



**ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ  
ПОДСКАЗКИ  
РОДИТЕЛЯМ  
БУДУЩИХ  
ПЕРВОКЛАССНИКОВ**



## КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РУЧКУ (КАРАНДАШ) В РУКЕ?

К 5 — 6 годам уже складывается определенная поза при рисовании и письме, очень часто неверная. Важным является и способ удержания ручки (карандаша) в руке.



## ПРАВИЛЬНАЯ ПОСАДКА ПРИ ПИСЬМЕ

- сидеть прямо;
- опираться спиной на спинку стула;
- не опираться грудью на стол;
- ноги держать прямо, стопы на полу или подставке для ног;
- обе руки опираются о край стола, локти выступают за край стола;
- придерживать тетрадь (бумагу) левой рукой (для праворуких).

## БЕРЁМ РУЧКУ

Свободное движение пишущей руки обеспечивается прежде всего тем, как ребенок держит ручку:

1. Представим, что на среднем пальце правой руки есть "подушечка".
2. На эту "подушечку" укладываем ручку.
3. Указательный и большой пальцы захватывают ручку сверху

Расстояние от самого кончика ручки до кончика указательного пальца должно быть примерно 15 мм. Если расстояние слишком большое или маленькое, рука при письме будет напряжена. Верхний конец ручки должен быть направлен в плечо пишущего. Все три пальца слегка закруглены и не должны сжимать ручку сильно. (Прогибание первого сустава указательного пальца указывает на излишнее напряжение при удержании ручки.)

Если указательный палец может легко подниматься, и при этом ручка не падает, значит ручка в руке расположена правильно.

A decorative border of colorful hot air balloons surrounds the page. The balloons are arranged in a rectangular frame with rounded corners, featuring a repeating pattern of purple, green, and yellow balloons.

**ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ  
ПОДСКАЗКИ  
РОДИТЕЛЯМ  
МАЛЫШЕЙ**



# ПИТАНИЕ РЕБЁНКА И ЕГО РЕЧЬ



## ЯБЛОКО ИЛИ ПЮРЕ?

Из советов медиков мы знаем, что свежие овощи и фрукты должны присутствовать в полноценном рационе каждого человека. Однако мало кто из родителей знает, что от того, в каком виде ребёнок принимает в их пищу, зависит и развитие речи их ребёнка. Пережёвывание твёрдой пищи развивает жевательные мышцы ребёнка – речевые, те которые участвуют в акте говорения человека. Перетёртая, перемолотая еда напротив не тонизирует, а ослабляет мышцы артикуляционного аппарата ребёнка, и как следствие их «ленности», что приводит к смазанности речевого потока. Поэтому выбирая между твёрдой и мягкой пищей для плохо говорящего малыша детсадовского возраста, отдавайте предпочтение более сложному варианту - твёрдому, постепенно приучайте его к этому. Тем самым Вы поспособствуете укреплению жевательных и глотательных мышц Вашего ребёнка и улучшите общую картину звучания речи.

