



РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Шмелькова Анастасия Александровна

воспитатель

Муниципальное автономное образовательное учреждение № 20

«Детский сад комбинированного вида»,

Иркутская область, Нижнеилимский район, рабочий посёлок Видим

Аннотация. Как правило, у детей с ограниченными возможностями здоровья нарушена крупная и мелкая моторика, координация движений. Плавность, точность и ритмичность движений прослеживаются не всегда, в телесном и окружающем пространстве дети ориентируются с трудом.

Подвижная игра - первостепенная задача является укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, полноценное формирование двигательной баз. Особое внимание необходимо уделить развитию физических качеств детей.

Для детей дошкольного возраста с ЗПР является характерным нарушение в сформированности такого физического качества как общая выносливость организма;

Свойственны нарушения в сформированности скоростных способностей;

Является характерным более низкий уровень сформированности гибкости;

Является закономерным нарушение в сформированности всех проявлений координационных способностей.

Инструментом, помогающим решать эту проблему, является игра. Грамотный педагог, понимающий значение игры и применяющий её в работе, должен владеть методикой игры. Руководитель коллективом играющих, должен решать образовательные задачи и осуществлять воспитательное влияние в процессе организации и проведения игры.[7.с.21]

Так же в игровом методе моделируются активные межличностные и межгрупповые отношения, которые построены как на сотрудничестве, так и на соперничестве.

Игровой метод в большей мере используется для совершенствования двигательной деятельности в усложнённых условиях. В наибольшей мере он позволяет совершенствовать ловкость, находчивость, быстроту ориентировки, самостоятельность и т.д. В руках умелого педагога он служит так же методом воспитания коллектива и личности воспитанников.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста игровой метод используется как ведущий, поскольку соответствует особенностям психического их развития.



Представляю вашему вниманию сообщение из личного опыта, какие подвижные игры используются мною в работе с детьми ЗПР.[2.с.16]

Игра №1 «Веселые обручи» На полу лежат обручи, а рядом с каждым обручем лежит карточка на каждой изображено разное упражнение (присесть, попрыгать, хлопать по коленям и т.д.). Задача: прыгнуть в обруч, внимательно посмотреть задание, выполнить его, правильно. И так, в каждом обруче.

И как результат - умение учащихся самостоятельно осваивать двигательные действия, активное участие в учебном процессе, возникающее у них желание заниматься самостоятельно. Дети приучаются думать, анализировать, оперировать полученными знаниями и умениями.

Игра №2 «Поймай мячик»

Взрослый катит маленький мяч ребенку, задача поймать мячик стаканчиком, сверху поставив его на движущуюся цель. Игра, в которую можно легко играть и дома. Развивает внимание, скорость реакции, координацию глаз-рук. Как можно усложнить - увеличивать скорость броска мяча, ловить два мяча двумя руками, по команде говорить, какой рукой ловить мяч «Лови правой, лови левой».

Игра №3

Нагрузить и сконцентрировать ребёнка можно не только активными аэробными или силовыми упражнениями, но и работой с балансом и вниманием в самом спокойном темпе.

Задание: Перенести палочку из конусов в другие конусы, двигаясь по бревну. Но для начало, привыкнуть к бревну, без усложнений. На первых этапах, обязательно нужна помощь взрослого, далее ребенок делает самостоятельно, а потом можно усложнить.

Игра №4

Задание проползти по матам с высокой скоростью и катить мяч перед собой. Полосы препятствий, очень нравятся детям. Их можно делать более сложное и на скорость, но маленькие кусочки большой полосы препятствий изучаются в медленном темпе, вместе с педагогом, а потом их можно соединить.

Игра №5

Прокатить мяч по линии на стене, она может быть разной, волной, квадратом т.д. Также она может быть на полу. Это очень сложное упражнение, детям не хватает сил в руках. Терпения, и зрительного ориентира.

Игра №6 «Зеркало»

Ребенок повторяет упражнения, сидя напротив педагога. Здесь мы задействовали конусы. Отработали простые движения. Можно потом перейти на сложные и увеличить темп, а конусы заменить на другой инвентарь.

Что здесь развиваем:



1. Пересечение средней линии - перекресты, ориентирование в теле
2. Ориентирование во внешнем поле выше горизонтали, вне поля зрения - можем работать над головой, за спиной, с предметами и без.
3. Чувство рук и ног руки выпрямляются в разных плоскостях, ноги могут работать одновременно и асинхронно, с предметами и без, изолированное управление стопами [3.с.67]

Внешними проявлениями утомления детей с ЗПР является учащение отвлечений, потеря интереса и внимания, ослабление памяти, нарушение поведения, снижение работоспособности. Первые признаки утомления служат сигналом к выполнению физкультминуток. При этом упражнения должны быть разнообразны, так как однообразие снижает интерес к ним, а, следовательно, их результативность. [4.с.38]

Не забываем про динамические паузы, которые выполняют следующие функции:

1. Релаксационную – снимают напряжение, вызванное негативными эмоциями, перегрузками мышц, нервной системы, мозга;
2. Коммуникативную – объединяет детей в группы, способствует их сотрудничеству, взаимодействию между собой;
3. Воспитательную – формирует моральные и нравственные качества
4. Обучающую – давать новые знания, умения, навыки, и закреплять их
5. Развивающую – развивает речь, внимание, память, мышление – возникшие психологические процессы
6. Коррекционную – «исправлять» эмоциональные, поведенческие и другие проблемы ребенка.
7. Профилактическую – предупреждают появления психологических заболеваний. [6.с.12]

А в завершение, мне хотелось бы отметить три важных правила, для эффективных занятий с ребенком:

- Чувствуй своего воспитанника, будь для него наставником и надежной опорой.
- Ведите себя спокойно, уважительно, следите за речью.
- Работайте в тандеме в течение всего педагогического процесса, как с педагогами, так и с родителями.

Список Литературы:

1. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технология обучения и воспитания детей с нарушениями опорнодвигательного аппарата: Учебное пособие для студентов
2. Баенская Е.Р. Помощь в воспитании ребенка с особенностями психического развития // Альманах Института коррекционной педагогики РАО. - 2000. – Вып. педагогических



учебных заведениях. - М.:Академия, 2001.

3. Эльконин Д.Б. «Психология игры». - М.: Просвещение, 2000.
4. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Под Ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2001.
5. Шапкова Л. В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / Под ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт., 2001.
6. Борякова Н.Ю. Формирование предпосылок к школьному обучению у детей с задержкой психического развития, - М., 2003.
7. Бутко Г.А. Особенности формирования двигательной сферы дошкольников с задержкой психического развития. // Коррекционная педагогика, № 2. 2003.