



# «ЛОГОПЕДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК»

**№ 19**

**Содержание:**

1. «Что нужно знать о почерке» учитель-логопед: Фролова Л.В.
2. «Секреты красивого почерка» учитель-логопед: Дворянинова Е.Ю.

## «Что нужно знать о почерке»

учитель-логопед: Фролова Л.В.

Почерк – это индивидуальная графическая техника, которая реализуется в результате письма. В основе письменного навыка лежит зрительно-моторная координация – согласованная работа зрительного и двигательного анализаторов.

Изменения почерка – это ухудшение манеры письма, обусловленное различными патологическими процессами. Может выражаться нарушением наклона, величины и формы букв, силы нажима на ручку, расстояния между словами, междустрочного интервала.

Почерк формируется в результате обучения письму и регулярной практики. Манера письма человека меняется с годами. В течение школьного обучения происходит постепенное совершенствование почерка ученика, и примерно к 6-7 классу вырабатывается автоматизм письма. Данные изменения отражают графическую зрелость моторных навыков. Однако окончательное формирование почерка заканчивается только к 25—30 годам. Почерк взрослого человека имеет свои индивидуальные черты, которые обусловлены:

- физиологическими особенностями (строением и функционированием руки, зрительного анализатора);
- нейропсихологическими процессами (сформированностью внимания, памяти, зрительного гнозиса);
- условиями, в которых протекало обучение письму (методика, освещенность, письменные принадлежности).

К индивидуальным характеристикам почерка относят форму и размер графических элементов, наклон букв, нажим на ручку, направление и непрерывность линий, интервал между словами и строками.

### Причины изменения почерка

У одних людей почерк остается стабильным на протяжении всей жизни, у других претерпевает изменения под влиянием различных состояний.

Изменения почерка могут происходить в результате:

1. Психофизиологических событий: утомление, переохлаждение, психологическая травма, письмо в движущемся транспорте.
2. Патологических процессов: неврологические заболевания, нарушения зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата.

Письмо- сложный координационный навык, требующий слаженной работы мелких мышц кисти, всей руки, правильной координации движений всего тела. Овладение навыком письма - длительный и трудоёмкий процесс, который не всем детям даётся легко.

Умение выполнять мелкие движения с предметами развивается в старшем дошкольном возрасте. Именно к 6-7 годам в основном заканчивается созревание соответствующих зон коры головного мозга, развитие мелких мышц кисти. Важно, чтобы к этому возрасту ребёнок был подготовлен к усвоению новых двигательных навыков (в том числе и навыка письма), а не был вынужден исправлять неправильно сформированные старые.

Изменение неправильно сформированного двигательного навыка требует много сил и времени как от ребёнка, так и от родителей. Это не только осложняет обучение письму, но и, что особенно нежелательно, создаёт дополнительную нагрузку на центральную нервную систему ребёнка на первом году обучения в школе.

Наиболее оптимальное и удобное положение пальцев, обеспечивающее ровный и аккуратный почерк, следующее: пишущий предмет лежит на верхней фаланге среднего пальца, фиксируется большим и указательным пальцами, причём большой расположен несколько выше указательного, опора- на мизинец, средний и безымянный пальцы расположены примерно перпендикулярно к краю стола. Расстояние от нижнего кончика пишущего предмета до указательного пальца - примерно 1,5-2,5 см. Верхний кончик пишущего предмета ориентирован на плечо пишущей руки. Кисть при письме, рисовании находится в движении, не фиксирована, локоть не отрывается от стола. Пальцы не должны сжимать пишущий предмет слишком сильно.

Ребёнок сидит за столом прямо, голова (но не туловище) слегка наклонена, ноги согнуты под прямым углом, подошва ноги всей поверхностью касается пола. Рука, не занятая письмом, лежит на столе, параллельно его краю. Она ни в коем случае не должна лежать на коленях - это приводит к приподниманию плеча пишущей руки, что способствует возникновению нарушения осанки.

Неправильный двигательный навык в обращении с пишущими предметами (карандаш, ручка, фломастер) ярко проявляется в рисовании или при попытке изобразить на листе бумаги фигуры типа букв.

Родителей должен насторожить такой явный признак недостаточной работы пальцев рук, как активное поворачивание листа бумаги при рисовании и закрашивании. Такие виды изобразительной деятельности, как рисование и закрашивание, вырабатывают пространственную ориентацию на плоскости листа, умение менять направление линии при помощи тонких движений пальцев. Достигая тех же целей при помощи поворачивания листа,

ребёнок лишает себя тренировки пальцев и руки, необходимой в дальнейшем для овладения письмом.

Показательным является и изображение на листе слишком маленьких предметов: как правило, это свидетельствует о жёсткой фиксации кисти при рисовании. Этот недостаток хорошо выявляется при попытке ребёнка нарисовать одним движением окружность диаметром примерно 3 см (по образцу). Если ребёнок имеет склонность фиксировать кисть на плоскости, он не справится с этой задачей: нарисует овал вместо окружности, окружность значительно меньшего диаметра или будет рисовать эту фигуру в несколько приёмов, периодически передвигая руку.

Для развития тонкой ручной координации важно, чтобы ребёнок систематически занимался разнообразными видами ручной деятельности. Это рисование, аппликация, лепка, раскраска, вырезания по пунктирным линиям, штрихование, выкладывание узоров из мозаики, конструирование из некрупных деталей. Для девочек (а возможно, и для мальчиков) полезным и увлекательным занятием является рукоделие: шитьё, вышивание, вязание, макраме.

## «Секреты красивого почерка»

учитель-логопед: Дворянинова Е.Ю.

Почерк школьника, часто зависит от развития мелкой моторики руки.

Различные пальчиковые игры и пальчиковая гимнастика подходят для дошкольников. А как быть с школьниками, как им развивать моторику? В этой статье я поделюсь, какие упражнения, задания и игры, можно использовать по коррекции и исправлению почерка.

Упражнения увлекательные, подходят для любого возраста, а главное - они дают результат. Если выполнять упражнения регулярно и систематически, а не раз в неделю от скуки, то моторика руки улучшится, а, следовательно, почерк станет более аккуратный.

Для этого надо выполнять упражнения каждый день в течение 15-30 минут в зависимости от возраста (первоклассникам достаточно 15 минут) по несколько подходов.

**Чтобы почерк был красивым, должны соблюдаться 3 условия:**

### **1. Одинаковый наклон**

Все буквы пишутся под одинаковым наклоном.

### **2. Одинаковую высоту**

Все строчные буквы уместаются внутри рабочей строки, кроме строчных: «д, б, у, з, р, ф, щ, ц», выходящих за пределы строки.

Высота заглавных букв в два раза больше.

Для соблюдения пропорций по высоте пользуемся двумя правилами:

- 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»*.

### **3. Одинаковую ширину**

**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 обращайтесь 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.

## **Для тренировки пальцев рук, можно выполнять с ребенком такие упражнения:**

### **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.

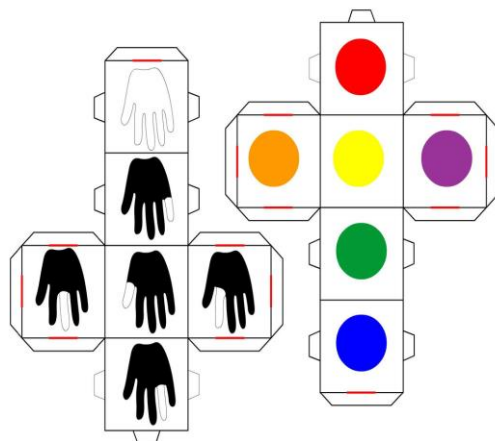
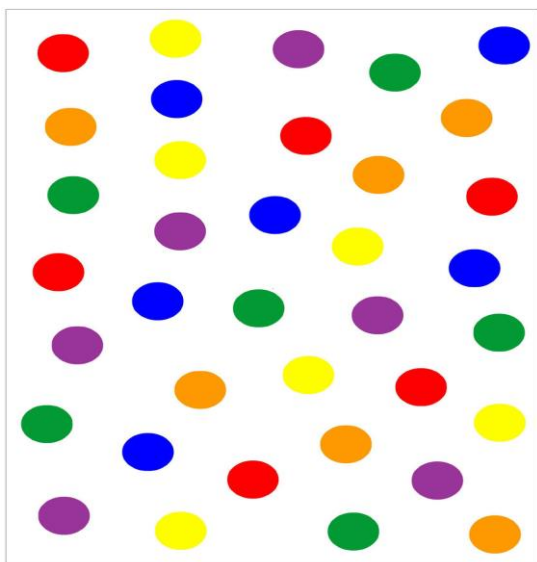
# Игры, для коррекции почерка:

## 1. Пальчиковый твистер.

Это полноценная настольная игра, которую можно купить готовую или, как это сделала я, распечатать схемы самостоятельно, вырезать, склеить кубики и покрыть скотчем, чтобы игра служила долго.

Правила игры просты: два кубика кидаем одновременно. Один показывает, какой именно палец должен ходить, а второй показывает, на какой по цвету кружок его поставить. Если выпала белая рука - палец на выбор. На одном поле могут играть двое. Рука на поле только одна, вторая должна бросать кубики. Выиграет тот, кто не собьётся и дольше всех продержит свои пальцы на игровом поле, что сделать не так-то просто.

Даны образцы игрового поля и кубиков в уменьшенном размере:



## 2. Рисование двумя руками.

Многие знают о пользе рисования двумя руками одновременно. Это активизирует работу обоих полушариев мозга, развивает интеллект, служит профилактикой и коррекцией дисграфии и дислексии. Такая техника рисования набирает популярность в последнее время, и она очень нравится детям.

Начинаем с рисования простых элементов: палочек, кружочков, квадратиков. Далее пишем буквы, слова, рисуем снеговиков, домики и т. д. Берём карандаши в обе руки и начинаем рисовать одновременно и одновременно заканчиваем двумя руками.

### **3. Графические диктанты.**

С графическими диктантами многие знакомы со времён подготовки к школе. Оно остаётся любимым и в начальной школе, но подходить к этому заданию нужно уже более серьёзно. Рисунки брать сложные, многогранные, многодетальные, большие. Линии должны быть ровные, это важно при выработке красивого почерка.

### **4. Рисование по клеточкам.**

Рисунки по клеточкам или пиксель арт - пиксельная графика, вид искусства. На первый взгляд это кажется простым, но сколько кропотливого труда вложено в то, чтобы ровно обвести и раскрасить каждую клетку в нужный цвет!

Для почерка и развития моторики такие рисунки лучше делать карандашами. Идей для пиксель арта очень много в интернете, для подростков, лучше подбирать любимых персонажей, из фильмов, игр и т.д.

### **5. Массажные мячики.**

Массажные мячики тоже набирают популярность в логопедических занятиях за последние годы. Игольчатая поверхность мяча способствует улучшению кровообращения, развивает сенсорное восприятие, мышцы рук и мелкую моторику. Есть много игр с этими мячиками, но школьникам следует давать усложненные задания. Не просто поглаживания и покатывания по ладошкам, а сильные нажатия. Можно устроить соревнование: кто сможет зажать мячик между двумя пальцами и продержаться так, не уронив его, в течение минуты?

### **6. Театр теней.**

Эта игра, отлично развивает мелкую моторику и воображение. Показывать фигурки животных с помощью собственных рук можно прямо на стене, а можно сделать экран из белого листа, взять лампу или фонарик, устроить настоящее теневое представление. Перед представлением нужно как следует потренироваться, детям не так-то просто держать определенные положения пальцев, как кажется на первый взгляд.