

Фролова Наталья Викторовна

воспитатель

Нефтуллаева Светлана Викторовна

воспитатель

МДОУ «Д/С №254 Тракторозаводского района Волгограда»

г. Волгоград, Волгоградская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЧЕРЛИДИНГА В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

***Аннотация:** в статье раскрываются возможности использования элементов черлидинга в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста с задержкой психического развития. Авторы приводят краткую характеристику детей, черлидинга как вида спорта, указывают последовательность применения элементов этого вида спорта в педагогической практике.*

***Ключевые слова:** черлидинг, дети с задержкой психического развития.*

***Введение.** Дети с задержкой психического развития являются самой распространенной нозологической группой детей с ограниченными возможностями здоровья. На это указывают данные многочисленных научных исследований, а также обобщение практического опыта работы в дошкольном образовании. Негрубые нарушения интеллекта проявляются в более поздних сроках формирования когнитивных процессов, незрелости эмоциональной и волевой сферы детей.*

Задержка психического развития (ЗПР) – это нарушение, замедление темпов отдельных психических функций от принятых норм для данного возраста.

Для детей этой нозологии свойственны такие признаки, как:

- низкая общая активность, отсутствие инициативы, низкий познавательный интерес;
- низкий уровень внимания, умения долго сосредоточиться на каком-либо одном занятии;

- нарушения в сформированности ведущего вида деятельности, а именно сюжетно-ролевой игры;
- недоразвитие эмоционально-волевой сферы. Ребенок с ЗПР очень часто меняет эмоциональный фон – легко переходят от смеха к слезам и наоборот;
- нарушения сформированности речевой сферы – алалии, низкая речевая активность как таковая;
- нарушения сформированности двигательной сферы (недоразвитие всех проявлений координации движений, низкий уровень общей выносливости, скоростных, силовых качеств, гибкости).

Все отклонения у таких детей со стороны нервной системы отличаются изменчивостью и носят временной характер.

Применение инновационных технологий способствует раскрытию потенциальных возможностей организма ребенка. Адаптивная физическая культура, как неотъемлемая часть обучения и воспитания дошкольников с ЗПР должна создавать условия для выравнивания имеющихся у них отклонений до уровня возрастной нормы [2]. Современная педагогическая практика имеет большой, научно обоснованный арсенал физической подготовки дошкольников с ЗПР [3; 4]. Вместе с тем, актуальным является поиск дальнейших средств коррекционно-оздоровительного воздействия.

Основная часть. На сегодняшний момент в практике коррекционно-оздоровительной работы используются редкие и нестандартные виды деятельности, одним из которых является черлидинг.

«Черлидинг» – зрелищный и яркий вид спорта. Этот вид спорта невероятно зажигательный, привлекательный, который включает в себя элементы хореографии, акробатики, гимнастики [1]. Своими корнями черлидинг уходит в Америку конца 19 столетия – именно там впервые в перерывах между соревнованиями решили выпускать акробатов, в поддержку одной из команд. Можно выделить такие характеристики черлидинга, как:

- черлидинг прекрасно развивает двигательную сферу, физические качества ребенка, а значит, способствует оздоровлению;

- он не имеет медицинских противопоказаний;
- развивает коммуникативные навыки и социальную активность;
- это доступно и не требует специальной материально-технической базы.

Используется характерный только для этого вида спорта атрибут – помпоны.

Черлидинг – это спорт для детей с разным уровнем физической подготовки, доступный всем возрастным категориям. С помощью черлидинга можно организовывать интересный досуг детей, проводить спортивные мероприятия или праздники.

Адаптивное физическое воспитание является интенсивно развивающейся образовательной дисциплиной. Ее первостепенными задачами является укрепление здоровья детей, гармоничное физическое развитие, полноценное формирование двигательной базы детей с ограниченными возможностями здоровья. Оно призвано обеспечить условия для полноценного формирования детей с проблемами в развитии.

В практике коррекционно-педагогического сопровождения детей с ЗПР на базе МОУ №254 используется черлидинг. Его элементы содержатся в рамках дополнительных физкультурных занятий.

Использование черлидинга в адаптивном физическом воспитании старших дошкольников с ЗПР направлено на:

- развитие гибкости и координации движений дошкольников;
- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- формирование навыков общения детей в коллективной деятельности;
- участие в публичных выступлениях, в спортивных праздниках, детских утренниках;
- популяризацию черлидинга среди дошкольников.

Для педагогической практики работы с детьми с ЗПР крайне важна функциональность черлидинга как вида спорта, а именно такие его характеристики, как:

- координационная направленность (согласованность в работе мышц разных групп, способность правильно дозировать силу, скорость, расстояние и точность движений);
- эмоциональность (возможность передать свое позитивный настрой без слов);
- развитие речи (за счет разучивания кричалок происходит активизация речи детей);
- чувство ритма (чувствовать выразительность музыкального ритма и точно его воспроизводить);
- социализация (адаптация в обществе и успешное взаимодействие в социуме).

Все это актуально для детей с задержкой психического развития.

В практике нашей работы мы используем элементы черлидинга. Основные тренировки проходят по схеме:

1. Разминка.

Прежде чем делать упражнения для какой-то определенной группы мышц, надо размяться. Все упражнения разминки проходят на восемь счётов. Выполняем общие разминочные упражнения, подводящие к изучению основных базовых элементов в черлидинге.

При выполнении упражнений организуем анализ правильности выполнения упражнений.

2. Отработка элементов.

Разучивание показанных элементов: первый раз – отзеркаливать; второй раз – встать к занимающимся спиной и показывать движения вместе с ними несколько раз; третий раз дети самостоятельно выполняют упражнения. Сначала отрабатываем базовые движения рук, потом происходит отработка движений ног (шагов, прыжков), а потом всё объединяем. Для закрепления элементов используем игры на внимание «Покажи по образцу»; «Самый внимательный»; «Путаница».

3. Разучивание чир-кричалок.

Шаг 1: показ чир полностью.

Шаг 2: разучивание слова, прихлопывая в ладоши без добавления элементов (разучивать по строкам).

Шаг 3: разучивание движений, соответствующих каждой строчке.

Шаг 4: добавление движений и переходов. Повторение всей кричалки полностью: слов, движений и переходов.

4. Разучивание номеров.

Для создания программы используем построения и перестроения (переходы), совмещая, с отработанными движениями рук и ног. Все сопровождается музыкой.

Для детей с ЗПР крайне важно активизировать речевой центр.

Чир-кричалки разучиваются и проговариваются всеми участниками громко и одновременно. Значимым является согласование речи с движением.

Крайне важным является то, что элементы черлидинга в своей педагогической работе могут использовать все специалисты дошкольного учреждения – воспитатели, музыкальные работники, логопеды.

Коррекционная работа с элементами черлидинга проходит в несколько этапов:

1. Знакомим детей с понятием «Черлидинг». Показ наглядного материала: фото, видео, рассказываем историю возникновения данного вида спорта.

2. Показываем, повторяем и закрепляем с детьми базовые движения рук и ног. Для отработки используем наглядный материал (схемы и мнемотаблицы); подача материала происходит постепенно от простого к сложному.

3. Общая физическая подготовка проходит с использованием общеразвивающих упражнений и перестроений с помпонами и без, обязательно включаются перекрёстные виды движений, под музыкальное сопровождение.

4. Разучиваем слова чир-кричалок.

5. Объединяем отработанные движения со словами кричалок.

6. Представляем танцевальные композиции на открытых мероприятиях, а также участвуем в конкурсах.

Заключение. В результате использования элементов черлидинга в работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР повышается уровень развития двигательных качеств, происходит компенсация нарушений физического, психоэмоционального и речевого развития.

Список литературы

1. Агеева М.С. Теоретические предпосылки использования средств чирлидинга в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста с задержкой психического развития / М.С. Агеева // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования: сборник материалов I Всероссийской с международным участием научно-практической конференции. Том 2 / под общ. ред. Н.В. Финогеновой. – Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2019. – С. 88–91.
2. Максимова С.Ю. Модель музыкально-двигательного адаптивного физического воспитания дошкольников с задержкой психического развития / С.Ю. Максимова, Н.А. Фомина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – №1. – С. 63–65.
3. Максимова С.Ю. Теоретико-методологическое обоснование интеграционных возможностей физического воспитания / С.Ю. Максимова, Н.А. Фомина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – №5. – С. 53–54.
4. Фомина Н.А. Музыкально-двигательное направление физического воспитания детей дошкольного возраста / Н.А. Фомина, С.Ю. Максимова // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №5. – С. 57–58.