

АВТОР

Александра Артамонова

5–6 лет

Игры для подготовки руки к письму

Обводка, штриховка в разных направлениях, узоры по клеткам и первые элементы букв. Готовим руку к школе через игру.

5 занятий

Как заниматься

В 5–6 лет рука готова к более точной работе: штриховка в разных направлениях, узоры по клеткам, обводка по пунктиру и первые элементы букв. Занимайтесь по 10 минут, следите за правильным захватом и посадкой. Точность и аккуратность сейчас важнее скорости — не превращайте занятия в «прописи на время».

Регулярно и понемногу — около 10 минут в день

Точность и аккуратность важнее скорости

Следите за захватом и посадкой

Через игру, без принуждения

Что умеет малыш в 5–6 лет

НАПРАВЛЕНИЕ	5 – 5,5 ЛЕТ	5,5 – 6 ЛЕТ	ОРИЕНТИР К 6 ГОДАМ
Захват и нажим	Правильный устойчивый захват	Регулирует нажим	Ровная линия, контроль силы
Графика	Рисует человека с деталями	Копирует сложные фигуры	Рисует сюжет, срисовывает образец
Ножницы	Вырезает фигуры по контуру	Аккуратно по сложной линии	Вырезает и собирает аппликацию
Графомоторика	Ровная штриховка	Узоры по клеткам	Элементы букв, безотрывные линии
Самообслуживание	Завязывает шнурки	Уверенно одевается	Аккуратность и самостоятельность

План занятий

Это пример мягкого ритма, а не строгое расписание. Берите 1–2 новых занятия в неделю, а любимые повторяйте каждый день по 7–10 минут. Перед школой важна не скорость, а аккуратность и нетоптавшая рука — занимайтесь короткими подходами и без принуждения.

Неделя 1 Штриховка и обводка по пунктиру

Занятия: №1, №2

- Листы с фигурами и пунктирными контурами, карандаш

Неделя 2 Ориентация на листе: клетки

Занятия: №3

- Лист в клетку, карандаш

Неделя 3 Ножницы и аппликация

Занятия: №4

- Детские ножницы, цветная бумага, клей

Неделя 4 Самообслуживание и пальчики

Занятия: №5

- Ботинок или тренажёр со шнурками

Что подготовить заранее

- Листы с фигурами и пунктирными контурами, карандаш
- Лист в клетку, карандаш
- Детские ножницы, цветная бумага, клей
- Ботинок или тренажёр со шнурками

1

Штриховка в разных направлениях

Графомоторика · штриховка

за столом

творчество

**ЦЕЛЬ**

Освоить штриховку вертикально, горизонтально и наклонно, удерживая ровный интервал.

ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

5 лет — штрихует в одном направлении; 5,5–6 лет — меняет направление по заданию.

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ

Лист с фигурами, карандаш.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

7–10 мин.

🕒 Когда удобно

7–10 минут за столом при правильной посадке. Меняйте направление по заданию и следите за ровным интервалом и нажимом.

Как играть

- 1 Заштрихуйте первую фигуру сверху вниз, вторую — слева направо.
- 2 Третью — наклонными линиями.
- 3 Следите за ровным интервалом и нажимом.

Варианты

- Штрихуйте фигуры в разных направлениях: сверху вниз, слева направо, наклонно.
- Следите за ровным интервалом между линиями.
- Меняйте направление по заданию — это гибкость кисти.

🟢 Признаки прогресса

Удерживает каждое направление, интервал ровнее.

💡 Смена направления штриховки развивает гибкость движений кисти. (М.М. Безруких)

👁️ Правильная посадка за столом.

**ЦЕЛЬ**

Точно обвести пунктирную линию, не пропуская участки — контроль и плавность.

ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

5–6 лет — обводит пунктир, попадая на линию.

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ

Листы с пунктирными контурами, карандаш.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

5–7 мин.

🕒 Когда удобно

5–7 минут за столом при хорошем свете. Соединяйте точки одной плавной линией, не отрывая руку без необходимости.

Как играть

- 1 Соедините точки пунктира одной плавной линией.
- 2 Не отрывайте руку без необходимости.
- 3 Раскрасьте получившуюся картинку.

Варианты

- Соединяйте точки пунктира одной плавной линией.
- Не отрывайте руку без необходимости.
- Раскрасьте получившуюся картинку.

🟢 Признаки прогресса

Линия плавнее, точнее по пунктиру.

💡 Обводка по пунктиру — прямая подготовка к написанию букв по образцу. (А.Н. Корнев)

🎮 За столом, при хорошем свете.

4

Вырезаем по сложному контуру

Ножницы

за столом

творчество

**ЦЕЛЬ**

Вырезать фигуру со сложным контуром, поворачивая бумагу — точность и координация.

ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

5–6 лет — вырезает сложные фигуры по контуру.

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ

Детские ножницы, картинки со сложным контуром.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

10 мин, под присмотром.

🕒 Когда удобно

10 минут под присмотром. Режьте медленно, поворачивая бумагу свободной рукой; изгибы и углы проходите аккуратно.

Как играть

- 1 Режьте медленно, поворачивая бумагу свободной рукой.
- 2 Проходите изгибы и углы аккуратно.
- 3 Наклейте вырезанное в аппликацию.

Варианты

- Поворачивайте бумагу свободной рукой, а не ножницы.
- Проходите изгибы и углы медленно.
- Наклейте вырезанное в аппликацию.

🟢 Признаки прогресса

Аккуратнее проходит изгибы, увереннее поворачивает бумагу.

💡 Вырезание сложного контура — комплексная тренировка координации перед письмом. (С.Е. Гаврина)

🚫 Только детские ножницы, под присмотром.

**ЦЕЛЬ**

Завязать бант самостоятельно — сложная двуручная координация и последовательность.

ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ

5–6 лет — завязывает шнурки бантом.

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ

Ботинок или тренажёр со шнурками.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

7–10 мин.

🕒 Когда удобно

7–10 минут на ботинке или тренажёре. Разбейте бант на маленькие шаги и тренируйтесь до автоматизма — не торопите.

Как играть

- 1 Завяжите узелок, сделайте две петли («ушки»).
- 2 Перекрестите петли и протяните одну в дырочку.
- 3 Затяните бант, тренируйтесь до автоматизма.

Варианты

- Завяжите узелок, сделайте две петли — «ушки».
- Перекрестите петли и протяните одну в дырочку.
- Тренируйтесь до автоматизма на удобном шнурке.

Потешки и распевки целиком**Завяжу я узелок**

Завяжу я узелок,
Сделаю два ушка,
Перекину, протяну —
Вот и бантик, душка!

🟢 Признаки прогресса

Бант получается самостоятельно и держится.

💡 Завязывание шнурков — отличный комплексный навык координации и планирования. (М. Монтессори)

Трекер занятий

Распечатайте и повесьте на видное место. Отмечайте галочкой неделю, когда позанимались, — так виден ваш ритм. Внизу запишите, что нового заметили у ребёнка.

ЗАНЯТИЕ

НЕД 1

НЕД 2

НЕД 3

НЕД 4

1. Штриховка в разных направлениях

2. Обводим по пунктиру

3. Графический диктант (простой)

4. Вырезаем по сложному контуру

5. Завязываем шнурки и бант

Что заметили

Хотите весь сборник?

В полной версии — 25 занятий на возраст 5–6 лет в таком же исполнении.

- ✓ 25 занятий вместо 5
- ✓ Штриховка, клетки, элементы букв, вырезание, графика
- ✓ Пошаговые инструкции, ориентиры по возрасту и советы специалиста
- ✓ Материалы, которые есть дома



Открыть полную версию

<https://logopedam-i-mamam.ru/mamam/motorika/60-72m/full>

Наведите камеру телефона на QR-код

Другие сборники раздела

Откройте сборники раздела на сайте <https://logopedam-i-mamam.ru/mamam/motorika>.

3–4 года

открыть

4–5 лет

открыть

5–6 лет

вы здесь

6–7 лет

открыть



Эта страница на сайте

<https://logopedam-i-mamam.ru/mamam/motorika/60-72m>

Наведите камеру телефона на QR-код