Коррекционная направленность физкультурных занятий.

 В настоящее время имеет место быть проблема состояния здоровья детей дошкольного возраста. За последние годы возросло число дошкольников 5-6 лет, имеющих различные

 нарушения нервно-психического развития. Эти неблагоприятные процессы в значительной степени связаны с неудовлетворительным состоянием окружающей среды, деформацией семейных отношений, недостатками в работе лечебно-профилактических учреждений и др.

 Понятие «задержка психического развития» употребляется по отношению к детям со слабовыраженной органической недостаточностью центральной нервной системы. У этих детей нет специфических нарушений слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, тяжелых нарушений речи, они не являются умственно отсталыми. В то же время у большинства из них наблюдается полиморфная клиническая симптоматика: незрелость сложных форм поведения, целенаправленность деятельности на фоне быстрой истощаемости, нарушение работоспособности, эмоциональной деятельности, энцефалопатические расстройства. Нарушение познавательной деятельности у таких детей связано с органическим поражением коры головного мозга. При этом нарушении страдает не только интеллект, но и эмоции, воля, поведение и физическое развитие.

 Следствием органического поражения является:

-нарушение ощущения, восприятия, представления, а также памяти, внимания, мышления;

-общее недоразвитие речи, бедный словарный запас, ограничивающий возможность общения;

-низкий уровень знаний об окружающем мире;

-отставание физического развития-диспропорции частей тела, отставание в длине и массе тела, нарушение осанки, плоскостопие;

 -нарушение в формировании основных движений, характеризующихся излишней напряженностью, скованностью, угловатостью;

-нарушение в развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости ( наибольшее отставание отмечается в координации движений, их ритмичности, способности ориентироваться в пространстве, сохранении равновесия );

-быстрая утомляемость из-за несовершенства нервной, сердечно-сосудистой систем.

 Однако, несмотря на многочисленные отклонения дети с задержкой психического развития способны к обучению и развитию, показывая огромный скачок на ступень «норма».

 Все это и определяет актуальность разработки содержания и методики проведения физкультурных занятий с данной категорией детей.

 Педагогические методы и приемы работы носят коррекционно-развивающий характер и направлены на максимальное преодоление выше перечисленных нарушений в развитии с ориентировкой на положительные возможности ребенка. Наиболее адекватной формой преодоления и компенсации указанных недостатков является двигательная активность.

 Известно, что дети с задержкой имеют разные физические возможности и характеризуются большой подвижностью, высокой реактивностью, неуравновешенностью. Движения их резки, быстры, часто бесцельны. Как правило, они хорошо выполняют простые упражнения, но избегают движений, требующих точности, сосредоточенности, сдержанности. Среди детей с ЗПР встречаются дети и с малой двигательной активностью, они вялы, пассивны, быстро утомляются.

 Учитывая психофизические особенности детей с ЗПР, длительность физкультурных занятий не превышает 15-25 минут в зависимости от возраста. Физкультурные занятия с детьми данной категории включают в себя специальные коррекционные упражнения для развития памяти, внимания, речи, также упражнения для развития общей и тонкой моторики, функции равновесия, ориентировки в пространстве, зрительно-опорной координации движений.

 В процессе коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста, имеющими ту или иную форму ЗПР, на физкультурных занятиях следует использовать подвижные игры и спортивные упражнения, упражнения с речетативами ( логоритмика ), данстерапию, ритмопластику, психогимнастику, релаксацию, пальчиковую гимнастику. Для детей с ЗПР рекомендуют интегрированные физкультурные занятия, то есть такие, на которых решаются задачи физического воспитания и других разделов программы воспитания и обучения в д/у( математическое развитие, познавательное развитие, сенсорное развитие, развитие речи).

 Подвижные игры.

Для выполнения коррекционных задач очень важно использовать подвижные игры. Характер игры, ее содержание должны быть разнообразны. Это может быть сюжетная игра или игра-инсценировка. Возможно проведение бессюжетных игр, игр с предметами. Нормализуя моторную функцию ребенка, игра помогает решить и ряд других коррекционно-воспитательных задач: повышает активность, развивает подражательность, формирует игровые навыки, совершенствует речь, поощряет творческую активность детей. Подвижные игры одновременно помогают успешному формированию речи, способствуют развитию ритма, гармоничности движений, положительно влияют на психологическое состояние детей. В подвижных играх используется согласование речи с движением.

Например: подвижные игры: «Медведь», «Разноцветный мячик», «Как у курочки -хохлатки» , «угадай чей голосок» и др.

Упражнения с речетативами ( логоритмика ).

 При коррекции дефектов речи у дошкольников с ЗПР необходимо включать в работу максимальное количество анализаторов - слуховой, зрительный, кинестетический, рече-двигательный (С. Г. Шевченко, 1998). Соответствующие условия можно создавать и на физкультурных занятиях. В процессе выполнения различных разновидностей ходьбы и бега, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр детям предлагаются задания для закрепления и активизации звуков на основе хорошо знакомых стихов, песенок, потешек, считалок. При выполнении упражнений дети одновременно проговаривают речетатив.

 Например: Во время выполнения ходьбы с высоким подниманием колен ( дети-лошадки ) можно использовать речетатив: «Цок-цок! Конь живой, с настоящей головой.

 С настоящей гривой. Вот какой красивый!».

 Во время бега речетатив «Самолет» : «Самолет летит, летит, смелый летчик в нем сидит»

 В комплексе ОРУ, например: в упражнении на равновесие, речетатив: «Солдатик».

«На одной ноге постой-ка,

Будто ты солдатик стойкий,

Ну, смелее подними

Да гляди - не упади.

 А сейчас постой на левой,

Если ты солдатик смелый,

Ну, смелее подними,

Да гляди – не упади.

 В подвижных играх при выборе водящих используются считалки. Например:

Белый снег,

Белый мел,

Белый заяц

Тоже бел.

А вот белка

Не бела,

Белой даже не была.

Занятия с элементами логоритмики осуществляются в контакте с логопедом.

 Данстерапия (танцевальная терапия).

Данстерапия для дошкольников с ЗПР предполагает осуществление спонтанного танцевального действия, что способствует выработке свободы и выразительности движений, развивает общую подвижность и повышает физические и психические возможности организма детей.

 Однако, следует учитывать, чем меньше двигательный опыт у детей, чем меньшим запасом они обладают, тем сложнее им выполнить задание «Двигайся, как хочешь», поэтому следует проводить предварительную подготовку, объясняя и показывая детям варианты движений, которые они в дальнейшем могут творчески преобразовывать. Например: упражнения с ленточками, султанчиками. Для повышения эффективности работы можно предлагать игровые сюжеты свободного танца, например: «Насекомые», «Лягушата».

Данстерапию можно использовать в заключительной части занятия.

 Ритмопластика.

Музыка, игра и разнообразие движений создают благоприятные условия для формирования двигательных, психомоторных функций и развития умственной сферы дошкольников с ЗПР.

 Во время движений под музыку регулируются процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе. активизируются память и внимание, нормализуются эмоционально - волевые процессы.

 На физкультурных занятиях с элементами ритмопластики проводятся комплексы ОРУ, выполняемые поточно в соответствии с темпом и ритмом музыки. Для развития у детей интереса и восприятия как законченного «художественно - смыслового образа», комплексы могут носить сюжетно - игровой характер: «Ковбои», «Русский лирический» и т. д.

Психогимнастика.

 При использовании элементов психогимнастики на физкультурных занятиях осуществляется эмоциональный, коммуникативный и поведенческий тренинг детей.

 используются игры на развитие внимания: «Будь внимателен», «Четыре стихии», памяти «Найди свое место», игры на преодоление двигательного автоматизма «Замри», подвижные игры «Лисонька, где ты?», «Белые медведи», этюды на тренировку отдельных групп мышц «Шалтай- болтай», «Насос» и др.

 Центральным звеном этой формы является создание образа ( «Гномики», «Водители», «Циркачи» ), находясь в котором ребенок через движение показывает его характер, настроение. Такие упражнения помогают формировать у детей дошкольного возраста возможность управлять своими эмоциями и действиями; умение моделировать

и приводить свои мысли и чувства, желания и возможности; способности поддерживать

гармонию душевного и физического состояния.

 Релаксация - позволяет успокоить, снять мышечное и эмоциональное напряжение.

Во время релаксации дети учатся напрягать и расслаблять отдельные группы мышц, чувствовать разницу между напряжением и расслаблением, произвольно управлять своим телом и эмоциями. Релаксацию можно проводить как вводной части занятия, так и

в заключительной. Например: «Корабль и ветер» - цель этой игры: настроить группу на рабочий лад. « Винт» - цель: снятие мышечного зажима в области плечевого пояса.

 Пальчиковая гимнастика.

Выполняя пальчиками различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, а в дальнейшем и к письму. Кисти рук

приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений.

Например: «Засолка капусты», «Замок».

Интегрированные физкультурные занятия.

Такие занятия проводятся по традиционной схеме, но включают в себя задания на закрепление и совершенствование знаний и умений, полученных на занятиях по другим разделам программы (математическое развитие, познавательное развитие, развитие речи, изобразительная деятельность).

 В содержание интегрированных физкультурных занятий можно вводить дидактические игры с движением («Вызов номеров», «Дни недели» - математика; «Раз, два, три, - к дереву беги!», «Вершки и корешки» - экология; «Собери букет» - рисование, экология и т. д.), игровые занятия «Измерь, кто дальше прыгнул», «Собери из лучиков такую же картинку» и др.), имитационные действия ( «Ходим, как мишка, петушок, лисичка», «Подул ветер, деревья качаются», «Ползем, как кошечки» и т. д.).

 В ФГТ также рассматривается интеграция.

ИНТЕГРАЦИЯ – это объединение, слияние в целое каких - нибудь частей или элементов в процессе развития.

 В процессе образовательной деятельности по физическому развитию следует обращать внимание на одновременное решение задач других образовательных областей:

- формирование навыков безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем («Безопасность»);

- создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников («Социализация»);

- участие детей в расстановке и уборке физкультурного инвентаря и оборудования («Труд»);

- активизация мышления детей (через самостоятельный выбор игры, оборудования, пересчет мячей и пр.), специальные упражнения на ориентировку в пространстве, подвижные игры и упражнения, закрепляющие знания об окружающем ( имитация движений животных, труда взрослых), построение конструкций для подвижных игр и упражнений ( из мягких блоков, спортивного оборудования), просмотр и обсуждение познавательных книг, фильмов о спорте, спортсменах, здоровом образе жизни ( «Познание»);

-проговаривание действий и называние упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение о пользе закаливания и занятий физической культурой («Коммуникация»);

-игры и упражнения под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетные физкультурные занятия на темы прочитанных сказок («Чтение художественной литературы»);

- привлечение внимания дошкольников к эстетической стороне внешнего вида детей воспитателя, оформления помещения; использование на занятиях физкультурой изготовленных детьми элементарных физкультурных пособий (флажки, картинки, мишени для метания), рисование мелом разметки для подвижных игр («Художественное творчество»);

- ритмическая гимнастика, игры и упражнения под музыку, пение; проведение спортивных игр и соревнований под музыкальное сопровождение; развитие артистических способностей в подвижных играх имитационного характера («Музыка»).