



# От автора

Для развития зрительно-моторной координации, снятия мышечных зажимов и улучшения мелкой моторики в начале каждого уровня есть разминка: пальчиковая гимнастика, дыхательные, глазо-двигательные, двигательные упражнения и др.

Задания под одним номером выполняются по одинаковому принципу и с каждым уровнем становятся сложнее.

В **задании 1** предлагается заштриховать квадрат, ориентируясь на образец. Это задание направлено на снятие слабости / напряжения руки.

В **задании 2** нужно закончить строчку букв и элементов. Задание способствует развитию аккуратности, усидчивости, пространственной ориентации, умения переключаться с одной графемы на другую.

В **задании 3** необходимо изучить образец и закончить строчку с закрытыми глазами, стараясь не выходить за пределы строки. Так развивается контроль координации движений во время письма, саморегуляция, мышечная память.

В **задании 4** предлагается прописать слово, данное в образце. Задание вырабатывает красивый почерк, формирует умение соблюдать размеры строки и ориентироваться на плоскости.

В **задании 5** необходимо раскрасить картинку по образцу или по-своему, тем самым развивается цветовое восприятие и воображение.

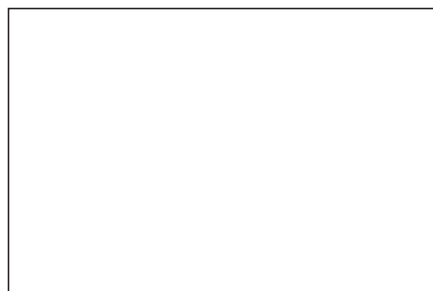
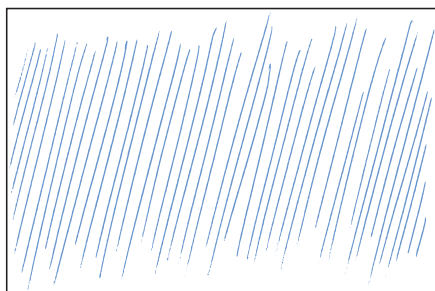
В **задании 6** нужно закончить строку по заданному темпу. Задание приучает действовать по установленным правилам, быстро писать, способствует концентрации внимания.

## УРОВЕНЬ 1

Подними вверх указательный палец правой руки. Проведи им влево-вправо. Проследи глазами за кончиком пальца, но не двигай головой. Сделай упражнение 10 раз, затем поменяй руку и проследи за указательным пальцем левой руки.



**Задание 1.** Повтори по образцу.



**Задание 2.** Закончи строчку.



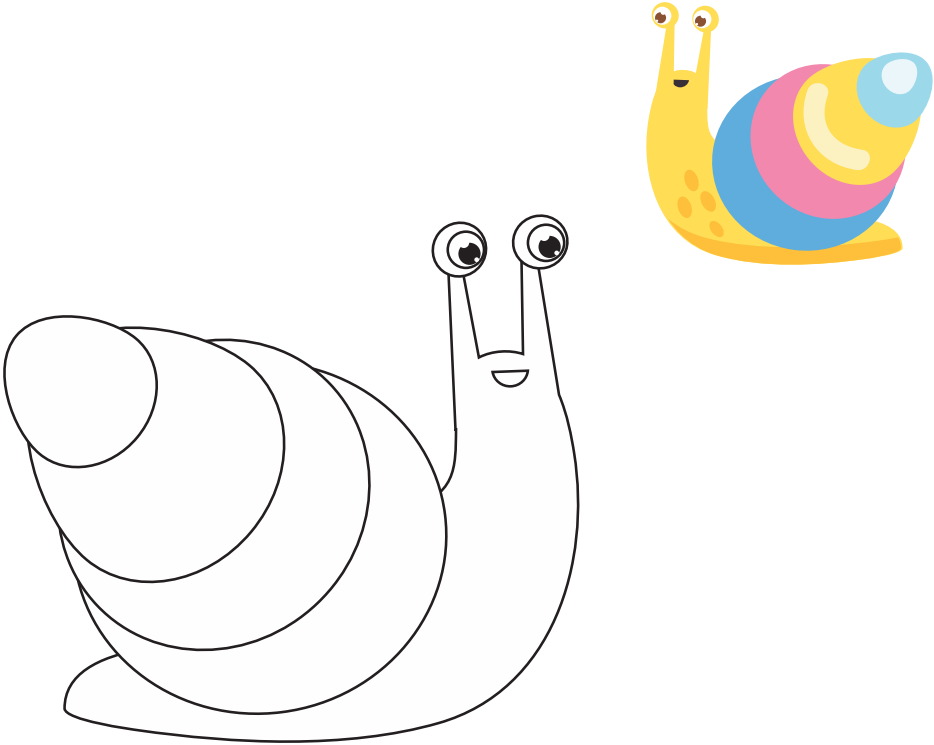
**Задание 3.** Закрой глаза и закончи строчку.



**Задание 4.** Закончи строчку.

*улитка*

**Задание 5.** Раскрась картинку.



**Задание 6.** Закончи строчки по заданному темпу.

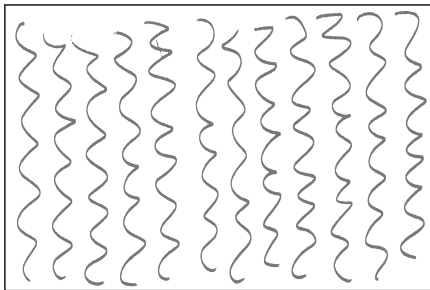
|      |        |          |        |          |
|------|--------|----------|--------|----------|
| //// |        |          |        |          |
|      | быстро | медленно | быстро | медленно |
| //// |        |          |        |          |
|      | быстро | медленно | быстро | медленно |

## УРОВЕНЬ 2

Выполни упражнение, сидя за столом. Сожми правую руку в кулак, затем разожми и поставь выпрямленную кисть руки на торец. После этого положи ладошку на стол тыльной стороной вверх. Повтори действия. Сделай упражнение 10 раз и поменяй руку.



**Задание 1.** Повтори по образцу.



**Задание 2.** Закончи строчку.



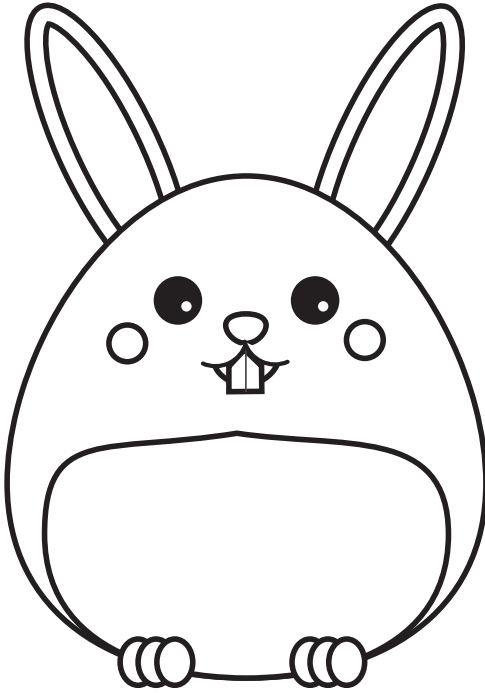
**Задание 3.** Закрой глаза и закончи строчку.



Задание 4. Закончи строчку.

*КрОЛИК*

Задание 5. Раскрась картинку.



Задание 6. Закончи строчки по заданному темпу.



быстро      медленно      быстро      медленно



быстро      медленно      быстро      медленно