**Влияние физических упражнений**

**на формирование графических навыков у дошкольников.**

Проблема обучения дошкольников графическим навыкам письма занимает особое место в системе подготовки к обучению в школе. Это связано с тем, что для большинства детей самым сложным предметом в начальной школе является письмо.

Особое значение данная проблема приобретает в отношении детей с нарушениями речи.

Недостаточное развитие мелкой моторики, плохая координация движений, недостаточность самоконтроля, пространственно-временной ориентировки у детей с общим недоразвитием речи может служить причиной моторной и оптической дисграфии. Поэтому в дошкольном возрасте важно развить механизмы, необходимые для овладения письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта. Этим объясняется актуальность данной консультации, цель которой описать наиболее эффективные физические упражнения, влияющие на формирование графики письма.

Процесс овладения навыком письма подчиняется закономерностям формирования любого двигательного навыка (трудового, спортивного и т.п.). В связи с этим развитие двигательного компонента письма на дошкольном этапе играет очень важную роль. Чем богаче двигательный опыт ребенка, тем легче формируются двигательные навыки. Этот опыт, направленный на конкретное двигательное действие (письмо) может успешно приобретаться при выполнении физических упражнений.

По мнению А.В. Антроповой, А.В. Кенеман, М.М. Кольцовой, Т.С. Комаровой, С.О. Филипповой для успешного овладения графикой письма необходимо развитие координации движений, пространственных представлений, чувства ритма и мелкой моторики.

Развитию координации движений, мелкой моторики и развитию ориентировке в пространстве способствует применение различных физических упражнений.

* **“Разноцветные мячики”.**

**Цель:** закрепление дифференциации гласных и согласных звуков, развитие ловкости, координации движений.

**Оборудование:** мячи красного и синего цвета.

Дети стоят в кругу. Инструктор бросает ребенку синий или красный мяч. Если ребенок ловит синий мяч, то он называет согласный звук, если красный, то гласный.

* **«Человечки-схемы”.**

**Цель:** развивать умение понимать схематическое изображение позы человека, развивать точность движений.Изобразить такое же движение, что и человечек на рисунке.

* **“Перейди болото”.**

**Цель:** развитие фонематического слуха, координации движений.

**Оборудование:** плоские “кочки”, вырезанные из картона.

Дети по очереди переходят болото, наступают на каждую кочку, произнося при этом слоги: са-за-са. Данное упражнение способствует не только развитию координации движений, но и развивает фонематический слух.

Широко используются для развития координации движений игры с мячом:

* **“Доскажи словечко”.**

**Цель:** развитие слогового анализа, четкости и точности движений.

**Оборудование:** мячи красного и синего цвета.

Инструктор бросает ребенку мяч и называет первый слог, ребенок возвращает мяч и заканчивает слово нужным слогом.

* **“Справа, слева, впереди в обруч точно попади”**.

**Цель:** закрепление умения ориентирования (справа, слева), развитие моторики.

**Оборудование:** 2 обруча, мяч.

Дети выполняют следующие задания: стукни 3 раза мячом в правый обруч, 4 раза в левый, 2 раза перед собой.

* **Упражнение “Регулировщик”**.

**Цель:** развитие чувства ритма, зрительно-пространственных представлений

Выполняется под музыку с четким ритмом. Правая рука в сторону, левая в сторону, правая – вверх, левая – вверх. Затем обе руки вперед и вниз.

* **Упражнение “Лодочка”.**

**Цель:** развитие чувства ритма, зрительно-пространственных представлений.

Дети сидят друг за другом, ноги на ширине плеч, руки на плечах.

Динь-дон, динь-дон,
Мы на лодочке плывем
Ветер по морю гуляет,
Ветер лодочку качает
Вправо лодочку качает,

Влево лодочку качает
Динь-дон, динь-дон,
Дружно к берегу гребем,
Вправо к берегу гребем
Влево к берегу гребем
К берегу пристала лодка
Мы на берег прыгнем ловко.

**Речевая подвижная игра “Зимой”.**

Импровизация движений.

**Цель:** развитие мелкой моторики, четкости и точности движений.

Мы зимой в снежки играем, мы играем, мы играем.
По сугробам мы шагаем, мы шагаем, мы шагаем.
И на лыжах мы бежим, мы бежим, мы бежим.
На коньках по льду летим, мы летим, мы летим.
И снегурку лепим мы, лепим мы, лепим мы.
Гостью зиму любим мы, любим мы, любим мы.