

Методические рекомендации для родителей:
«Развитие графомоторных навыков у детей старшего
дошкольного возраста в домашних условиях»

Подготовила:
Ковех Т.Е.

Что такое графомоторные навыки и зачем их развивать?
Графомоторные навыки — это способность контролировать движения руки при письме и рисовании, включая: координацию «глаз–рука», правильный захват карандаша, умение регулировать силу нажима, ритмичность и точность движений.

Эти навыки критически важны для успешного обучения в школе. Их развитие помогает избежать усталости при письме, повышает аккуратность и уверенность ребенка.

Подготовка условий дома

1. Организация рабочего места:

- Удобный стол и стул, соответствующие росту ребенка (ноги стоят на полу, спина прямая).
- Хорошее освещение.
- Отсутствие отвлекающих факторов (телевизор, шум).

2. Выбор инструментов:

- Треугольные карандаши или мелки для формирования правильного захвата.
- Бумага разной плотности и формата (альбомы, картон, листы А3).
- Ножницы с закругленными концами, пластилин, трафареты.

Игровые упражнения для развития навыков

1. Укрепление мелкой моторики

- Лепка из пластилина или теста: катание шариков, колбасок, создание фигурок.
- Нанизывание бусин или пуговиц на шнурок.
- Игры с песком или крупами: рисование пальцами, поиск мелких предметов.
- Наматывание нитки на катушку.

2. Подготовка руки к письму

- Обводка фигур по трафаретам или пунктирным линиям.
- Штриховка внутри контуров (вертикальные, горизонтальные, диагональные линии).
- Рисование по точкам (соединение цифр или букв в правильном порядке).
- Самомассаж (разноцветными шариками, орехами, шестигранными карандашами, приборами Су-Джок терапии). Это улучшает кровоснабжение всего организма, в частности головного мозга, способствует расслаблению. Таким образом, массаж благоприятно влияет на все функции организма, способствуя их развитию, побуждает к своевременному возникновению двигательных и речевых навыков и их совершенствованию.

3. Зрительно-моторная координация

- Лабиринты: проведение линии от начала до выхода.
- Копирование узоров (например, повторить рисунок из клеточек).
- Игры с мозаикой или конструктором (сборка по образцу).

4. Работа с ножницами

- Вырезание геометрических фигур, снежинок, аппликаций.

Рекомендации по занятиям

- Регулярность: 10–15 минут ежедневно лучше, чем час раз в неделю.
- Игровой формат: превратите упражнения в квесты («спаси принцессу, пройдя лабиринт»).
- Поощрение: хвалите за усилия, даже если результат не идеален.
- Перерывы: если ребенок устал, сделайте гимнастику для пальцев (сжать-разжать кулаки, «пройтись» пальцами по столу).

Чего избегать?

- Давление и критика: ошибки — часть обучения.
- Слишком сложные задания: начинайте с крупных фигур, постепенно уменьшая размер.
- Использование гаджетов: они не развивают моторные навыки так же эффективно, как ручные инструменты.

Когда обращаться к специалисту?

Если ребенок:

- Постоянно отказывается от занятий.
- Не может удерживать карандаш даже после тренировок.
- Сильно напрягает руку или жалуется на боль.

Развитие графомоторных навыков — постепенный процесс, требующий терпения и творческого подхода. Совмещайте упражнения с играми, поддерживайте интерес ребенка, и к школе он придет подготовленным!