

АВТОР

**Александра Артамонова**

6–7 лет

# Игры для подготовки руки к письму

Строка, наклон, выносливость руки и графические диктанты — финальная подготовка к письму. Короткими подходами, без перегруза.

5 занятий

Игры для подготовки руки к письму · 6–7 лет

# Как заниматься

В 6–7 лет рука выходит на финишную прямую к письму: работа в строке, соблюдение наклона и границ, выносливость и точные графические диктанты. Занимайтесь короткими подходами, чтобы рука не уставала, и следите за правильной посадкой и захватом. Не гонитесь за буквами — закрепляем элементы и контроль, остальному научит школа.

Короткие подходы, чтобы рука не уставала

Правильная посадка и захват

Точность и аккуратность важнее скорости

Через игру, без перегруза перед школой

## Что умеет малыш в 6–7 лет

НАПРАВЛЕНИЕ	6 – 6,5 ЛЕТ	6,5 – 7 ЛЕТ	ГОТОВНОСТЬ К ШКОЛЕ
<b>Захват и посадка</b>	Правильный захват	Правильная посадка	Удобный захват, рука не напрягается
<b>Графика</b>	Рисует детально	Копирует сложный образец	Точно срисовывает
<b>Письмо (элементы)</b>	Пишет элементы в строке	Соблюдает наклон и границы	Ровная строка, безотрывность
<b>Выносливость</b>	Работает дольше	Рука меньше устаёт	Длительная работа без усталости
<b>Пространство листа</b>	Ориентируется на листе	Не зеркалит	Лево/право/верх/низ уверенно

# План занятий

Это пример мягкого ритма, а не строгое расписание. Берите 1–2 новых занятия в неделю, а любимые повторяйте каждый день по 5–7 минут. Письмо тренируем короткими подходами: рука не должна уставать, а почерк рождается из аккуратности, а не из скорости.

## Неделя 1 Письмо в строке

### Занятия: №1

- Тетрадь в косую линейку и обычная, карандаш

## Неделя 2 Графические диктанты

### Занятия: №2

- Тетрадь в клетку, карандаш

## Неделя 3 Контроль линии и нажима

### Занятия: №3

- Лист с фигурами, мягкий карандаш

## Неделя 4 Элементы букв

### Занятия: №4

- Прописи с элементами по пунктиру, карандаш

## Неделя 5 Посадка, хват и разминка

### Занятия: №5

- Стол и стул по росту, карандаш-тренажёр

## Что подготовить заранее

- Тетрадь в косую линейку и обычная, карандаш
- Тетрадь в клетку, карандаш
- Лист с фигурами, мягкий карандаш
- Прописи с элементами по пунктиру, карандаш
- Стол и стул по росту, карандаш-тренажёр

## 1

## Пишем элементы в строке

Графомоторика · строка

за столом

подготовка к школе

**ЦЕЛЬ**

Научиться размещать элементы в строке, не выходя за линии — основа письма.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ**

6 лет — пишет элементы в строке; 6,5–7 лет — соблюдает высоту и интервал.

**ЧТО ПОНАДОБИТСЯ**

Тетрадь в косую линейку, карандаш.

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ**

5–7 мин, короткими подходами.

**🕒 Когда удобно**

5–7 минут короткими подходами при правильной посадке. Важнее ровность, чем количество — делайте паузы, чтобы рука не уставала.

**Как играть**

- 1 Покажите, где начинается и заканчивается строка.
- 2 Пишите палочки одинаковой высоты с равным интервалом.
- 3 Делайте паузы, чтобы рука не уставала.

**Варианты**

- Пишите палочки одинаковой высоты с равным интервалом.
- Показывайте, где начинается и заканчивается строка.
- Делайте паузы, чтобы рука не уставала.

**🟢 Признаки прогресса**

Элементы держатся в строке, высота ровнее.

💡 Размещение в строке — ключевой навык письма; важнее ровность, чем количество. (М.М. Безруких)

🔄 Короткие подходы, правильная посадка.



logopedam-i-mamam.ru

**ЦЕЛЬ**

Выполнить графический диктант по клеткам — слуховое внимание и ориентация.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ**

6–7 лет — выполняет диктант средней длины без ошибок.

**ЧТО ПОНАДОБИТСЯ**

Тетрадь в клетку, карандаш.

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ**

7 мин.

**🕒 Когда удобно**

7 минут за столом. Диктуйте спокойно и сверяйте фигуру с образцом — это слух, внимание и ориентация на листе.

**Как играть**

- 1 Поставьте точку старта.
- 2 Ведите линию под диктовку по клеткам.
- 3 Сверьте фигуру с образцом.

**Варианты**

- Ведите линию под диктовку по клеткам.
- Меняйтесь ролями: малыш диктует вам.
- Сверяйте фигуру с образцом.

**🟢 Признаки прогресса**

Реже ошибается в направлениях, держит линию по клеткам.

💡 Графический диктант тренирует внимание и ориентацию на листе перед школой. (А.Н. Корнев)

## 3

## Штриховка в границах фигуры

Контроль нажима

за столом

творчество

**ЦЕЛЬ**

Заштриховать фигуру ровно, не выходя за границы — контроль линии и нажима.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ**

6–7 лет — штрихует аккуратно в границах, ровным нажимом.

**ЧТО ПОНАДОБИТСЯ**

Лист с фигурами, карандаш.

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ**

7 мин.

**🕒 Когда удобно**

7 минут короткими подходами. Штрихуйте в одном направлении, держа ровный интервал и нажим, не выходя за контур.

**Как играть**

- 1 Штрихуйте в одном направлении, не выходя за контур.
- 2 Держите ровный интервал и нажим.
- 3 Усложните: мелкие фигуры.

**Варианты**

- Штрихуйте в одном направлении, не выходя за контур.
- Держите ровный интервал и нажим.
- Усложняйте: более мелкие фигуры.

**🟢 Признаки прогресса**

Не выходит за границы, штрих ровный.

💡 Аккуратная штриховка в границах — показатель зрелости контроля руки. (М.М. Безруких)

🔄 Короткие подходы.

**ЦЕЛЬ**

Обвести прописные элементы по пунктиру — подготовка к написанию букв.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ**

6–7 лет — обводит элементы, соблюдая форму и наклон.

**ЧТО ПОНАДОБИТСЯ**

Прописи с элементами по пунктиру, карандаш.

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ**

5–7 мин.

**🕒 Когда удобно**

5–7 минут короткими подходами. Обведите элемент плавно, потом повторите рядом сам; следите за наклоном и высотой.

**Как играть**

- 1 Обведите элемент по пунктиру плавно.
- 2 Повторите его рядом самостоятельно.
- 3 Следите за наклоном и высотой.

**Варианты**

- Обведите элемент по пунктиру плавно.
- Повторите его рядом самостоятельно.
- Следите за наклоном и высотой.

**🟢 Признаки прогресса**

Элементы ровнее, ближе к образцу.

💡 Обводка прописных элементов — мягкий переход к письму букв. (А.Н. Корнев)

🔄 Короткие подходы.

**ЦЕЛЬ**

Закрепить правильную посадку и захват карандаша — фундамент письма без усталости.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ**

6–7 лет — удерживает правильную посадку и захват осознанно.

**ЧТО ПОНАДОБИТСЯ**

Стол, стул по росту, карандаш (можно насадку-тренажёр).

**ДЛИТЕЛЬНОСТЬ**

5 мин, как ритуал перед занятием.

**🕒 Когда удобно**

Минута-другая как ритуал перед каждым занятием письмом. Проверьте посадку и захват до письма — это фундамент письма без усталости.

**Как играть**

- 1 Сядьте прямо, ноги на полу, тетрадь с лёгким наклоном.
- 2 Возьмите карандаш тремя пальцами, не сжимая сильно.
- 3 Проверьте посадку и захват перед каждым письмом.

**Варианты**

- Сядьте прямо, ноги на полу, тетрадь с лёгким наклоном.
- Возьмите карандаш тремя пальцами, не сжимая сильно.
- Используйте насадку-тренажёр, если захват «съезжает».

**Потешки и распевки целиком****Перед письмом**

Сели прямо, ножки вместе,  
Под наклоном лист на месте.  
Ручку правильно возьмём  
И писать сейчас начнём.

**🟢 Признаки прогресса**

Сам контролирует посадку и захват.

💡 Правильная посадка и захват снижают усталость и закрепляют почерк. (М.М. Безруких)

🔗 Мебель по росту, хорошее освещение.

⚠️ Неправильный хват к 7 годам не корректируется → к специалисту.

6–7 лет

# 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. Пишем элементы в строке

2. Графический диктант

3. Штриховка в границах фигуры

4. Обводим прописные элементы

5. Правильная посадка и захват

## Что заметили

---

---

---

---

---

# Хотите весь сборник?

В полной версии — 25 занятий на возраст 6–7 лет в таком же исполнении.

- ✓ 25 занятий вместо 5
- ✓ Строка, наклон, выносливость, графические диктанты, элементы букв
- ✓ Пошаговые инструкции, ориентиры готовности к школе и советы специалиста
- ✓ Материалы, которые есть дома



**Открыть полную версию**

<https://logopedam-i-mamam.ru/mamam/motorika/72-84m/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

открыть

6–7 лет

вы здесь



### Эта страница на сайте

<https://logopedam-i-mamam.ru/mamam/motorika/72-84m>

Наведите камеру телефона на QR-код