

*Мусихина Л.Ю. – воспитатель муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Центра развития ребёнка-детского сада № 7 «Ромашка» города Новоалтайска Алтайского края*

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**

### **«Профилактика дисграфии на занятиях по физической культуре у детей старшего дошкольного возраста с ОНР»**

Ребенку за короткое время школьного обучения предстоит овладеть навыком письма. Письмо является одним из наиболее сложных, состоящих из множества операций видов высшей психической деятельности. В его обеспечении принимают участие все без исключения «этажи» головного мозга, они работают одновременно и в содружестве, внося свой уникальный вклад в структуру письма. Это объясняет такую распространенность нарушения письма у младших школьников как дисграфия и определяет необходимость в дошкольном возрасте систематически формировать психические процессы, выступающие психической базой, служащие предпосылками письма и тем самым осуществлять профилактику дисграфии.

Известно, чем богаче двигательный опыт ребенка, тем легче формируются новые двигательные навыки. Опыт ребенка, направленный на конкретное двигательное действие (письмо), успешно приобретается при выполнении специально подобранных физических упражнений. В этой связи важным становится развитие двигательного компонента письма через осуществление преемственности содержания физкультурных занятий и других видов образовательной деятельности с детьми.

Для предупреждения возникновения дисграфии у детей использовала следующие виды специально подобранных упражнений, направленных на:

- **развитие координации движений.** Существенной характеристикой письма является неумение ребенка координировать движения звеньев пишущей руки – пальцев, кисти, предплечья и плеча; неумение приспособить свои движения к непрерывно изменяющимся во время письма условиям. Все это в свою очередь является одной из основных причин нарушения графических правил. Поэтому для совершенствования у ребенка координации движений использовала упражнения с обручами (фото 1), прокатывание обручей (фото 2), прыжки с одной ноги на другую по кружкам «слалом» (фото 3), прохождение через обруч (фото 4), прокатывание обруча, упражнения из комплекса «Школа мяча» П.Ф. Лесгафта, прокатывание мяча по скамейке, подвижная игра «Удочка». (В процессе таких игр стимулируется мозжечок).
- **Ручная умелость.** Из-за слабого развития мелких мышц кисти у детей, они часто отказываются от графической деятельности, мотивируя отказ сильной усталостью руки. В этих условиях возрастает роль физкультурных занятий, которые предоставляют широкие возможности для тренировки мелких мышц

кисти. Игровой характер деятельности позволяет выполнять большое количество упражнений, непосредственно направленных на развитие мелких мышц кисти и координацию движений звеньев рук. Это прокатывание мяча по гимнастической скамейке, подвижные игры, эстафеты, собирание мелких игрушек и природного материала, серсо и многие другие. Дети при этом никогда не жалуются на усталость рук (В процессе таких игр стимулируется ствол мозга, а также теменная и лобная кора).

- **Пространственные представления.** Ориентация в пространстве начинается с различения направлений в собственном теле. В процессе физкультурных занятий больше внимание уделяю упражнениям на ориентировку в пространстве относительно собственного тела: определение правой и левой стороны, переключение с одного направления на другое в ходьбе, поворотах, гимнастических упражнениях и играх. Для развития глазомерной функции в наибольшей степени использую такие игры и упражнения, как: ходьба в колонне по 1,2,3,4, ходьба шеренгами и др. Подвижные игры: «К своим флажкам», «Ручеек», «Заплетайся плетень» и др. Ценным в данном направлении является выполнение упражнения «Заборчик», для развития пространственной ориентации (с помощью шнура), ходьба змейкой между кеглями, поставленными в один ряд, в шахматном порядке (В процессе таких игр стимулируется теменная кора).
- **Чувство ритма** – способность, которая проявляется при воспроизведении ритмически организованных элементов временного ряда. Одним из компонентов четкого каллиграфического почерка является ритмичность движений пальцев руки в процессе письма. Данное чувство успешно развиваю у своих воспитанников в процесс выполнения циклических упражнений: бег, ходьба, прыжки на месте и д.; подсчет, используемый при выполнении общеразвивающих упражнений. Провожу подвижные игры: «Мы шагаем, мы играем», «Ритмический марш», проговаривание ритмического рисунка с переключением артикуляции: па-та-ка (3 раза), ка-па-та (3 раза), ходьба на носках с проговариванием (Маме надо отдыхать, маме хочется поспать, я на цыпочках иду, маму я не разбужу), упражнения – прыжки через короткую скакалку с заданием (в быстром, в медленном темпе), прыжки через длинную скакалку и др. (В процессе таких игр стимулируется подкорковая и корковая ритмика).
- **Хочу остановиться на таком компоненте, как метрика:** она включает ловкость, соразмеренность движений, то есть развивает способность выполнять движения и действия точно с учетом размера, формы предмета, которым ребенок манипулирует, силы и точности броска, расстояния до цели (В процессе таких игр стимулируются подкорковые структуры).
- **Важной является и произвольная регуляция своей двигательной сферы,** она включает самоконтроль, произвольное торможение спонтанно возникших побуждений, их подчинение основной смысловой задаче. Например, во время письма ребенку придется многократно осуществлять самоконтроль: ту ли букву он выбрал, в том ли направлении ведет руку, для этого ему нужны навыки саморегуляции, получаемые и закрепляемые, в том числе, в специально

подобранной подвижной игре (В процессе таких игр стимулируется передне-лобная кора).

Хочу предложить вашему вниманию Варианты игр и эстафет, направленных на подготовку ребенка к овладению графикой письма.

Выше перечисленные, специально подобранные физические упражнения будут способствовать развитию координации движений, чувства ритма, метрики движений, пространственных и зрительно-пространственных представлений, моторики кисти и пальцев рук, и других процессов, которые являются необходимыми предпосылками для успешного овладения графическими навыками письма.

*Варианты игр и эстафет, направленных на подготовку ребенка к овладению графикой письма представлены в таблице 1.*

**Таблица 1**

Направления коррекции	Упражнения	Игры и эстафеты
Координация движений	<ol style="list-style-type: none"> <li>Бег наперегонки из разных исходных положений (стоя на коленях, сидя по-турецки, лежа на спине и т.п.).</li> <li>Бег с изменением направления по сигналу.</li> <li>Челночный бег с 3, 4, 5 кубиками; длина одного отрезка — 4—5 м</li> <li>Прыжки с одной ноги на другую по кружкам «слалом»</li> <li>с поворотом на 90° влево, вправо;</li> <li>с хлопком во время полета;</li> <li>с поворотом и приземлением в круг;</li> <li>с хлопком и приземлением в круг;</li> <li>с поворотом и хлопком;</li> <li>с поворотом, хлопком и приземлением в круг;</li> <li>с ловлей мяча.</li> <li>Пробегание через катящийся обруч.</li> </ol>	<p>Игры: «День и ночь», «Удочка», «Охотники и утки», «Охотник и зайцы», «Змейка», «Сбей кеглю», «Не пора ли пробежаться и местами поменяться», «Лиса и гуси», «Птицы в гнездах»</p> <p>«Вокруг домика хожу», «Два поезда» и др.</p> <p>Эстафеты: «Перемени предмет», «Хоккеисты», «Футбольная», «Самый ловкий», «Передай мяч», «Посадка картошки».</p>
Упражнения на развитие ловкости, соразмерности движений	<ol style="list-style-type: none"> <li>Балансирование гимнастической палкой на ладони правой и левой руки.</li> <li>Прокатывание мяча в воротики.</li> <li>Прокатывание мяча по гимнастической скамейке.</li> <li>Броски мяча в горизонтальную корзину.</li> <li>Метания в вертикальную цель.</li> <li>Набрасывание колец.</li> <li>Метания малого мяча по движущейся цели (обруч, большой мяч)</li> <li>Полоса препятствий.</li> </ol>	<p>«Мяч с горки», «Прокати мяч», «Мяч ко мне», «Прокати до стены», «Мяч в коридоре», «Не урони мяч» и др.</p>
Пространственные представления	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба спиной вперед.</li> <li>Ходьба до заданной точки с закрытыми глазами.</li> <li>Ходьба с закрытыми глазами по кругу.</li> <li>Ходьба шеренгами по 5—6 человек.</li> </ol>	<p>Игры: «Найди свое место», «К своим флажкам», «Следопыт», «Пары», «Врозь и вместе».</p>
Чувство ритма	<ol style="list-style-type: none"> <li>Ходьба под счет, под бубен, под метроном с изменением темпа.</li> <li>Ходьба с хлопками на заданный счет.</li> </ol>	<p>Игры: «Мы шагаем, мы играем», «Ритмический марш»</p> <p>Эстафеты: «Зебра», с</p>

	3.Ходьба в соответствии с заданным ритмическим рисунком.	гимнастическими палками (для составления фигур), с обручами «цветок», «солнышко», с кубиками (для составления пирамид), «найди цифре место» с цветными кубиками для составления ряда цифр.
--	--	--

**Список используемой литературы:**

1. Крупенчук О.И. Воробьева Т.А. Мяч и речь. - СПб,2003.
2. Парамонова Л.Т. Предупреждение и устранение дисграфии у детей. – СПб, 2001.
3. Филипова С.О. Подготовка дошкольников к обучению письму. Влияние специальных физических упражнений на эффективность формирования графических навыков: Методическое пособие. – СБб.6 ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004.



Фото 1. Упражнение с обручами



Фото 2. Прокатывание обруча



Фото 3. Прыжки с одной ноги на другую по кружкам «слалом»



Фото 4. Прохождение через обруч



Фото 5. Подвижная игра «Удочка»



Фото 6. Прыжки через скакалку



Фото 7. Подвижная игра «К своим флажкам»



Фото 8. Подвижная игра «Заплетайся плетень»



Фото 9. Ритмический марш



Фото 10. Прокатывание мяча по гимнастической скамейке