**Использование в работе с детьми предметов, различных**

**пособий для развития движений в повседневной деятельности детей**

Дошкольный возраст является периодом интенсивного формирования всех органов и систем организма и сензитивным периодом психического развития. Именно в этом возрасте развиваются те двигательные качества, навыки и умения ребенка, которые служат основой его нормального физического и психического развития.

В настоящее время проблема состояния здоровья и физического развития приобрела особую актуальность и социальную значимость. Нервно-психические и соматические заболевания, а также различные функциональные расстройства ведут к нарушениям моторного развития детей и замедлению темпа их психического развития. Эти неблагоприятные процессы в значительной степени связаны с неудовлетворительным состоянием окружающей среды, деформацией семейных отношений, недостатками в работе лечебно-профилактических учреждений и т.д. Становится ясно, что сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается в первоочередную задачу. Для ее решения необходимы совместные усилия врачей, педагогов и родителей.

Известно, что у многих дошкольников наблюдаются отклонения в психомоторном развитии, имеющие различные проявления и причины. Недостатки в формировании моторики наблюдаются у всех категорий проблемных детей, что служит одним из показателей при психолого-педагогической диагностике отклонений в развитии (Лубовский В.И., 1978, 1998)

Частым проявлением нарушенного развития в дошкольном возрасте является задержка психического развития (ЗПР). На недостатки развития моторной сферы указывают и зарубежные и отечественные ученые. В научных работах таких авторов, как В.В. Лебединский, К.С. лебединская, Е.М. мастюкова, м.С. Певзнер, У.В. Ульенкова, отмечается, что у данного контингента детей проявляются особенности формирования двигательной сферы: у них не наблюдается тяжелых двигательных расстройств, но обнаруживается отставание в двигательном развитии, нарушение регуляции произвольных движений, а также несформированность техники выполнения движений и недостаточность двигательных качеств. Все авторы отмечают несовершенство мелкой моторики рук, недостатки межанализаторгоно синтеза, что затрудняет становление графомоторных навыков и является препятствием к успешному обучению.

Основными причинами данных нарушений считаются незрелость морфо-функциональных структур мозга, отвечающих за организацию и регулирование двигательной активности, а также и достаточно выраженные черты органической поврежденности подкорковых и корковых структур при более тяжелых формах ЗПР.

Одним из путей, ведущих к преодолению недостатков развития и нарушений в состоянии здоровья детей с ЗПР, является целенаправленное комплексное воздействие средствами физического воспитания.

Для преодоления недостатков моторного и психомоторного развития дошкольников с ЗПР необходима особым образом организованная физкультурно-оздоровительная работа. Для этого в детском саду создаются специальные условия:

* Учет результатов диагностики физического развития и физической подготовленности, моторного и психомоторного развития;
* Планирование и организация физкультурных мероприятий с учетом особенностей развития моторики и психомоторики дошкольников с ЗПР;
* Индивидуальный и дифференцированный подход к организации занятий (физкультурных) с учетом выявленных особенностей двигательного развития детей;
* Тесное взаимодействие педагогов и медицинского персонала;
* Дозирование физических и психических нагрузок, профилактика переутомления;
* Специальный двигательный режим с учетом выявленных особенностей детей;
* Оздоровительные мероприятия, включающие закаливание, лечебную физкультуру, массаж и др.;
* Специальные коррекционные занятия по преодолению недостатков моторики и психомоторики детей.

В работе участвуют различные специалисты: воспитатель по физкультуре, музыкальный руководитель, дефектолог, психолог, старшая медсестра, инструктор по лечебной физкультуре и др.

**Организация двигательного режима в детском саду для детей с ЗПР**

Двигательный режим в дошкольном учреждении включает всю динамическую деятельность детей – как организованную, та и самостоятельную.

При разработке рационального двигательного режима важно не только обеспечить удовлетворение биологической потребности детей в двигательной активности, но и предусмотреть рациональное содержание двигательной активности, основанное на оптимальном соотношении разных видов занятий, подобранных с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна и должна соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что и составляет основу индивидуального подхода к каждому ребенку. Поэтому педагогам необходимо позаботиться об организации детской двигательной деятельности, ее разнообразии, а также выполнении основных задач и требований к ее содержанию. Содержательная сторона двигательного режима дошкольников должна быть направлена на развитие умственных, духовных и физических способностей детей.

Рациональное сочетание разных видов занятий по физической культуре представляет собой целый комплекс оздоровительно-образовательных и воспитательных мероприятий.

Каждый вид занятий в той или иной мере имеет свое специфическое назначение и свою структуру: содержание и построение.

Так, утренняя коррекционная гимнастика, гимнастика после сна, прогулки, подвижные игры и физические упражнения на прогулке выполняют организационно-оздоровительные задачи.

Физкультминутка, двигательная разминка снимают утомление и повышают умственную работоспособность детей.

На учебных занятиях дети учатся, приобретают необходимые навыки, умения, знания. Недели здоровья, физкультурный досуг, спортивные праздники – это активный отдых. Кружки по интересам развивают двигательные способности и творчество детей. Индивидуальная и дифференцированная работа предназначена для коррекции физического и двигательного развития.

Лечебная физкультура, назначаемая врачом для детей с ослабленным здоровьем, решает лечебно-профилактические задачи.

В зависимости от назначения все виды занятий и их характер могут меняться и повторяться с разной периодичностью в течение дня, недели, месяца, года, составляя так называемый оздоровительный двигательный режим дошкольников.

Для достижения этого этапа используются различные предметы, инвентарь и пособия.

Необходимо отметить, что независимо от особенностей проведения физкультурных занятий с дошкольниками, имеющими ЗПР, они должны включать в себя специальные коррекционные упражнения для развития общей и мелкой моторики, функции равновесия, ориентировки в пространстве, зрительно-моторной координации движений. Целесообразно использование упражнений преимущественно циклического характера.

### О значении ****мяча****

Игры с **мячом** развивают глазомер, координацию, смекалку, способствуют общей двигательной активности. Для **ребенка** **мяч** – предмет увлечения с первых лет жизни. Ребенок не просто играет в мяч, а варьирует им: берет, переносит, кладет, бросает, катает и т.п., что развивает его эмоционально и физически. Игры с **мячом** важны и для развития руки малыша. Движения пальцев и кистей рук имеют особое значение для развития функций мозга **ребенка.** И чем они разнообразнее, тем больше «двигательных сигналов» поступает в мозг, тем интенсивнее проходит накопление информации, а следовательно и интеллектуальное развитие **ребенка**. Движения рук способствует также развитию речи **ребенка**. Современные научные данные подтверждают эти положения: области коры головного мозга, «отвечающие» за артикуляцию органов речи и мелкую моторику пальцев рук, расположены в одном иннервационном поле, т.е. непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от двигающихся рук стимулируют расположенные по соседству речевые зоны, усиливая их активность. Малыши, знакомясь со свойствами **мяча,** выполняя разнообразные действия (бросание, катание, бег за **мячом** и др.), получают нагрузку на все группы мышц (туловища, брюшного пресса, ног, рук, кистей), у них активизируется весь организм. Даже, казалось бы, обычное подкидывание **мяча** вверх вызывает необходимость выпрямления, что благоприятно влияет на осанку **ребенка**. Можно сказать, что игры с **мячом** – специальная комплексная гимнастика: развивается умение схватывать, удерживать, перемещать мяч в процессе ходьбы, бега или в прыжке. Игры и упражнения с **мячом** развивают ориентировку в пространстве, регулируют силу и точность броска, развивают глазомер, ловкость, быстроту реакции; нормализуют эмоционально-волевую сферу, что особенно важно как для малоподвижных, так и для гипервозбудимых детей. Игры с **мячом** развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

#### «Слепим снежные комочки»

***Цель игры:*** развивать мелкую моторику рук, укреплять мышцы пальцев, учить бросать малый мяч вдаль. Эту игру лучше проводить в зимнее время, т.к. желательно, чтобы **ребенок** смог предварительно потренироваться в лепке снежков на улице. Для этой игры вам придется сделать несколько мягких поролоновых мячей (например, из поролоновых губок для мытья тела – такие мячи не только легкие, но и яркие).

***Содержание.*** Дома покажите **ребенку** мячики и предложите слепить из них «снежки»: «Ванюшка, давай мы с тобой сейчас слепим снежные комочки».Педагог, сжимая мячик между ладонями, показывает, как лепить «снежок»: «Смотри, Ванюшка, комочек мягкий, я могу его сжимать ладошками: вот так – вот так!» Ребенок повторяет движения. «Ну, покажи, какой «снежок» у тебя получился. Какой хороший у тебя «снежок»! Молодец! Давай еще слепим» –педагог дает возможность **малышу** слепить еще 3 комочка. «А теперь бросай «снежки» мне, я буду их ловить!» Ребенок бросает мячи-комочки одной рукой педагогу. Воспитатель делает вид, что ловит «снежки», но поймать или удержать их не может: «Как много «снежков». Я их и поймать не смогла! Давай соберем «снежки» и снова поиграем». Воспитатель с ребенком собирают мячи и игра повторяется.

***Советы.***

В игре **ребенок** лепит всего 4 снежных комочка: 2 – для бросания правой рукой, 2 – для бросания левой рукой. Напоминайте **ребенку**, чтобы он с усилием нажимал на мяч во время лепки «снежка» и чтобы у него сверху оказывалась по очереди то правая, то левая ладошки. Предложите просто помять мяч пальцами рук. При бросании «снежков» малыш будет стремиться подойти к вам поближе, поэтому старайтесь держаться от него на два– три шага.

#### «Мячи в корзине»

***Цель игры:*** развивать глазомер, ловкость, координацию движений при метании в горизонтальную цель. Для этой игры вам понадобятся любые маленькие мячи (от большого тенниса, резиновые, мягкие из разных материалов) или бумажные шары из скомканной бумаги. В качестве горизонтальной цели лучше использовать корзину большого диаметра (высокий таз или обклеенную цветной бумагой большую коробку), чтобы бросаемые мячи могли в них задерживаться. Поставьте корзину (таз, коробку) на пол и на расстоянии 60–150 см от нее по кругу разложите 4–5 цветных кружочков или выложите круг из длинного шнура. Встав у обозначенного места (цветной кружок, шнур), педагог показывает **ребенку**, как можно забросить мячи в корзину: «Посмотри, как я умею! Хочешь тоже поиграть?» Ребенок становится на круг или в любом месте около шнура. Педагог кладет перед ним на пол коробочку с 4–6 **мяча**ми и встает напротив **ребенка** с другой стороны корзины, чтобы ребенок видел ее движения, которые она сопровождает словами:

*Мяч одной рукой возьмем*

Наклоняются и берут по одному мячу.

*И к плечу поднимем.*

Поднимают руку с **мячом** вверх к плечу.

*На корзину поглядим.*

Смотрят на корзину.

*Мяч в корзину кинем.*

Бросают мяч в корзину одной рукой.

Сначала **ребенок** бросает мячи правой, а потом левой рукой (по 2–3 шт. каждой). Затем педагог с ребенком брошенные мячи в свои коробочки, и игра повторяется.

А *летом*в хорошую солнечную погоду ***бросайте мячи в тазик с во*дой**.

***Варианты игры.*** Чтобы сохранить интерес к игре используйте для метания:

1. кубики, маленькие мягкие игрушки, которые так же забрасываются в корзину, таз или коробку;
2. разноцветные мешочки, наполненные любой крупой (гречкой, рисом и т.п.) весом 70– 100 граммов.

Такие мешочки можно бросать в большой обруч или в круг, выложенный из шнура.

***«Передай мяч»***

 Игра проводится в форме соревнования между командами. Дети стоят в затылок друг другу на расстоянии вытянутой руки. Первый передает мяч второму сверху над головой, второй **—**третьему снизу между ногами и т.д. Другой вариант **—** передача мяча сбоку с поворотом корпуса то вправо, то влево. Третий вариант **—**комбинированный. Если группа небольшая 1 (до 10 человек), то, когда мяч оказывается у последнего ребенка, он перебегает вперед, становясь первым, и начинает игру с начала.

***«Вышибалы»***

Выполнение этого упражнения требует усиленного зрительного контроля, осмысления ситуации и предвосхищения своих действий, хотя бы на ход вперед.

**Прыжки через скакалку.**

Прыжки через скакалку укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы, они способствуют развитию силы и выносливости мышц ног. (Бег, кстати, способствует развитию только выносливости этих же групп мышц.) Прыжки через скакалку также способствуют улучшению грациозности и координации движений.

*Чтобы ноги не устали,*

*нужно только повторять:*

 *- Ты весёлая, скакалка!*

*Я с тобой весь день скачу!*

 *Мне тебя ничуть не жалко,*

 *я ещё скакать хочу!*

***Игра «Удочка»***

Все играющие становятся в круг, а водящий - в середине круга с веревочкой в руках. Он вращает скакалку так, чтобы та скользила по полу, делая круг за кругом под ногами играющих. Они внимательно следят за движением скакалки и подпрыгивают, чтобы она не задела кого-либо из них. Тот, кого заденет скакалка - садится. Пойманным игрок считается в том случае, если веревочка его коснулась но выше голеностопа. Не разрешается игрокам во время прыжков приближаться к водящему. Скакалка для ориентира.

**Упражнения с гимнастической палкой.**

Упражнения с гимнастической палкой  - представляют обширный блок общеразвивающих упражнений, способствующих воспитанию различных физических качеств: силы, гибкости, ловкости. Палка привносит в упражнения дополнительную нагрузку, ориентир для правильной техники выполнения движений. Палка  - прекрасный контроль  симметричности выполнения упражнений, что также важно для выравнивания осанки, работы над мышечным дисбалансом. Так  положение палки на плечах за головой позволяет успешно корректировать осанку, заставляет держать спину прямо, развивает подвижность в плечевых суставах, четко фиксирует туловище  в той или иной плоскости. Палка позволяет включать в занятия различные упражнения на ловкость, координацию. Например, удержание палки на ладони, вращение  ее одной рукой, с передачей из руки в руку и др.

Выполнение этого упражнения требует усиленного зрительного контроля, осмысления ситуации и предвосхищения своих действий, хотя бы на ход вперед. То же относится к различным играм: «Прыгалки», «Вышибалы» и т.п.

***Упражнения с гимнастической палкой***

Перехваты палки, которую ребенок держит ч вертикальном положении, снизу вверх и сверху вниз; при горизонтальном положении палки **—** слева направо и справа налево; перебрасывание палки в вертикальном положении из руки в руку.

 ***«Мельница»*** **—** вращение палки двумя руками на уровне пояса.

 ***«Вертолет»*****—** присесть, палку держать в горизонтальном положении в руках, вытянутых вверх; вращая палку, медленно выпрямить ноги и подняться на носки. Продолжая вращать палку, медленно вернуться в и.п.

**Формирование навыков внимания и преодоления стереотипов.**

Упражнения строятся по следующему принципу: задается условный сигнал (хлопок, свисток, колокольчик и т.д.) и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее отреагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях важно поддерживать эмоциональный настрой, создавать условия соревнования, поддерживая мотивацию ребенка к выполнению задания. Например: «Кто самый внимательный, усидчивый, выдержанный (и т.д.)?»

 **«Стоп-упражнения».** Ребенок свободно двигается под музыку, делает какие-либо упражнения и т.д. По условному сигналу он должен замереть и держать позу, пока психолог не предложит ему продолжить. По этому же принципу построены известные упражнения «Море волнуется».

***«Море волнуется»***

Выбирается ведущий.Он отворачивается от остальных и произносит считалочку (пока он говорит, все игроки хаотично двигаются)

**Море волнуется раз,
Море волнуется два,
Море волнуется три,
Морская фигура на месте замри**

Игроки замирают, изображая "морские" фигуры. Ведущий подходит к любому игроку, дотрагивается до него рукой - игрок изображает, кого именно он показывает. Задача ведущего - отгадать, что это за фигура.

Если игрок изображает непохоже, он становится водой на следующий этап. Конечно, иногда ведущий и сам специально "засуживает" какого-то игрока, но тогда можно решить спорный вопрос коллективно. Было еще усложнение к правилам: если какой-нибудь игрок шевелился или смеялся во время "выступения" другого, то он становился водой.

Загадываются также:

- звериная фигура

- птичья фигура

- клоун-фигура

- рабочая фигура

- безумная фигура

и так далее, на что фантазии хватит :)))

**Формирование операционального обеспечения Вербальных и невербальных психических процессов. Оптимизация и коррекция межполушарных взаимодействий и специализации правого и левого полушария мозга.**

Кинезиологические упражнения стимулируют развитие интеллектуальных и мыслительных процессов. Развивающая работа на занятии направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Кинезиологические упражнения, совершенствуя мелкую моторику рук, развивают межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Имитационные движения способствуют формированию у детей представлений о средствах двигательной выразительности, помогают войти в воображаемую ситуацию, увидеть и понять образ другого (новый образ «Я»), вести двигательный диалог через язык жестов, мимики, поз.

***Упражнение "Ухо - нос"***

Левая рука - взяться за кончик носа, правая рука - взяться за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук "с точностью наоборот".

***Упражнение "Колечки"*** Поочередно соединить в кольцо большой палец от указательного к мизинцу ( прямая проба) и от мизинца к указательному ( обратная проба). Вначале упражнение выполнять каждой рукой отдельно, а затем двумя руками одновременно. Увеличивая скорость выполнения упражнения, следить за четкостью движений.
Усложненный вариант: одновременно левая рука - выполняет прямую пробу, правая рука - выполняет обратную и наоборот.

***Упражнение "Лезгинка"***

Левая рука -сложить ладони в кулак и развернуть пальцами к себе, большой палец отставить в сторону. Правая рука - прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой руки. По команде одновременно сменить положение рук.



 ***«Хасты».***

 Ребенок воспроизводит одну за другой ряд ручных поз, каждая из которых фиксируется в течение 20 — 30 с (двух-трех циклов дыхания); обязательное условие **—** полная сосредоточенность на каждой позе. Это упражнение хорошо выполнять несколько раз в день (5 **—** 7 мин). Хасты выполняются в той же последовательности, что и на рис. 2



***Начало формы***

***«Телесные фигуры, буквы и цифры».***

Придумайте вместе с ребенком, как можно изобразить пальцами рук, а также всем телом фигуры, буквы и цифры. Обязательно проиграйте все варианты перед зеркалом. В этой игре могут участвовать несколько человек, тогда «телесные» буквы и цифры будут составляться всеми детьми одновременно.

 ***«Рисунки и буквы на спине и на ладонях».***

Нарисуйте пальцем на спине ребенка одну из знакомых ему фигур (треугольник, круг, квадрат и т.д.). Попросите его сказать, какая фигура нарисована. Если он затрудняется, нарисуйте прямую (горизонтальную, вертикальную, наклонную) и попросите его изобразить ее на стене или на листе бумаги. То же проделайте сначала на его правой, а потом левой руке, рисуя на обеих сторонах кисти.

При изучении числового ряда и алфавита особенно полезно написание букв и цифр последовательно на спине и руках (на обеих сторонах) с последующим их называнием и прописыванием.

**Счетные палочки — это не просто цветные палочки.**

Еще это отличная развивающая игрушка. С помощью них можно выложить вместе с ребенком разные композиции.

Маленьким детям можно предложить составить картину по образцу, а старшим — придумать что-нибудь свое. На каждое изображение рассказывайте детям стишки или задавайте загадки.

Конец формы

