**Пишемо правильно: вчимося писати букви, тримати ручку і стежимо за поставою**

Пишемо правильно: вчимося писати букви, тримати ручку і стежимо за поставоюРідко яка дитина, виводячи перші в своєму житті букви, напише їх рівно і правильно. Але якщо з-під «пера» двох-трирічного карапуза виходять суцільні каракулі, то до шестирічного віку багато дітей цілком упевнено управляються з олівцем. У школі-то вже навчать робити це красиво і грамотно. Але батькам варто направити навчання письма в правильне русло, щоб уникнути можливих проблем надалі.  
  
 Є кілька важливих нюансів, які необхідно врахувати перш, ніж починати вчитися писати:

– Поза при малюванні / письмі;  
– Положення олівця / ручки;  
– Координація рухів від пальчиків до плеча.

Всі ці моменти є основоположними для правильного формування техніки письма. Можна писати, скривившись, уткнувшись лобом в підставлену руку, тримаючи олівець двома пальцями. Але в подібних умовах писати навряд чи вийде чітко, акуратно і швидко.

***Правильна позиція за столом***

Неважливо, чи знаходиться маленький учень за партою, або на стільці за столом: меблі повинні відповідати зросту. Дитині зручно тримати спину прямо, спершись на спинку стільця, не опускаючи плечей і не нахиляючись. Між столом і грудьми повинен міститися кулак. [Ноги](http://ya-matusya.com.ua/dopomoga-pri-bolyu-nig-pid-chas-vagitnosti/) спираються об підлогу на повну стопу, зігнуті під прямим кутом. Якщо ніжки бовтаються в повітрі, то подбайте про спеціальну підставку. Положення голови ледь похиле. Попросіть дитину сісти прямо і покласти обидві руки на стіл, витягнувши пальці. Лікті повинні злегка звисати з краю столу і бути від тіла на відстані 8-10 см.

Бажано, щоб поверхня столу була похилою, це знижує стомлюваність м’язів спини, дозволяє бачити книжку / зошит під великим кутом [зору](http://ya-matusya.com.ua/zir-i-vagitnist-rishennya-vinikayuchih-problem/), не змінюючи нахилу голови.

***Положення зошита***

Зошит не повиен лежати прямо, набагато зручніше, якщо він розташована під кутом, своїм нижнім краєм вказуючи в центр грудей (лівим нижнім кутом – для правшів, правим – для лівшів). Похиле положення дозволяє зберігати правильну позицію при сидінні, вільно пересувати кисть по всій ширині аркуша.

Слідкуйте за тим, щоб ніщо не утруднювало руху пишучої руки малюка. Кисть і пальці повинні вільно згинатися / розгинатися, легко переходити від рядка до рядку.

***Правильне положення ручки***

Письмовий предмет лежить на лівій стороні середнього пальця, зверху дотримується вказівним, ліворуч – великим (у правшів, а у лівшів – дзеркально). Важливо, щоб усі пальчики були трохи закруглені, не тиснули з силою на олівець. Попросіть відірвати від стрижня вказівний палець – він легко підніметься, якщо все зроблено правильно.

Олівець не слід тримати вертикально, направляти його вільний кінець в протилежну сторону від себе. Обов’язково зверніть увагу на положення вказівного пальчика – він не повинен прогинатися. Подібне викривлення суглоба занадто напружує м’язи, знижуючи швидкість письма і швидко підвищуючи втому.

Від самого кінця стрижня до подушечки вказівного пальця має залишатися близько 2 см. Вибирайте і правильну ручку: оптимальна її довжина становить близько 15 см, діаметр – не більше 7-8 мм.

***Як навчити дитину писати акуратно***

Розвивайте дрібну моторику. Спритність пальців – запорука успішного оволодіння навичкою письма. Всі перелічені нижче заняття допоможуть у розвитку тонкої моторики:

– Застібання гудзиків,  
– Зав’язування шнурків,  
– Вирізання аплікацій,  
– Вишивання бісером,  
– Ігри з конструкторами і пазлами,  
– Ліплення з пластиліну та інші.

Починаючи підготовку до письма з раннього віку, краще купувати спеціальні тригранні олівці – вони найкраще лягають в руку. Якщо малюку можна не приділяти багато часу малюванню чи письму, то для дошкільника краще виділити певні півгодини, присвячені вправам.

Не сваріть дитину, якщо у нього відразу не виходять ідеальні букви і слова. Заохочуйте його старанність і будьте терплячі. Вчитися писати – це важче, ніж читати. Розбірливий почерк і темп письма формується поступово, вимагає систематичних і наполегливих занять. Не слід сильно перенавантажувати маленького непосиду, щоб у нього не пропало всяке бажання вчитися. І тоді він досконало оволодіє мистецтвом каліграфії.