаковая высота: все строчные буквы умещаются внутри рабочей строки, кроме строчных: «д, б, у, з, р, ф, щ, ц», выходящих за пределы строки); высота заглавных букв в два раза больше; строчная буква должна вписываться между верхней и нижней рабочей строкой; не выходить за их пределы и не «висеть в воздухе» между строчками.

Для регулирования высоты букв, выходящих за пределы строки, пользуемся правилом: «Сколько в строке, столько и над (под) строкой».

Одинаковая ширина: ширина элементов в букве должна быть одинаковой; в буквах «Ф», «Х», «Ж» соблюдается горизонтальная пропорция «сколько справа, столько слева»; ширина строчных букв равна ширине строчной «и» или полторы «и» в буквах «ж, ш, щ, м»; ширина заглавных букв – нестандартна, при письме букв обращайте внимание на разметку в прописи; ширина соединений между буквами равна ширине элемента «крючок» или половине этой ширины; ширина между словами равна ширине строчной «ш». При соблюдении этих условий почерк уже выглядит ровным и красивым. Но также необходимо соблюдать правильное соединение букв.

Далее рассмотрим методику исправления почерка у детей. Она хорошо работает для учеников младших классов, а также для ребят постарше. Добиться хорошего результата по исправлению почерка, а также при подготовке руки к письму, можно с помощью выполнения графических упражнений. Они позволяют выработать точность движений и развивают выносливость к письменным нагрузкам. Все многократные переписывания не дадут нужного результата, если не сформированы необходимые графические данные. Поэтому, как показывает практика, исправлять почерк ребенка нужно даже не с прописывания элементов букв, а именно с определенных упражнений, способствующих выработке ловкости и выносливости пальчиков. Причем эти упражнения воспринимаются ребенком как игра, вызывают интерес. Незаметно для себя ребенок начинает писать уверенней, быстрее и ровнее.

Для выполнения графических упражнений ребенку понадобятся: альбом, простой карандаш, цветные карандаши, можно использовать фломастеры. Нужно проводить вертикальные линии, удерживая их размер, наклон и расстояние между линиями. Если линия уходит вверх или вниз, можно поставить вспомогательные точки или нарисовать смайлики. Ориентируясь на них, ребёнку будет легче провести ровную линию.

Необходимо следить за правильным положением карандаша в руке; линии прорисовывать вдоль широкой стороны листа; каждое упражнение прорабатывайте до тех пор, пока не станет получаться хорошо; линия должна быть ровной, горизонтальной; линия не должна увеличиваться или уменьшаться к концу строки; только, когда добьётесь хорошего результата, можно начать отрабатывать следующую линию; чтобы разнообразить процесс, можно использовать карандаши разных цветов.

Выполнять графические упражнения желательно не менее трёх раз в неделю. Не забывайте соблюдать правила. Результат не заставит себя долго ждать. Рука окрепнет, повысится её выносливость, и почерк ребёнка обязательно улучшится.

Также можно присоединить следующие упражнения: массаж рук, штриховка, специальные упражнения для пальцев.

Упражнение 1. Ладони лежат на столе. Ребенок поднимает пальцы по одному сначала одной руки, затем другой. Затем повторяет движения в обратном порядке.

Упражнение 2. Пальцы обеих рук сцеплены в кулак. Затем поочередно отрываются сначала большие пальцы, затем указательные и т.д. Затем, наоборот, соединяются пальцы, начиная с мизинца.

Упражнение 3. На столе лежат 10-15 карандашей. Одной рукой надо собрать их в кулак, по одному, затем положить карандаши на стол также по одному.

Упражнение 4. Ладони лежат на столе. Ребенок поочередно поднимает пальцы сразу обеих

рук, начиная с мизинца.

Упражнение 5. Ладони лежат на столе. Ребенок поднимает пальцы по одному и описывает кончиком пальца в воздухе круг. Затем повторяет движения в обратном порядке.

Упражнение 6. Смять и расправить лист бумаги только правой и только левой рукой.

Упражнение 7. Использовать массажные шарики для разминки пальцев.

Упражнение 8. Использовать упаковочную (объёмную) плёнку для разминки пальцев.

Упражнение 9. Использовать фольгу для разминки пальцев: скатать колбаску, шарик, перекачивать его между пальцами.

Родителям, желающим приобщить ребенка к красивому письму, можно организовывать дополнительные занятия. Центр детского творчества предлагает для младших школьников и их родителей дополнительную общеразвивающую программу «Час чистописания». Эта программа вызывает интерес у учащихся и родителей. Обучение совершенствует письменные навыки, постановку почерка и кисти руки, формирует правильную посадку при письме и повышает работоспособность. Помимо улучшения почерка, у детей развивается внимание, координация, мелкая моторика.