(cc) BY

Степина Ирина Валентиновна
руководитель по физической культуре
МБДОУ «ЦРР – Д/С №12»
г. Александров, Владимирская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОРРИГИРУЮЩЕЙ ГИМНАСТИКИ В ФИЗИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ

Аннотация*: в статье говорится об инновационной методике в физическом воспитании умственно отсталых детей – корригирующей гимнастике. Результаты работы прослеживаются при помощи мониторинга физического развития детей групп с умственной отсталостью за три года (Е.А. Стребелева) методом наблюдения.*

Ключевые слова*: умственно отсталые дети, коррегирующая гимнастика, инновационная методика, физическое развитие дошкольников.*

В соответствии с ФГОС ДО физическое развитие дошкольников включает приобретение опыта в следующих видах поведения детей: двигательном; развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук; выполнение основных движений, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни [1, с. 53]

В нашем дошкольном учреждении воспитываются дети с умственной отсталостью. У этих детей все виды деятельность формируется с опозданием и с отклонениями на всех этапах развития. Своевременно не возникает ни один из видов детской деятельности, которая призвана стать опорой для всего психического развития в определенном возрастном периоде (Н.Г. Морозова, 1976; А.А. Катаева, 1978, и др.) [2, с. 209]. Следовательно, такая деятельность не может служить средством коррекционного воздействия на развитие умственно отсталого ребенка. Формирование всех видов детской деятельности происходит

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

в нашем дошкольном учреждении компенсирующего вида на специальных занятиях, а затем переносится в свободную деятельность детей.

Многолетние исследования доказали, что только в ходе целенаправленного обучения у детей с нарушением интеллекта развиваются все виды детской деятельности (А.А. Катаева, Е.А. Екжанова, С.Г. Ералиева, В.И. Лубовский, Е.А. Стребелева и др.).

Дети с трудом усваивают названия частей тела и движений, не могут представить движения по словам и соотнести инструкцию с показом. Они медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал. При ходьбе и беге умственно отсталые дети излишне напрягают мышцы тела, чрезмерно размахивают руками, недостаточно координируют движения рук и ног. Недостатки в координации движений наблюдаются и в прыжках. При метании дети очень часто резко сжимают мяч и производят движение рукой, не выпуская мяча. Дети испытывают большое затруднение в принятии определенной позы. Наблюдается общая напряженность мышц [3, с. 89].

Такие дети нуждаются в конкретном, практическом показе, а иногда требуют совместных действий. Дети нуждаются в постоянной организации деятельности, так как их деятельность нецеленаправленна.

В настоящее время в работу с такими детьми мною была освоена и ведена такая интересная инновационная методика в физическом воспитании как корригирующая гимнастика. Данная гимнастика способствует пробуждению после дневного сна. Она заряжает весь организм, воздействуя на биологически активные точки, воспитывает бережное отношение к своему телу, предотвращает простудные заболевания, укрепляет дыхательный тракт, дает заряд бодрости на вторую половину дня.

Такие упражнения воздействуют на дыхательную, сердечнососудистую, и нервную системы.

Корригирующая гимнастика состоит из 3-х частей: водной, основной и заключительной. Во время вводной части улучшается эмоциональное состояние детей, концентрируется их внимание, организм готовится к предстоящим

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

нагрузкам. Во время вводной части дети осваивают строевые упражнения, ходьбу и бег, прыжки, упражнения для коррекции осанки и профилактики плоскостопия, обучаются правильному дыханию. Завершается эта часть построением детей в группы или колонны для выполнения общеразвивающих упражнений.

В основной части – общеразвивающие упражнения. Они нужны для развития и укрепления мышц всего тела, для гибкости позвоночника [4, с. 66].

Упражнения выполняются из разных исходных положений – сидя, стоя, лежа на спине и животе. Они способствует повышению качества движений, увеличивают нагрузку, в работу вовлекаются все группы мышц. Гимнастика завершается заключительной частью, включающей физические упражнения.

Важно отметить, что дети предпочитают другим формам занятий по физической культуре именно корригирующую гимнастику после сна, сюжетные ОРУ, а также самостоятельную игровую и двигательную деятельность.

Инновационная деятельность в образовании имеет свои особенности. Первая особенность заключается в том, что субъектами инновационного процесса являются дети, родители и педагоги. Второй отличительной особенностью педагогической инновации является необходимость системного охвата возможно большего числа педагогических проблем. Применительно к сфере образования инновацией можно считать конечный результат инновационной деятельности, получивший воплощение в виде нового содержания, метода, формы организации образовательного процесса либо в новом подходе к оказанию социальных услуг в области образования на основе реальных запросов родителей, т.е. новых форм дошкольного образования [5, с. 38].

Работая в этом направлении три года, я разработала методические рекомендации для воспитателей и родителей, которые помогают, используя данную инновацию, в физическом развитии детей.

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

Таблица 1

Мониторинг физического развития детей групп с умственной отсталостью за три года (Е.А. Стребелева)

год/адаптация	2015–2016 (32 чел.)	2016–2017 (32 чел.)	2017–2018 (33 чел.)
высокий уровень	6–19%	7–22%	7–21%
средний уровень	21–65%	22–69%	24–76%
низкий уровень	5–16%	3–9%	2–3%

Выводы: за три года прослеживается положительная динамика

физического развития детей с умственной отсталостью МБДОУ «ЦРР №12» г. Александрова. Выросло количество детей, имеющих высокий и средний уровень физического развития, уменьшилось количество детей, имеющих низкий уровень развития.

Таким образом, именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного воздействия формируются здоровье, здоровый образ жизни, закладываются основы крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых и других физических качеств, происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма. Учитывая наиболее существенную значимость двигательной активности для развития растущего организма, необходимо: повысить интерес детей к различным видам ее, а также, увеличить ее объем; поднять эмоциональный настрой детей на физкультурных занятиях, чтобы эти занятия приносили радость, поддерживали хорошее настроение; побуждать детей к самостоятельной двигательной деятельности. Положительный опыт проведения занятий с дошкольниками показывает, что все перечисленные задачи можно решать путем введения инноваций, интегрированных форм работы, увлекательных физических упражнений.

Список литературы

1. Бабенкова Е.А. Растим здорового ребенка. Новые стандарты [Текст] / Е.А. Бабенкова, Т.М. Параничева. – М.: УЦ Перспектива, 2011. – С. 53.

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

2. Безденежных Г.А. Педагогические инновации в физическом воспитании в дошкольном образовании: понятия, перспективы и направления развития [Текст] // Молодой ученый. – 2011. – С. 209.

3. Глазырина Л.Д. «Физическая культура» – вторая младшая группа; средняя группа [Текст] / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2000. – С. 89.

4. Екжанова Е.А. Методические рекомендации: «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта [Текст] / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. – М.: Просвещение, 2009. – С. 66.

5. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3–7 лет [Текст] / Л.И. Пензулаева. – М.: Мозаика-Синтез, 2010. – С. 38.

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