Баскакова Юлия Владимировна  
Логопед, ОКБ №2, г. Тюмень

ГРАФОМОТОРИКА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Аннотация.

В статье рассматриваются особенности формирования и развития графомоторных навыков у детей и взрослых. Проанализированы нейропсихологические механизмы, влияющие на координацию мелкой моторики, а также педагогические и коррекционные подходы к её развитию. Особое внимание уделено интеграции графомоторных упражнений в образовательную и реабилитационную практику.

Ключевые слова: графомоторика, мелкая моторика, психомоторика, развитие, коррекция, обучение, реабилитация.

## Введение

Графомоторика представляет собой совокупность двигательных умений, обеспечивающих точность и согласованность движений руки при письме, рисовании и других видах деятельности, требующих тонкой моторной координации. Исследования последних десятилетий (Лурия, 1973; Бернштейн, 1990; Зинкевич-Евстигнеева, 2019) показали, что уровень развития графомоторных навыков тесно связан с когнитивными функциями, речевым развитием и академической успешностью.

## 1. Нейропсихологические основы графомоторики

Графомоторные действия формируются на базе сложной нейронной сети, включающей зоны лобной, теменной и мозжечковой коры. У детей становление моторного контроля происходит постепенно: от крупных движений к мелким. У взрослых при нарушениях ЦНС (инсульты, черепно-мозговые травмы) наблюдается частичная утрата графомоторных умений, требующая нейрореабилитации.

## 2. Развитие графомоторики у детей

Для дошкольников важен этап сенсомоторной интеграции. Игровые упражнения — штриховка, обведение контуров, лепка, рисование пальцами — стимулируют развитие мелких мышц кисти. К 6–7 годам происходит формирование графомоторного шаблона письма. Недостатки моторной координации в этом возрасте нередко приводят к дисграфии.

## 3. Графомоторика у взрослых: восстановление и развитие

В зрелом возрасте развитие графомоторики связано с профессиональной деятельностью (дизайн, черчение, каллиграфия) и когнитивной профилактикой. У лиц с неврологическими нарушениями применяются методы арт-терапии и эрготерапии, направленные на восстановление моторной координации и сенсомоторной связи.

## 4. Практические рекомендации

- Использовать упражнения на координацию обеих рук.  
- Включать задания на зрительно-моторное согласование.  
- Применять графические диктанты и моторные игры.  
- У взрослых — использовать каллиграфию и рисунок как метод медитации и когнитивной стимуляции.

## Заключение

Графомоторное развитие является важным компонентом психофизиологического становления человека. В детском возрасте оно обеспечивает готовность к обучению письму, а во взрослом — поддерживает когнитивную активность и способствует реабилитации после неврологических нарушений. Комплексный подход, включающий нейропсихологическую диагностику и педагогическую коррекцию, позволяет эффективно формировать и восстанавливать графомоторные навыки на протяжении всей жизни.

## Список литературы

1. Лурия А. Р. Основы нейропсихологии. — М.: МГУ, 1973. — 320 с.  
2. Бернштейн Н. А. О построении движений. — М.: Наука, 1990. — 255 с.  
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Арт-терапия: развитие творческих способностей. — СПб., 2019. — 240 с.  
4. Иванова Н. А. Психомоторное развитие дошкольников. — М., 2021. — 180 с.