

**КАРТОТЕКА ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ  
И ИГР НА РАЗВИТИЕ ГРАФОМОТОРНЫХ НАВЫКОВ  
У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**



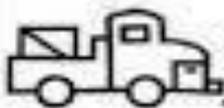
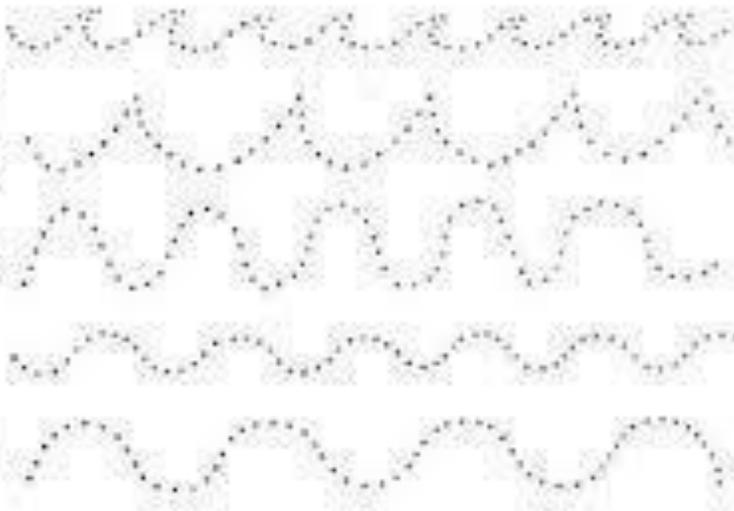
**Составил: Киреева Т.С.,  
педагог-психолог**

**Упражнение «Соедини картинки»** нацелено на развитие пространственной ориентировки на листе бумаги и развитие графомоторных навыков.

Оборудование: карточки с заданием, карандаши.

Ход упражнения: ребёнку предлагается обвести пунктирные линии, соединяющие картинки.

Инструкция к выполнению: «Внимательно рассмотрите картинки, вы должны не отрывая карандаш от пунктирной линии, провести дорожки».

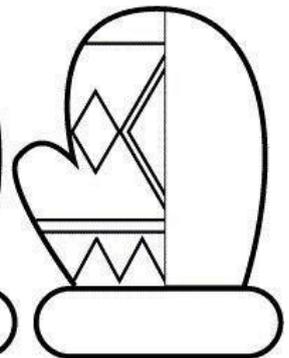
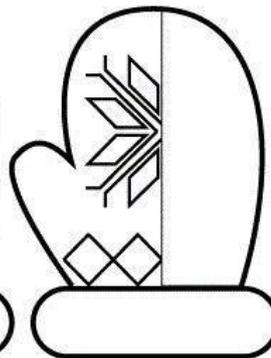
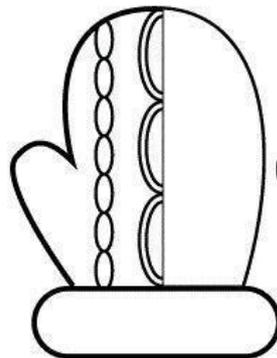
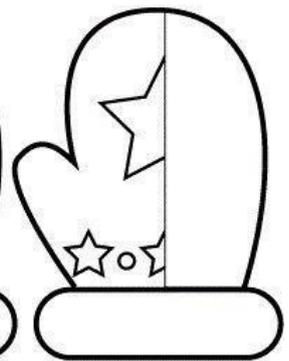
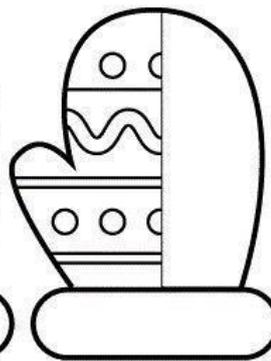
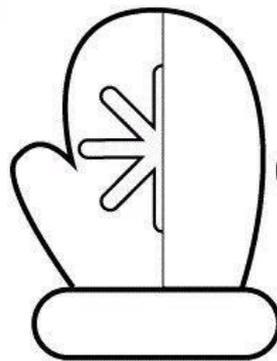
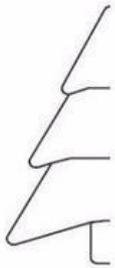


**Упражнение «Дорисуй вторую половинку»** нацелено на развитие внимания, зрительной и двигательной координации, мелкой моторики.

Оборудование: карточки с заданием, карандаши.

Ход упражнения: ребёнку предлагается дорисовать вторую половинку изображённого предмета.

Инструкция к выполнению: «Внимательно рассмотрите половинки предметов, изображённых на картинке, вы должны дорисовать отсутствующую половинку предметов».

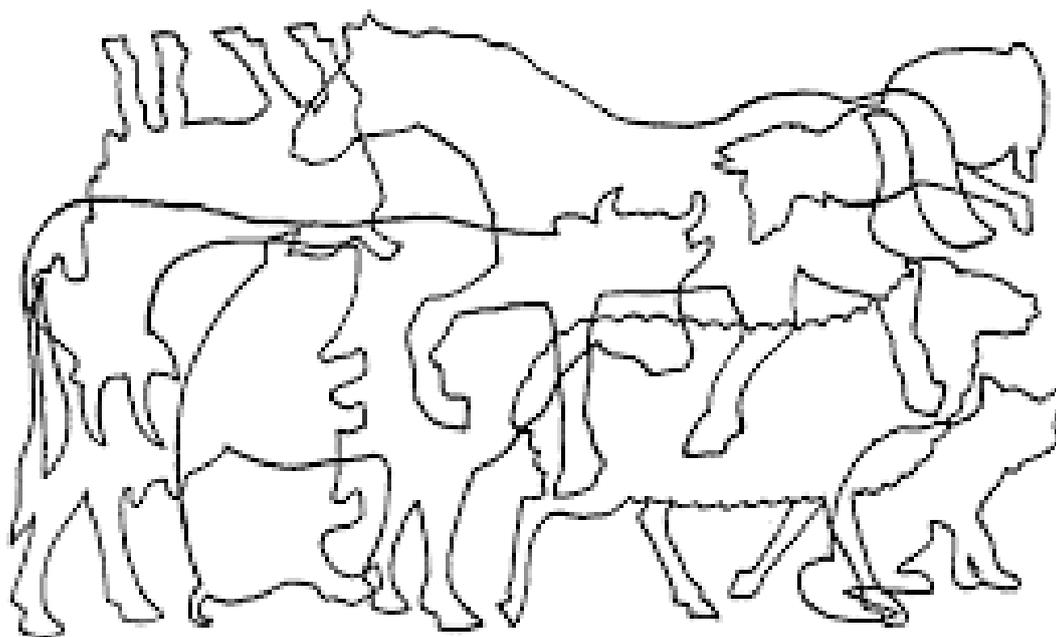
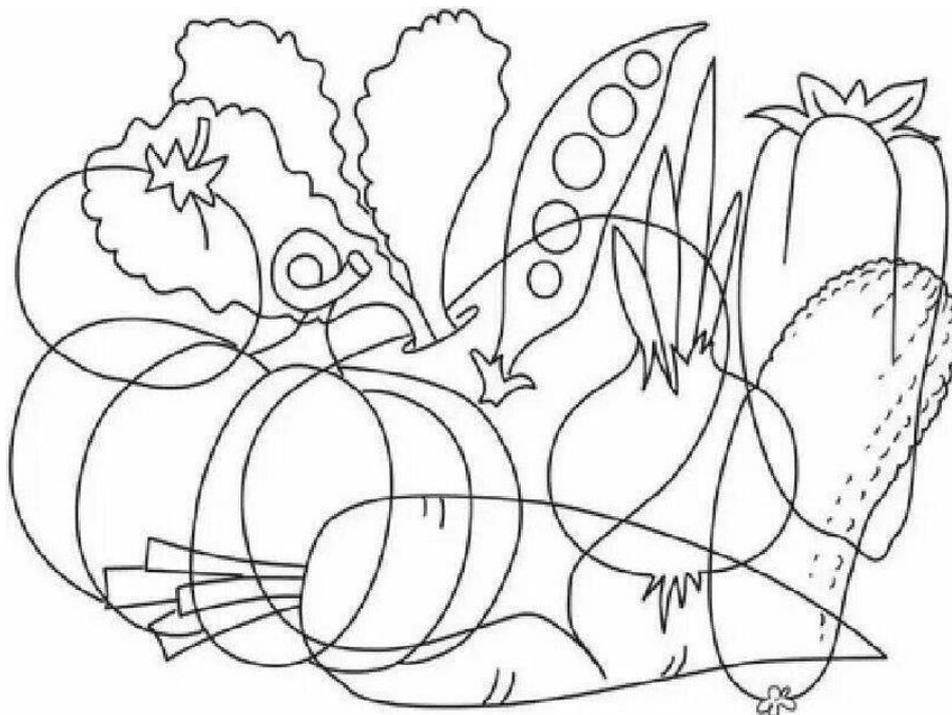


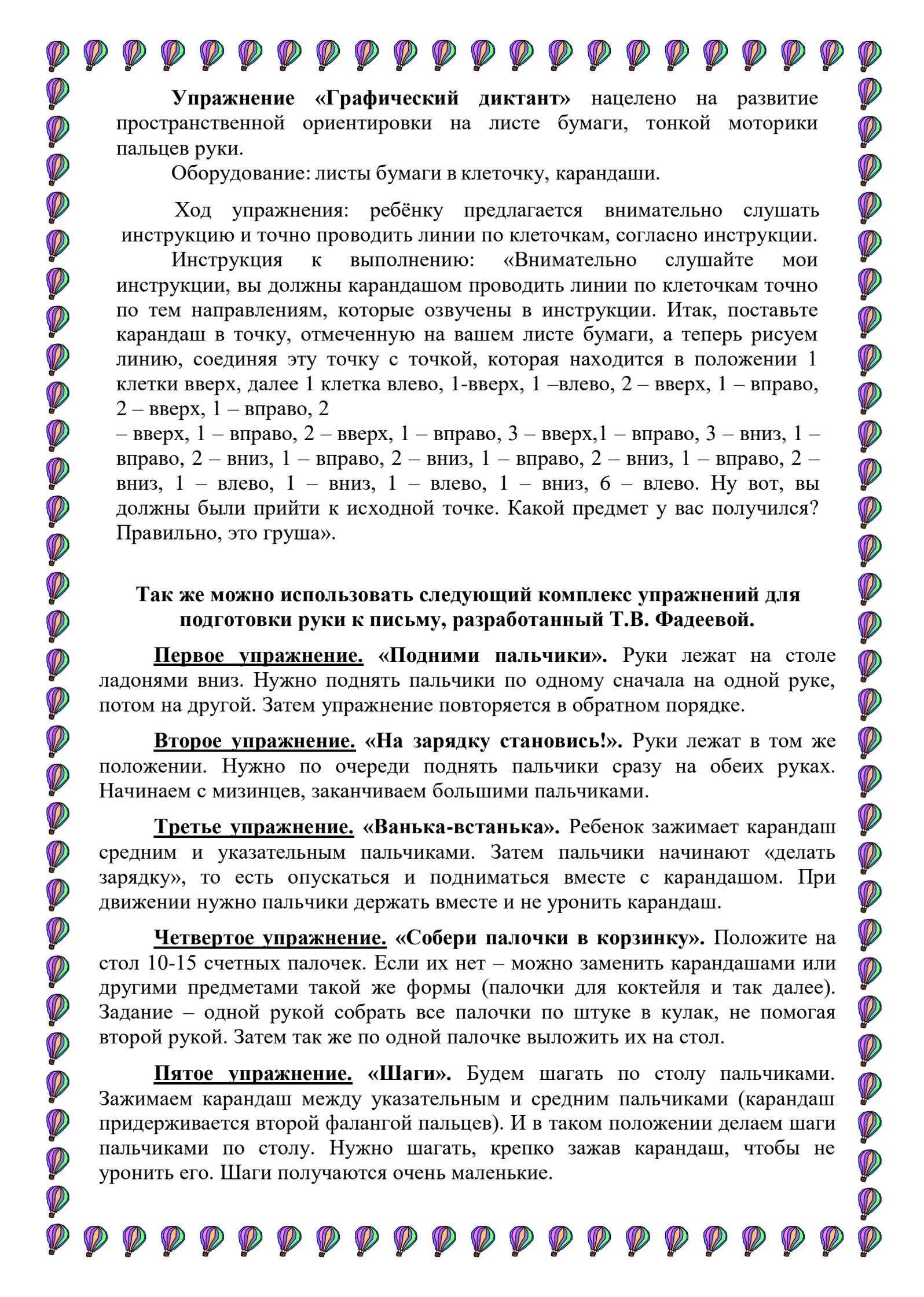
**Упражнение «Найди контур предмета среди зашумлённых изображений»** нацелено на развитие зрительной координации и произвольного внимания, на развитие двигательных графических навыков.

Оборудование: карточки с заданием, карандаши.

Ход упражнения: ребёнку предлагается обвести зашумлённые контуры предметов, изображённых на картинке.

Инструкция к выполнению: «Внимательно рассмотрите зашумлённые изображения предметов в виде контуров, вы должны обвести каждый контур предмета цветными карандашами».





**Упражнение «Графический диктант»** нацелено на развитие пространственной ориентировки на листе бумаги, тонкой моторики пальцев руки.

Оборудование: листы бумаги в клеточку, карандаши.

Ход упражнения: ребёнку предлагается внимательно слушать инструкцию и точно проводить линии по клеточкам, согласно инструкции.

Инструкция к выполнению: «Внимательно слушайте мои инструкции, вы должны карандашом проводить линии по клеточкам точно по тем направлениям, которые озвучены в инструкции. Итак, поставьте карандаш в точку, отмеченную на вашем листе бумаги, а теперь рисуем линию, соединяя эту точку с точкой, которая находится в положении 1 клетки вверх, далее 1 клетка влево, 1-вверх, 1 –влево, 2 – вверх, 1 – вправо, 2 – вверх, 1 – вправо, 2

– вверх, 1 – вправо, 2 – вверх, 1 – вправо, 3 – вверх, 1 – вправо, 3 – вниз, 1 – вправо, 2 – вниз, 1 – влево, 1 – вниз, 1 – влево, 1 – вниз, 6 – влево. Ну вот, вы должны были прийти к исходной точке. Какой предмет у вас получился? Правильно, это груша».

**Так же можно использовать следующий комплекс упражнений для подготовки руки к письму, разработанный Т.В. Фадеевой.**

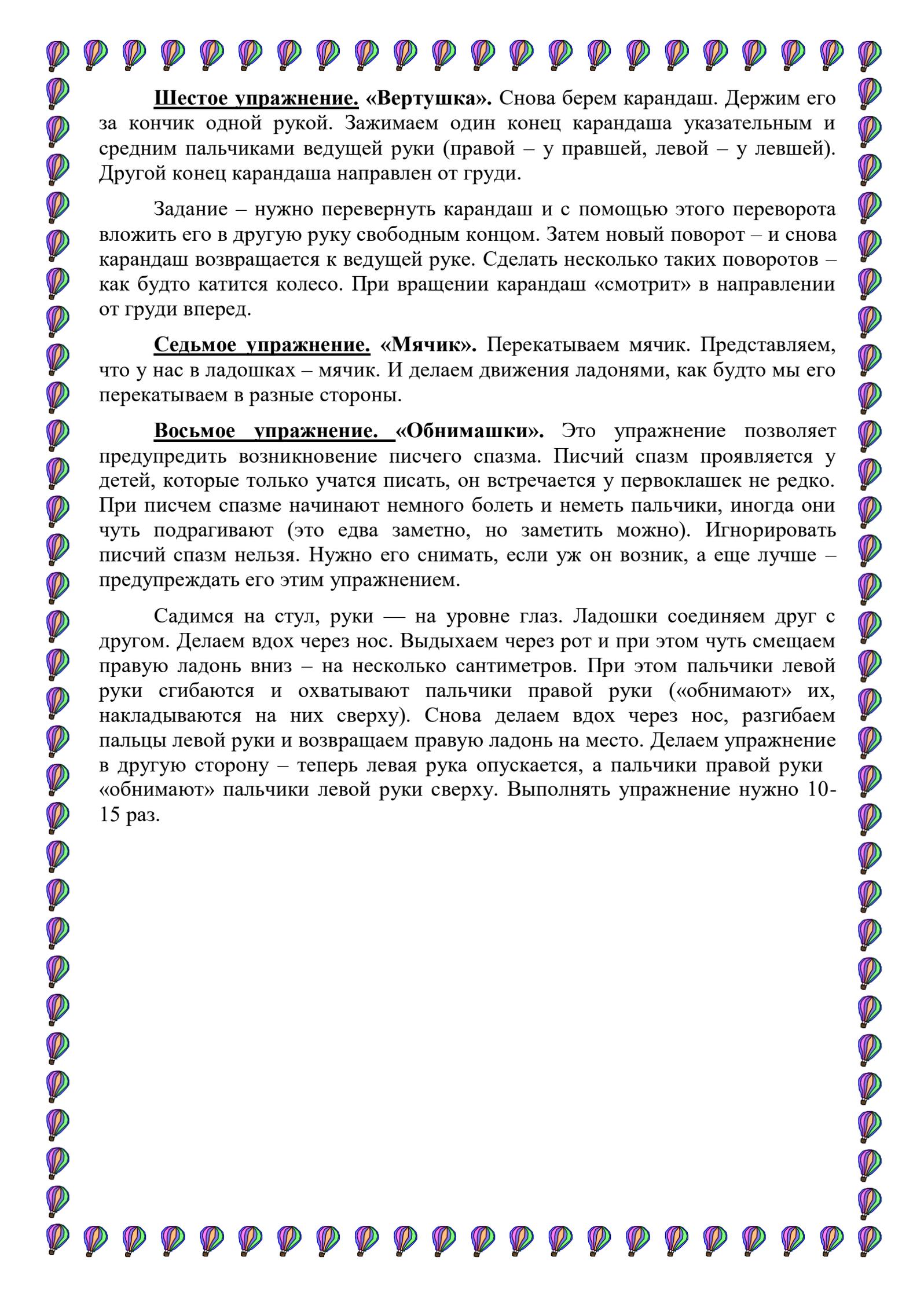
**Первое упражнение.** «Подними пальчики». Руки лежат на столе ладонями вниз. Нужно поднять пальчики по одному сначала на одной руке, потом на другой. Затем упражнение повторяется в обратном порядке.

**Второе упражнение.** «На зарядку становись!». Руки лежат в том же положении. Нужно по очереди поднять пальчики сразу на обеих руках. Начинаем с мизинцев, заканчиваем большими пальчиками.

**Третье упражнение.** «Ванька-встанька». Ребенок зажимает карандаш средним и указательным пальчиками. Затем пальчики начинают «делать зарядку», то есть опускаться и подниматься вместе с карандашом. При движении нужно пальчики держать вместе и не уронить карандаш.

**Четвертое упражнение.** «Собери палочки в корзинку». Положите на стол 10-15 счетных палочек. Если их нет – можно заменить карандашами или другими предметами такой же формы (палочки для коктейля и так далее). Задание – одной рукой собрать все палочки по штуке в кулак, не помогая второй рукой. Затем так же по одной палочке выложить их на стол.

**Пятое упражнение.** «Шаги». Будем шагать по столу пальчиками. Жажимаем карандаш между указательным и средним пальчиками (карандаш придерживается второй фалангой пальцев). И в таком положении делаем шаги пальчиками по столу. Нужно шагать, крепко зажав карандаш, чтобы не уронить его. Шаги получаются очень маленькие.



**Шестое упражнение.** «Вертушка». Снова берем карандаш. Держим его за кончик одной рукой. Зажимаем один конец карандаша указательным и средним пальчиками ведущей руки (правой – у правшей, левой – у левшей). Другой конец карандаша направлен от груди.

Задание – нужно перевернуть карандаш и с помощью этого переворота вложить его в другую руку свободным концом. Затем новый поворот – и снова карандаш возвращается к ведущей руке. Сделать несколько таких поворотов – как будто катится колесо. При вращении карандаш «смотрит» в направлении от груди вперед.

**Седьмое упражнение.** «Мячик». Перекатываем мячик. Представляем, что у нас в ладошках – мячик. И делаем движения ладонями, как будто мы его перекатываем в разные стороны.

**Восьмое упражнение.** «Обнимашки». Это упражнение позволяет предупредить возникновение писчего спазма. Писчий спазм проявляется у детей, которые только учатся писать, он встречается у первоклашек не редко. При писчем спазме начинают немного болеть и неметь пальчики, иногда они чуть подрагивают (это едва заметно, но заметить можно). Игнорировать писчий спазм нельзя. Нужно его снимать, если уж он возник, а еще лучше – предупреждать его этим упражнением.

Садимся на стул, руки — на уровне глаз. Ладонки соединяем друг с другом. Делаем вдох через нос. Выдыхаем через рот и при этом чуть смещаем правую ладонь вниз – на несколько сантиметров. При этом пальчики левой руки сгибаются и охватывают пальчики правой руки («обнимают» их, накладываются на них сверху). Снова делаем вдох через нос, разгибаем пальцы левой руки и возвращаем правую ладонь на место. Делаем упражнение в другую сторону – теперь левая рука опускается, а пальчики правой руки «обнимают» пальчики левой руки сверху. Выполнять упражнение нужно 10-15 раз.