

Консультация для родителей дошкольников с ТНР: «Упражнения по формированию кинетической основы двигательного акта письма»

Автор: учитель-логопед Гетта О.Г.

Цель консультации: познакомить родителей с простыми и эффективными упражнениями, которые помогут подготовить руку ребёнка с ТНР к письму — развить мелкую моторику, координацию движений и зрительно-моторную координацию.

У детей с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) часто наблюдаются трудности с мелкой моторикой и координацией движений. Формирование кинетической основы письма — это подготовка мышц руки, развитие плавности и точности движений, необходимых для написания букв. Регулярные упражнения помогут: укрепить мышцы кисти и пальцев; улучшить координацию «глаз — рука»; развить чувство ритма и плавность движений; снизить утомляемость при письме в школе; повысить уверенность ребёнка в своих силах.

Я, как учитель-логопед, хочу поделиться с вами комплексом упражнений, которые помогут подготовить руку вашего ребёнка с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР) к письму. Заниматься лучше в игровой форме 2–3 раза в неделю по 10–15 минут. Начинайте с простых заданий и постепенно их усложняйте, хвалите ребёнка за старания — так вы поддержите его интерес и мотивацию. Также важно следить за правильной посадкой и положением руки во время графических упражнений.

Начните с развития общей моторики и координации: пусть ребёнок марширует на месте с высоким подниманием коленей и поочерёдным поднятием рук, играет с мячом (перебрасывает, ловит, прокатывает по полу или наклонной поверхности), ходит по линии, канату или специально выложенным следам — это развивает чувство равновесия и общую координацию.

Затем переходите к упражнениям для кистей и пальцев: сжиманию и разжиманию мягких игрушек-антистресс или резиновых мячиков, перекачиванию между ладонями массажных шариков разного размера. Попробуйте пальчиковую гимнастику с короткими стишками («Сорока-белобока», «Этот пальчик — дедушка»), вращение большими пальцами друг вокруг друга («фонарики») или поочерёдное соединение всех пальцев с большим («приветствие пальчиков»).

Для развития мелкой моторики предложите ребёнку нанизывать бусины или пуговицы на нитку, застёгивать и расстёгивать пуговицы, кнопки, молнии, шнуровать специальные доски или обувь. Лепка из пластилина, глины или солёного теста (раскатывание, скатывание, сплющивание) и сортировка мелких предметов (фасоли, пуговиц, камешков) по цветам или размерам тоже отлично подойдут.

Графические упражнения помогут отработать нужные движения: обводите вместе с ребёнком пунктирные линии, трафареты и контуры,

штрихуйте в разных направлениях (вертикально, горизонтально, наклонно), не выходя за границы фигуры. Рисуйте «дорожки», плавные линии, спирали и волны без отрыва карандаша от бумаги. Пробуйте графические диктанты по клеточкам (вы диктуете направление и количество клеток, а ребёнок рисует узор) и дорисовывание симметричной половины рисунка.

Игры на зрительно-моторную координацию закрепят результат: например, «Попади в точку» (нужно после подъёма руки на 10–15 см точно попасть карандашом в поставленную на листе точку), «Парашютисты» (провести прямые линии сверху вниз от точек-«парашютистов» к «местам приземления» — кругам внизу листа) или «Дорога к дому» (провести линию по извилистой дорожке, не выходя за края). Также полезно копировать простые узоры и геометрические фигуры.

В повседневную жизнь можно включать и другие полезные задания: пусть ребёнок помогает накрывать на стол, раскладывать салфетки или бельё, собирает на прогулке камешки, шишки и листья — потом их можно сортировать или выкладывать узоры. Чередуйте письменные и двигательные задания, чтобы снизить утомляемость, и ведите «Дневник успехов»: отмечайте достижения ребёнка, фотографируйте лучшие работы — это поддержит его уверенность в себе.

Помните: при первых признаках усталости нужно сделать перерыв или переключиться на более лёгкое задание. Регулярное выполнение этих упражнений в игровой форме поможет сформировать прочную кинетическую основу для будущего письма и сделает переход к школьному обучению более плавным и успешным.