

**РУБРИКА «СТРАНИЧКА ДЕФЕКТОЛОГА»**

**Уважаемые родители!**  
**Предлагаем Вашему вниманию**  
**консультацию**  
**«Психомоторное развитие ребёнка**  
**шестого года жизни»**

В данной консультации Вы познакомитесь с термином «Психомоторное развитие», а также комплексом игр и упражнений для самостоятельного использования в домашних условиях

С уважением учитель – дефектолог:

Ляхова Е.О.

Дошкольный период характеризуется значительными преобразованиями в деятельности всех физиологических систем организма, а старший дошкольный возраст считается одним из критических этапов развития ребенка, от которого во многом зависит вся его последующая жизнь.

Движение – естественная биологическая потребность детей. Двигательная функция есть результат совместной работы различных мозговых звеньев функциональной системы. Выпадение или дисфункция любого из них приводит к нарушению функционирования системы в целом. Проблема психомоторного развития ребенка принадлежит к наиболее значимых в современной психологии. Это закономерно, поскольку на первых этапах развития психики и моторики находятся в неразрывном единстве.

Психомоторное развитие ребенка является базовым уровнем для его дальнейшего психического развития – познавательного, эмоционального, социального – которое, в свою очередь, обуславливает успешное обучение в школе и формировании учебных навыков.

Ребенок шестого года жизни отличается хорошим психомоторным развитием. Он чрезвычайно вынослив и может совершать довольно длительные прогулки, во время которых получает много новых интересных впечатлений, и таким образом, его знания об окружающем мире значительно расширяются.

Более совершенной становится крупная моторика: ребенок хорошо бегают на носках, прыгает через веревочку, попеременно на одной ноге и другой ноге, катается на двухколесном велосипеде, на коньках. Появляются сложные движения: может пройти по неширокой скамейке, и при этом даже перешагнуть через небольшое препятствие; умеет отбивать мяч о землю одной рукой несколько раз подряд. Активно формируется осанка детей, правильная манера держаться. Развиваются выносливость (способность достаточно длительное время заниматься физическими упражнениями) и силовые качества (способность применения ребенком небольших усилий на протяжении достаточно длительного времени).

Все совершеннее становится его ручная умелость, он проявляет удивительную ловкость при выполнении различных действий. Ребенок овладевает координацией мелких движений рук и зрительного контроля. Ловкость и развитие мелкой моторики проявляется в более высокой степени самостоятельности ребенка при самообслуживании: дети практически не нуждаются в помощи взрослого, когда одеваются и обуваются. Некоторые из них могут обращаться со шнурками – продевать их в ботинок и завязывать бантиком.

Развитость тонкой моторики – основной показатель готовности к усвоению письма, чтения, правильной речи и интеллекта в целом: руки, голова и язык связаны одной ниточкой и любые нарушения в этой цепи приводят к отставанию.

Поэтому нормально развивающийся ребенок шести лет должен уметь и любить рисовать, лепить, вырезать ножницами, пользоваться иглой, разными природными материалами и т. д.

Таким образом, чем подвижнее и координированнее ребенок, тем больше оснований говорить о его нормальном психомоторном развитии. В дошкольном детстве должен настораживать мало двигающийся ребенок, а подвижный ребенок, неудобный и доставляющий много хлопот, более полноценно развивается. Многие родители, стараясь вырастить из своего ребенка вундеркинда, совершенно напрасно заменяют психомоторное развитие преждевременным формированием учебных навыков (чтение, письмо, счет, что, в свою очередь, может привести к дизонтогенезу (*нарушению развития*)). Когда ребенок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикулярных органов: губ, языка, нижней челюсти и т. д.

### **Игры и упражнения на развитие координации движений**

#### *Игры с рисованием*

Если у ребенка плохо развита мелкая моторика и ему трудно обучаться письму - то можно поиграть в игры с рисованием. Скажем, обводить наперегонки квадратики или кружочки или продвигаться по нарисованному заранее лабиринту (наиболее интересно, когда ребенок рисует лабиринт для родителя, а родитель - для ребенка. И каждый старается нарисовать позапутаннее). Сейчас в продаже есть много разных трафаретов всевозможных геометрических фигур, животных, но, в принципе, их легко изготовить и самим.

#### *Игры с предметами домашнего обихода*

Достоинством приведенных ниже игр на развитие мелкой моторики у детей является то, что для их проведения не требуются какие-то специальных игрушки, пособия и т. п. В играх используются подручные материалы, которые есть в любом доме: прищепки, пуговицы, бусинки, крупа и т. д.

1. Возьмите яркий поднос. Тонким равномерным слоем рассыпьте по подносу любую мелкую крупу. Проведите пальчиком ребенка по крупе. Получится яркая контрастная линия. Позвольте малышу самому нарисовать несколько хаотических линий. Затем попробуйте вместе нарисовать какие-нибудь предметы (забор, дождик, волны, буквы и т. д.

2. Подберите пуговицы разного цвета и размера. Сначала выложите рисунок сами, затем попросите малыша сделать то же самостоятельно. После того, как ребенок научится выполнять задание без вашей помощи, предложите ему придумывать свои варианты рисунков. Из пуговичной мозаики можно выложить неваляшку, бабочку, снеговика, мячики, бусы и т. д.

3. Дайте ребенку круглую щетку для волос. Ребенок катает щетку между ладонями, приговаривая:

"У сосны, у пихты, елки

Очень колкие иголки.

Но еще сильнее, чем ельник,

Вас уколёт можжевельник".

4. Насыпаем горох на блюдце. Ребенок большим и указательным пальцами берет горошину и удерживает ее остальными пальцами (как при сборе ягод, потом берет следующую горошину, потом еще и еще - так набирает целую горсть. Можно делать это одной или двумя руками.

5. Две пробки от пластиковых бутылок кладем на столе резьбой вверх. Это - "лыжи". Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на "лыжах", делая по шагу на каждый ударный слог:

"Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,

Мы любим забавы холодной зимы".

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно.

6. Ребенок собирает спички (или *счетные палочки*) одними и теми же пальцами разных рук: двумя указательными, двумя средними и т. д.

7. Бельевой прищепкой (*проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой*) поочередно "кусаем" ногтевые фаланги (*от указательного к мизинцу и обратно*) на ударные слоги стиха:

"Сильно кусает котенок-глупыш,

Он думает, это не палец, амышь. (*Смена рук.*)

Но я же играю с тобою, малыш,

А будешь кусаться, скажу тебе: "Кыш!".

### **Упражнения, направленные на регуляцию мышечного тонуса**

Общий принцип этих упражнений - сильное напряжение мышц с последующим их расслаблением.

1. "Лодочка". Ребенок ложится на спину, вытягивая руки над головой. По команде одновременно поднимает прямые ноги, руки и голову. Поза держится максимально долго. Затем выполняется аналогичное упражнение, лежа на животе.

2. Исходное положение - лежа на спине, ноги вместе, руки по швам. Голова приподнимается над полом так, чтобы ребенок видел пальцы ног. Поза удерживается максимально долго.

3. И. п. - лежа на животе, руки за головой, локти разведены в стороны. Приподнимается верхняя часть туловища, ноги лежат на полу.

4. "Снеговик". Исходное положение - стоя. Детям предлагается представить, что они - только что слепленный снеговик. Тело должно быть сильно напряжено, как замерзший снег. Ведущий может попробовать "снеговика" на прочность, слегка подталкивая его с разных сторон. Потом снеговик должен постепенно растаять, превратившись в лужицу. Сначала "тает" голова, затем плечи, руки, спина, ноги. Затем предлагается вариант "растаять", начиная с ног.

5. "Дерево". Ребенок сидит на корточках, голова спрятана в колени, колени обхватываются руками. Это семечко, которое, постепенно прорастая, превращается в дерево. Дети очень медленно поднимаются на ноги, выпрямляют туловище, вытягивают руки вверх. Тело напряжено, "дерево тянется к солнышку". От сильного порыва ветра "дерево" должно сломаться. Ребенок резко сгибается в талии, расслабляя верхнюю часть туловища, руки и голову, в то время как нижняя часть туловища должна остаться напряженной и неподвижной.

6. Ребенок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, ступни на полу, руки вытянуты вдоль туловища. В течение минуты ноги бегут, сильно топая по полу, верхняя часть туловища и голова остаются неподвижными. После выполнения упражнения ребенок лежит расслабившись с закрытыми глазами. Ведущий может провести сеанс релаксации.

### **Упражнения на развитие крупной моторики**

1. "Бревнышко". Из положения лежа на спине (*ноги вместе, руки вытянуты над головой*) перекатываться по несколько раз сначала в одну, затем в другую сторону.

2. "Колобок". Лежа на спине, подтянуть колени к груди, обхватить их руками, голову подтянуть к коленям. В таком положении перекатиться несколько раз сначала в одну, затем в другую сторону.

3. "Письмо в воздухе". И. п. - лежа на спине, руки вытянуты вперед перед грудью. Одновременно (*в одну сторону*) руки в воздухе "прописывают" буквы, цифры, а также целые слова. Этот же прием применяется при коррекции письма - при пропуске букв, их заменах, "зеркальном" написании и других ошибках. При этом вначале педагог может вместе с ребенком выполнять необходимые упражнения, взяв его ладони в свои.

4. Рисование на доске, листе бумаги одновременно двумя руками. Обе руки сначала двигаются в одну сторону, затем в противоположные. Сначала ребенок рисует прямые линии - вертикальные, горизонтальные, наклонные, перпендикулярные; затем разнообразные круги, овалы, треугольники, квадраты.