(cc) BY

Кутарева Мария Евгеньевна
магистрант
Жуйкова Тамара Павловна
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Хакасский государственный
университет им. Н.Ф. Катанова»
г. Абакан, Республика Хакасия

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ ДВИГАТЕЛЬНОГО РЕПЕРТУАРА В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Аннотация: *в статье рассмотрены особенности использования методов двигательного репертуара, которые применимы для коррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими различные нарушения опорно-двигательного аппарата. Рассмотрены значение использования этих методов, их виды и условия применения. Отмечено влияние специальных упражнений на устранение психологических проблем и увеличение активности детей.*

Ключевые слова*: двигательные навыки, опорно-двигательный аппарат, двигательный репертуар, коррекция, подвижность, нейроны, активизация.*

Без нормального перемещения тела в пространстве, без полноценного владения двигательными навыками невозможна полноценная жизнь человека. Коррекционная работа с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата, должна проводиться с использованием различных методов, среди которых особая роль принадлежит методам двигательного репертуара. Двигательный репертуар включает способность к выполнению различных движений, а чем шире набор таких движений, тем лучше происходит физическое развитие ребенка и тем выше эффективность коррекционной работы. Как показывает анализ различных методик и собственный практи-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ческий опыт, целью коррекционной работы является нормализация или повышение двигательной активности старших дошкольников. Достигается это через выполнение таких задач, как обучение детей расслаблению мышц, самоконтролю за движениями. Нарушения опорно-двигательного аппарата носят разный характер, это как врожденные заболевания, так и приобретенные, как относительно «легкие» (сколиоз, артроз), так и сложные случаи (детский церебральный паралич). У всех детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата наиболее часто встречаются: нарушения мышечного тонуса, ограничение произвольных движений, наличие насильственных движений, нарушение координации. Практика показывает, что все дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеют сниженную подвижность, даже тем, кто имеет нарушения средней степени, недостает пластичности, зачастую не развито чувство ритма [3]. Безусловно, при использовании методов двигательного репертуара необходим индивидуальный подход, однако существует и ряд универсальных рекомендаций. Важным моментом является выполнение упражнений или танцевальных движений под музыку. Это способствует эмоциональному отклику детей, что повышает эффективность работы педагога [1, с. 132]. Что касается детей с таким нарушением опорно-двигательного аппарата, как детский церебральный паралич, то здесь в первую очередь должны использоваться упражнения по освоению различных положений. Дети обучаются правильно стоять, сидеть, принимать те или иные позы. Эти позы нужно разучивать отдельно с каждым ребенком исходя из особенностей его заболевания.

Хорошо зарекомендовали себя такое упражнение, как «Море шумит». Под музыку дети делают глубокий вдох, поднимая руки, а затем – выдох с опусканием рук. Другое упражнение направлено на выработку ощущения собственного веса и его распределения при ходьбе. Педагог стоит сзади и поддерживает ребенка за подмышки, перемещая ребенка вправо и влево. В процессе этого упражнения ребенок учится ощущать свой вес, его перемещение в процессе ходьбы. Прекрасные результаты дают занятие в бассейне с использованием разнообразных водных тренажеров. Дети в ходе таких занятий не только расслабляют

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

мышцы, но и заряжаются энергией и положительными эмоциями. Занятия в сухом бассейне нравятся детям и являются высокоэффективными. Ребенок, поддерживаемый шариками, может более уверенно двигаться, через естественный массаж всего тела достигается повышение чувствительности мышц. Одной из составляющих двигательного репертуара является фитбол-гимнастика, то есть выполнение упражнений на больших надутых шарах [5, с. 51]. Также можно использовать занятия на батуте. Программа упражнений для старших дошкольников рассматриваемой категории должна включать в себя разные виды нагрузок, а именно:

1. Упражнения для растяжения мышц (такие упражнения снимают напряжение, позволяют легче осваивать новые движения).

2. Упражнения, которые позволяют развивать выносливость.

3. Упражнения, корректирующие равновесие, координацию движений.

Также следует назвать условия, которые являются обязательными для организации занятий с использованием методов двигательного репертуара:

1. Занятия должны проводиться регулярно, в системе.

2. По отношению к каждому ребенку должен применяться индивидуальный подход, поэтому занятия должны проводиться либо отдельно с ребенком, либо с небольшими группами детей.

3. Необходим контроль врача, который должен определять интенсивность нагрузок.

Системность организации работы предполагает, что упражнения должны повторяться многократно. Детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата невозможно освоить новые движения с первого раза. Только при повторении активизируются двигательные нейроны, которые отвечают за работу тела. Педагог сам выполняет каждое движение, а потом помогает выполнить его ребенку [4, с. 22]. Это позволяет выстроить особые доверительные отношения между педагогом и старшим дошкольником, развить эмоциональное восприятие ребенка и его коммуникативные способности. В двигательный репертуар детей

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

необходимо вводить не только специальные упражнения, но и бытовые действия. Необходимо обучать детей основным приемам бытового обслуживания.

К основным направлениям работы по формированию двигательного репертуара необходимо отнести следующие: поддержание двигательных навыков, основных двигательных функций организма; укрепление мышц и суставов; дыхательная коррекция; стабилизация эмоциональной сферы и мимических проявлений [2].

Таким образом, чем шире двигательный репертуар детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, тем более достижимо становится преодоление эмоционального дискомфорта (уменьшается агрессивность, тревожность), повышается активность детей, они становятся более самостоятельными. При этом не только укрепляется организм детей, но и устанавливается их контроль над собственным телом. Движение и коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата находятся в неразрывной взаимосвязи.

Список литературы

1. Волкова В.В. Особенности проведения танцевально-двигательной терапии для детей, страдающих церебральным параличом, в условиях реабилитационного центра // Танцевально-двигательная терапия в реабилитации детей и взрослых различных нозологических групп: сб. материалов II Всероссийской науч.-практ. конф. / под ред. Э.Г. Эйдемиллера, Н.Ю. Оганесян. – СПб., 2019. – С. 132–136.

2. Кордикова Д.П. Применение принципов танцевально-двигательной терапии в работе педагога-хореографа в интернате VIII вида (из опыта производственной практики в СКОШИ №1 г. Астрахани) // Молодежный научный форум: гуманитарные науки: электронный сб. ст. по материалам XXVIII Международной студенческой науч.-практ. конф. – №9 (27) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nauchforum.ru/archive/mnf_humanities/9(27).pdf (дата обращения: 02.09.2019).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Маркечко Н.Н. Методы, формы и приемы коррекционной работы с детьми, имеющими нарушения функций опорно-двигательного аппарата [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://studylib.ru/doc/486636/metody--formy-i-priemy-korrekcionnoj-raboty-s-det._mi (дата обращения: 02.09.2019).

4. Филимонова О.С. Методика физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на основе средств фитнеса // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2015. – №6. – С. 20–25.

5. Шестова М.С. Фитбол-гимнастика как инновационная коррекционная работа с детьми дошкольного возраста, имеющими ограниченные возможности здоровья // Психолого-педагогическое сопровождение образования, профессионального образования, дополнительного образования, летнего отдыха и оздоровления детей и подростков: материалы X Международных социально-педагогических чтений им. Б. И. Лившица. – 2019. – С. 50–52.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)