

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РУЧКУ (КАРАНДАШ)?

- ✓ Расстояние от кончика стержня до указательного пальца - около 2 см.
- ✓ Указательный палец не должен прогибаться в первом суставе, это говорит об излишнем напряжении.
- ✓ Ручка (карандаш) удерживается большим, указательным и средним пальцами. Ее следует держать на левой стороне среднего пальца. Большой палец поддерживает ручку слева, а указательный – сверху. Безымянный палец и мизинец внутри ладони.
- ✓ Конец ручки должен быть направлен в плечо пишущего.
- ✓ Локоть и кисть правой руки лежат на столе. Кисть руки повернута книзу с опорой на мизинец.
- ✓ Линии ведут вниз с нажимом, вверх без нажима, обратного движения почти нет.

В ходе обучения формируются такие важные качества движений, как координированность, точность, гибкость руки, ритмичность. Совершенствование движений руки связано с развитием произвольного внимания, двигательной памяти, пространственных и зрительных представлений.

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РУЧКУ (КАРАНДАШ) ЛЕВШАМ?

- ✓ Расстояние от кончика стержня (карандаша) до указательного пальца около 4 см.
- ✓ Рука при письме должна быть под линией письма.
- ✓ Тетрадь располагается под наклоном вправо примерно на 20° и сдвинута от центра тела к левой руке.
- ✓ Свет при письме должен падать справа.