

**Готовим руку
к письму.
Большие прописи**



Издательство АСТ
Москва

УДК 373.2:81
ББК 74.102
М33

В издании использованы иллюстрации по лицензии shutterstock.com

Матвеев, Сергей Александрович.

М33 Готовим руку к письму. Новые большие прописи / С. А. Матвеев. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 128 с. — (Новые большие прописи на белой бумаге (русский)).

ISBN 978-5-17-176929-1

Не знаете как помочь малышу подготовить руку к письму? Новые большие прописи станут отличным помощником в этом нелёгком деле.

Пособие включает разделы с графическими заданиями, написанием печатных и прописных букв. Постепенный переход от простых заданий с обведением линий к написанию первых слов поможет ребёнку без давления и стресса освоить письмо. Благодаря прописям малыш сможет развить мелкую моторику, зрительное восприятие и усидчивость. Весёлые задания и картинки сделают процесс обучения более интересным для будущего ученика и не дадут заскучать.

Большой формат, чистая белая бумага и крупный шрифт помогут избежать напряжения и усталости при письме!

УДК 373.2:81
ББК 74.102

ISBN 978-5-17-176929-1

© Матвеев С. А., 2025
© Шрифт Primo, Л. Некин
© ООО «Издательство АСТ», 2025

Предисловие

Уважаемые родители, педагоги и все, кто помогает ребёнку расти и развиваться!

Перед вами книга «Готовим руку к письму. Новые большие прописи». Она создана для того, чтобы поддержать детей на важном этапе подготовки к письму — этапе, который во многом определяет, с каким настроением и уверенностью ребёнок будет учиться в дальнейшем. Осваивать письмо — это не просто научиться выводить буквы. Это целый процесс развития мелкой моторики, внимания, координации движений, зрительного восприятия и усидчивости. Чтобы рука ребёнка могла легко и свободно писать, ей необходимо пройти особую подготовку. И именно для этого предназначены задания, собранные в этой книге.

Начальные упражнения здесь очень просты: обведение линий, дорисовывание узоров, проведение дорожек, повторение элементарных форм. Однако за этой кажущейся простотой скрывается огромная работа. Выполняя такие задания, ребёнок учится контролировать свои движения, укрепляет мышцы руки и пальцев, развивает глазомер и учится сосредотачиваться. Плавный переход от простого к сложному помогает малышу чувствовать себя уверенно на каждом этапе, не перегружаясь и не испытывая стресса.

Мы постарались сделать прописи удобными для самых маленьких учеников. Крупные элементы, широкие линии и свободное пространство вокруг рисунков позволяют ребёнку работать без напряжения. Важно помнить, что в возрасте 5–7 лет рука только формируется, и маленькие детали могут быть пока слишком трудными для восприятия и воспроизведения. Задания в книге подобраны так, чтобы они соответствовали возможностям ребёнка и помогали ему двигаться вперёд естественно и с удовольствием.

Работа с прописями приносит пользу не только руке, но и уму ребёнка. Выполняя задания, малыш тренирует способность концентрироваться, сохранять внимание на протяжении некоторого времени, а также учится терпению и аккуратности. Сначала ребёнку может быть непросто довести линию до конца, обвести узор без ошибок или повторить сложный элемент. Но с каждой новой попыткой он будет замечать, что получается всё лучше и лучше. Это укрепляет веру в свои силы и формирует положительное отношение к учёбе.

Очень многое зависит от того, как взрослые сопровождают ребёнка в этом процессе. Похвала, поддержка, тёплое слово важнее идеальных линий и безупречных букв. Обучение письму — это путь, на котором важно радоваться каждому небольшому успеху, а не только стремиться к идеалу. Иногда ребёнку нужно больше времени, чтобы освоить какое-то задание. Иногда ему хочется вернуться назад и ещё раз обвести знакомую дорожку. Дайте ему эту возможность. Сохраняйте терпение и доброжелательность. У каждого ребёнка свой ритм, свои особенности, и уважение к ним делает процесс обучения лёгким и радостным.

Лучше всего заниматься письмом регулярно, но без принуждения. Небольшие занятия каждый день гораздо эффективнее долгих, но редких упражнений. Важно создать спокойную и доброжелательную атмосферу, чтобы ребёнок ощущал поддержку и интерес взрослого. Если ребёнок устал, лучше сделать перерыв, если проявляет интерес — поддержать его и предложить ещё одно задание. Иногда ребёнку бывает полезно самому выбирать, какую страницу он хочет выполнить сегодня. Такое маленькое право выбора делает занятия более осознанными и увлекательными.

Особое внимание стоит уделить условиям, в которых проходит занятие. Удобное рабочее место, хорошее освещение, правильная посадка за столом помогают ребёнку со-

средоточиться и избежать переутомления. Старайтесь, чтобы выполнение прописей воспринималось не как тяжёлая обязанность, а как увлекательное задание, где можно рисовать, играть с линиями, фантазировать. Иногда полезно вместе придумать историю о том, кто путешествует по дорожкам, куда ведут лесенки или кто прячется за узорами. Такое включение воображения делает работу с прописями живой и интересной.

Эта книга создана для того, чтобы стать надёжным спутником ребёнка в его первых шагах к письму. Пусть каждый обведённый элемент, каждая проведённая линия будут не просто упражнениями, а маленькими победами. Пусть рука становится всё увереннее, а радость от собственных успехов вдохновляет ребёнка на новые открытия.

Желаем вам увлекательных занятий, тёплого общения и радости от первых успехов! Пусть путь к красивому письму будет лёгким, радостным и полным вдохновения!

Как правильно сидеть

Ребёнок должен сидеть прямо, не сутулясь. Спина опирается на спинку стула. Плечи расслаблены и находятся на одном уровне, не подняты. Голову следует держать прямо, слегка наклонив вперёд, но не низко опуская к столу, чтобы глаза находились на расстоянии около 30–35 сантиметров от тетради или книги. Подбородок не прижат к груди, шея остаётся свободной.

Стопы обязательно стоят на полу или на специальной подставке (если ноги не достают до пола). Ноги согнуты под прямым углом в коленях (90°). Это помогает сохранить устойчивую позу и избежать напряжения в спине.

Руки лежат на столе свободно. Рабочая рука (пишущая) держит ручку или карандаш, а вторая рука придерживает тетрадь или прописи, чтобы они не скользили. Локти долж-

ны находиться на уровне столешницы, а не висеть в воздухе. Линия локтей должна быть чуть ниже уровня плеч.

Высота стола и стула должна быть подобрана так, чтобы ребёнок мог сидеть, сохраняя все эти условия: прямая спина, согнутые под прямым углом колени и локти, устойчивое положение ступней.

Важно также следить за освещением рабочего места. Для правой руки источник света (например, лампа или окно) должен находиться слева, для левой — справа, чтобы не отбрасывать тень на рабочую поверхность.

Регулярные короткие перерывы очень важны: после каждых 15–20 минут письма нужно встать, размяться, сделать несколько лёгких упражнений для шеи, плеч и рук.



Ручку или карандаш нужно держать тремя пальцами: большим, указательным и средним. Карандаш лежит на боковой стороне среднего пальца, сверху его слегка прижимают большой и указательный пальцы. Захват должен быть лёгким, без сильного напряжения. Пальцы не сжимаются в кулак и не «висят» — они держат карандаш устойчиво, но мягко, позволяя ему свободно двигаться.

Большой палец и указательный образуют округлую форму, словно держат маленький мячик. Средний палец поддерживает инструмент снизу. Безымянный палец и мизинец свободно согнуты и слегка касаются ладони. Важно следить, чтобы запястье оставалось расслабленным и немного приподнятым над столом, а не лежало на нём полностью.

Ручка или карандаш должны находиться под углом примерно 45 градусов к бумаге. Нельзя держать его вертикально или, наоборот, слишком горизонтально — это создаёт лишнее напряжение. От «рабочего конца» ручки до пальцев должно быть примерно 1,5–2 сантиметра. Если держать слишком близко к пишущему кончику, рука будет быстро уставать и линии получатся неаккуратными.

Поза руки должна быть естественной и удобной: движение идёт от пальцев и кисти, а не от всей руки. Это помогает писать легко и ровно.

Советы родителям

1. Создайте правильное рабочее место.

Убедитесь, что стол и стул подходят по росту ребёнка, есть хорошее освещение, а рабочая поверхность свободна от лишних предметов.

2. Следите за осанкой.

Ребёнок должен сидеть прямо, спина опирается на спинку стула, ноги стоят на полу или на подставке, локти находятся на уровне стола.

3. Научите правильно держать ручку или карандаш.

Покажите, как держать инструмент тремя пальцами без напряжения, сохраняя лёгкость и свободу движений.

4. Начинайте с простых упражнений.

Сначала обводите линии, узоры и элементы букв. Не спешите сразу переходить к написанию целых слов.

5. Не торопите ребёнка.

У каждого свой темп освоения письма. Дайте ребёнку столько времени, сколько нужно, чтобы почувствовать уверенность.

6. Проводите занятия регулярно, но недолго.

Лучше заниматься 10–15 минут в день, чем уставать за один длинный урок.

7. Обеспечьте смену деятельности.

После письма сделайте небольшую разминку для пальцев и кистей, предложите физические упражнения или подвижную игру.

8. Хвалите за старание, а не за результат.

Поддерживайте ребёнка даже тогда, когда линии получаются неровными. Главное — его усилия и желание стараться.

9. Будьте терпеливыми и спокойными.

Не критикуйте за ошибки, не сравнивайте с другими детьми. Помогайте исправлять ошибки мягко и доброжелательно.

10. Поддерживайте интерес через игру.

Превращайте упражнения в увлекательные задания: рисуйте дорожки для машинок, полянки для бабочек, волны для корабликов.

11. Подавайте хороший пример.

Иногда полезно вместе с ребёнком писать, рисовать узоры или выполнять задания. Видя, что взрослый тоже старается, ребёнок охотнее включается в работу.

12. Следите за настроением ребёнка.

Если малыш устаёт или расстраивается, лучше сделать перерыв или сменить вид деятельности.

13. Учите ребёнка аккуратности.

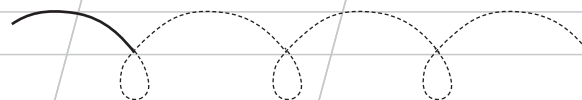
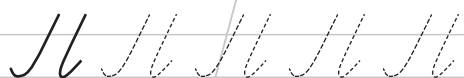
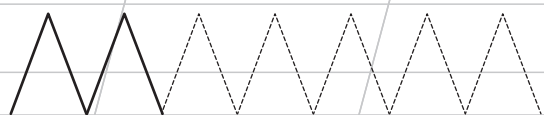
Показывайте, как бережно обращаться с тетрадью, не мять страницы, не спешить, чтобы всё было чисто и красиво.

14. Сохраняйте лёгкость и радость в процессе.

Пусть занятия письмом будут временем совместного творчества и общения, а не только обучением.

Учимся рисовать и писать

Дорисуй узоры и элементы



cccccccc

rrrrrrrr

tttttttt

llllllll

rrrrrrrr

llllllll

rrrrrrrr

^ ^ ^ ^ ^ ^ ^ ^

^ ^ ^ ^ ^ ^ ^ ^

^ ^ ^ ^ ^ ^ ^ ^

w w w w w w w w

/ / / / / / / /

// // // // // //

/ / / / / / / /

// // // // // //

77777

77777

u u u u u

7/7/7/7/

ff f f f f f

W W W W W

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

/ /

// //

/// /// /// /// /// /// /// /// /// /// ///

-|- -|- -|- -|- -|-

U U U U U

L L L L L

**Соедини пунктирные линии,
чтобы получились фигуры**

