

Памятка для родителей

«Как научить ребёнка правильно держать карандаш и кисть»

Упражнение «Пальчики спускаются с горки»

Положите перед ребенком карандаш перпендикулярно к телу (посередине линии), заточенным концом от ребенка. Щепотью (большим, указательным и средним пальцами) малыш должен взять за незаточенный конец карандаша и передвигать пальцы к другому концу скользящим движением, опираясь заточенным концом о поверхность стола. Пальцы правильно распределятся. Зафиксируйте внимание ребенка на этом и чаще напоминайте о правилах: как правильно сидеть, держать карандаш и как должна лежать бумага. Обычно ребёнок очень крепко сжимают карандаш. Пальцы потеют и быстро устают. В этом случае нужно сделать упражнения на расслабление.

Упражнения на расслабление.

Хорошо помогают научить ребенка расслаблять пальцы занятия с красками. Когда ребенок работает с кистью, то он расслабляет пальцы, делая широкие мазки. Дети могут почувствовать расслабление мышц только тогда, когда им сначала предлагают сильно сжать кулачки и долго подержать их в этом состоянии. А затем им предлагают их разжать (расслабить) и почувствовать это состояние. При этом не следует забывать, что напряжение должно быть кратковременным, а расслабление - длительным. У каждого ребенка должно сложиться своеобразное представление о расслаблении («как кисель»).

Руки на коленях, кулачки сжаты,
Крепко напряжены, пальчики прижаты.
Пальчики сильней сжимаем.
Отпускаем, разжимаем.
Знайте, девочки и мальчики,
Отдыхают ваши пальчики.

Обратите особое внимание на то, как сидит ваш ребенок. Он должен знать правила:

- сидеть прямо;
- придерживать бумагу рукой, свободной от рисования;
- локти не должны быть прижаты к телу и тем более не должны висеть.

Родители должны подготовить для своего ребенка стол и стул по росту.

- Желательно, чтобы крышка стола была наклонной. Так ваш малыш будет меньше уставать.
- Всегда обращайтесь внимание на то, на каком расстоянии от глаз находится бумага.

Подготовила: Пилипенко.Е.Л