**Как научить ребенка правильно держать ручку.**

Очень часто ребенок видит, что плохо пишет, и нередко это бывает связано с неправильной техникой письма, но сам не осознает этого, не знает и не понимает, какие именно движения более эффективны, просты и доступны. Не следует забывать, что исправить неправильную позу или неверную технику письма, к которой привык ребенок, не просто трудно, но чаще всего невозможно.

Все эти правила несложны, но освоить правильную посадку, способ держания ручки и технику письма возможно только при постоянном и направленном внимании взрослых (педагога, воспитателя, родителей). К сожалению, на практике постоянного и целенаправленного внимания к этим “мелочам” не получается. Сказывается и то, что нередко дети сидят за чересчур маленькими или не по росту большими столами, а ручку держат “как удобно”.

“Как научить ребёнка правильно держать ручку? Все мы пишем, почти не задумываясь над тем, как мы её держим.

 Представим, что на среднем пальце правой руки есть “подушечка”.

На эту “подушечку” укладываем ручку.

Указательный и большой пальцы захватывают ручку сверху.

Расстояние от самого кончика ручки до кончика указательного пальца должно быть примерно 15 мм. Если расстояние слишком маленькое или слишком большое, рука при письме будет напряжена.

**Когда пишем, соблюдаем следующие правила:**

Сидим прямо.

Ноги вместе. Стопы стоят на полу или подставке.

Между грудью и столом расстояние 1,5 – 2 см.

Тетрадь расположена под углом 30 градусов.

Нижний левый угол листа, на котором пишет ребёнок, должен соответствовать середине груди.

Голова должна быть слегка наклонена вперед, чтобы глаза находились на расстоянии 20— 30 см от тетради. Впрочем, не обязательно измерять это расстояние линейкой, попросите ребенка сесть прямо, пусть он положит руки на стол (не опираясь локтями) и вытянет пальцы. У кончиков его пальцев должна лежать тетрадь при письме (и книга при чтении).

Локти должны немного выступать за край стола.

 Рука при письме опирается на основание запястья и на внешнее ребро ладони и мизинец. По мере письма потихоньку передвигаем ребро ладони, мягко скользя по бумаге, оставляя главной точкой опоры основание запястья. Через какое-то время, когда “проделали” достаточно большое расстояние (примерно длину слова в 6-10 букв), передвигаем запястье.”

Существует специальная “Ручка-самоучка” (Тренажёр для обучения детей правильно держать ручку во время письма, для снижения усталости при письме.)

**Если ребенок левша?**

- ручка должна составлять одну линию с рукой;

- рука при этом должна располагаться под линией письма;

- особое значение для леворукого ребенка имеет положение ручки при письме. Леворукий ребенок должен держать ручку выше, чем праворукий, – на расстоянии примерно 4 см от кончика пера (стержня). При неправильных способах держания ручки четкое и правильное письмо затруднено; и руки бумага (тетрадь) располагается под наклоном (вправо) примерно в 20° и сдвинута влево от центра тела; – правая рука придерживает бумагу (тетрадь) в нужном положении и передвигает ее по мере необходимости;

- свет при письме падает справа.

**Какой ручкой писать?**

Расстояние от кончика стержня до указательного пальца должно быть около 2 см. Цвет пасты должен быть темно-синим, темно-фиолетовым. Взрослые редко уделяют внимание качеству ручки: ее форме, длине, толщине, твердости стержня, а это все немаловажные условия успешности и легкости формирования навыка. Оптимальная длина ручки — 15 см, очень короткие и очень длинные ручки лучше не использовать. Не годятся для письма детей разного рода подарочные и рекламные варианты ручек, особенно плоские четырехгранные, диаметром более 7 мм и т. п. Слишком твердый стержень, толщина “не по руке”, ребристые грани не просто неудобны, а требуют дополнительных усилий, затрудняют процесс формирования навыка письма.