

ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

Физическое воспитание школьника с комплексными нарушениями направлено на укрепление соматического здоровья и профилактику гиподинамии, совершенствование моторных функций и развитие двигательных качеств (быстроты, силы, ловкости, координации, соразмерности), формирование дифференцированных движений в разных мышечных группах. Необходимость реализации этих направлений работы обусловлена особенностями физического и моторного развития, которые являются результатом негативного характера влияния сенсорной депривации на формирование двигательной сферы данной группы детей. В ряде случаев эти проблемы усугубляются особыми проявлениями в структуре двигательного нарушения (нарушения мышечного тонуса, парезы, насильственные движения), чье возникновение обусловлено органическим характером нарушений опорно-двигательного аппарата.

Как правило, школьники с комплексными нарушениями овладевают всеми видами основных движений с некоторым отставанием, демонстрируют ограниченность общей двигательной активности, испытывают трудности восприятия изменений положения отдельных частей собственного тела и пространственной организации движений, отличаются качественно низкими показателями сформированности двигательных качеств.

В результате, своеобразие двигательного развития детей может являться причиной трудностей реализации познавательной и коммуникативной направленности их поведения.

Физическое развитие ребенка с комплексными нарушениями является тем направлением работы, которое не всегда требует создания особых условий и использования специального дидактического оборудования. Успешность его реализации может быть обеспечена постоянным вниманием взрослого к уровню двигательной активности дошкольника и ее

стимуляцией в течение всего дня; увеличением разнообразия основных движений, включенных в естественную двигательную деятельность ребенка (ходьбы, бега, прыжков, лазанья); коррекцией положения головы и туловища дошкольника во время статических и динамических видов деятельности; повышением требований к качеству выполняемых движений, в том числе входящих в состав предметных, игровых и иных действий.

Подвижные игры и игровые упражнения могут проводиться индивидуально и в подгруппах, в помещении и на улице, в условиях знакомой и незнакомой предметной обстановки, с использованием специальных атрибутов (гимнастические палки, обручи, гантели...) и без них.

Учитывая своеобразие двигательной сферы ребенка с комплексными нарушениями, условно можно выделить следующие группы подвижных игр и игровых упражнений:

Игры и упражнения, направленные на увеличение психофизической нагрузки и профилактику гиподинамии.

Игры и упражнения, совершенствующие основные движения (ходьбу, бег, лазанье, прыжки, метание).

Игры и упражнения, способствующие развитию и укреплению всех групп мышц.

Игры и упражнения, направленные на развитие и формирование двигательных качеств (быстроты, силы, ловкости, гибкости, координации, соразмерности).

Требования к двигательному компоненту содержания игр (за исключением игр 3-й группы) почти не зависят от возраста, так как при отсутствии нарушений опорно-двигательного аппарата органического происхождения дети даже с тяжелыми нарушениями зрения и слуха к 1,5-2 годам овладевают всеми видами основных движений и могут самостоятельно ходить.

При определении моторной составляющей игр и упражнений, направленных на развитие двигательных качеств, следует учитывать естественные возрастные аспекты их формирования, а именно незавершенность. Поэтому требования к качеству движений преимущественно будут носить индивидуальный характер, и, следовательно, определяющим для содержания игр становится тот уровень развития двигательных качеств, который демонстрирует ребенок на начало занятий с ним.

Большее значение в процессе организации физического воспитания ребенка с комплексными нарушениями имеет выбор средства коммуникации и наглядности, так как именно они обеспечивают полноту понимания и реализации поставленной перед дошкольником двигательной задачи. Поэтому в зависимости от тяжести нарушений зрения и слуха соотношение вербальных и невербальных средств общения, а также использование наглядно-тактильных, наглядно-зрительных и наглядно-слуховых приемов на разных этапах выполнения двигательной задачи может и должно изменяться.

«УДЕРЖИ НА ГОЛОВЕ»

Цель: совершенствование навыков ходьбы, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, развитие равновесия и координации.

Оборудование: небольшая подушка или плотное полотенце, сложенное в форме подушки; коврики различной фактуры.

Ход игры: исходное положение: стоя у стены, без обуви. Педагог предлагает ребенку (группе детей) проверить, умеют ли они правильно стоять. Для этого необходимо встать спиной к стене таким образом, чтобы затылок, плечи, лопатки, ягодицы и пятки соприкасались с ее поверхностью; руки находятся на поясе.

Вариант 1. Необходимо удерживать ровное положение головы и спины, стоя у стены.

Вариант 2. На голову ребенка помещается подушка или предмет, ее заменяющий. Необходимо удерживать предмет на голове, стоя у стены, на расстоянии от нее.

Вариант 3. Сохраняя заданное положение (спина выпрямлена, лицо направлено вперед), необходимо пройти по прямой траектории. В качестве сигнала для начала и окончания движения используются речевые и неречевые команды.

Вариант 4. Сохраняя заданное положение (спина выпрямлена, лицо

направлено вперед), необходимо подойти к линии начала движения. Если ребенок испытывает зрительные трудности, то педагог подводит его к исходной точке. Ребенок (дети) оказываются в начале дистанции, которая состоит из фактурных ковров.

На голову ребенка помещается подушка или предмет, ее заменяющий, после чего по команде педагога ребенок или несколько детей одновременно начинают двигаться вперед. Длина дистанции определяется возможностями помещения, в котором проводится игра. Детям необходимо преодолеть дистанцию, не уронив подушку и сохраняя осанку. Окончание дистанции определяется по изменению поверхности пола и сопровождается дополнительными звуковыми и зрительными сигналами.

С целью усложнения задания возможно выполнение задания на скорость, включение в игру новых предметов, размещение на дистанции невысоких препятствий, которые необходимо перешагнуть. Однако основным условием его выполнения является сохранение правильного положения головы и туловища.



Для детей с тяжелыми нарушениями зрения и слуха допускается использование балансировки руками.

На начальных этапах освоения игры педагог может сопровождать ребенка на протяжении всей дистанции, находясь за его спиной. Для облегчения контроля положения спины педагог располагает кисти на плечах ребенка, слегка надавливая большими пальцами на лопатки, что способствует

выпрямлению спины. С целью преодоления/профилактики дезориентации ребенка в пространстве педагог может встать непосредственно за его спиной, разместив стопы ребенка перед своими ступнями, стимулируя ходьбу собственными движениями ног.

«БУДЬ ВНИМАТЕЛЬНЫМ»

Цель: совершенствование навыков ходьбы, бега; формирование правильной осанки, развитие умения изменять темп движения, развитие равновесия и координации, развитие внимания.

Оборудование: магнитофон (любая звуковоспроизводящая аппаратура), который должен быть установлен на полу (при наличии — сабвуфер); фрагменты музыкальных записей с различным темпом звучания; источники света, скорость работы которых может меняться в заданном темпе, или фонарик. Для воспроизведения ритма и темпа возможно использование бубна, гимнастической палки.

Игра проводится на твердом покрытии, так как оно обеспечивает лучшую вибрационную проводимость звука. С этой же целью на этапе знакомства с

правилами игры ребенку можно предложить снять обувь. Затем обувь необходимо одеть.

Для реализации игры привлекается помощник, который регулирует музыкальное оформление, подает световые сигналы.

Ход игры: исходное положение: стоя. Если остаточное зрение позволяет различить позу и действия взрослого, то ребенок располагается перед ним. Если состояние зрения не позволяет дифференцировать действия взрослого, то взрослый располагается за спиной ребенка, удерживая пальцы и кисти рук на его плечах, или находится перед ним, удерживая ребенка за руки.

Взрослый объясняет ребенку, что он должен внимательно слушать музыку. Если мелодия звучит медленно, выполняются движения в ходьбе; при увеличении скорости звучания — увеличивается интенсивность ходьбы или ребенок переходит на бег. Звучащая мелодия может подкрепляться изменениями световых сигналов.

Вариант 1. Движения ходьбы и бега выполняются на месте.

Вариант 2. Ходьба и бег выполняются во время движения по залу (комнате). Первоначально взрослый находится впереди ребенка (руки последнего расположены на талии педагога). Затем взрослый занимает позицию за ребенком (удерживая за талию или плечи) или удерживает его за руку.

К игре могут быть привлечены еще 1-2 участника, которые образуют цепочку.

Усложнение задания возможно за счет включения в игру новых видов движений: ходьба и бег на носочках, на пятках, с высоким подниманием колен; движение в полуприседе и т.д. При любом усложнении игры проводится предварительное знакомство с новым способом передвижения.

При тяжелых нарушениях зрения с этой целью используются наглядно-тактильные приемы. Перед выполнением движения детьми педагог располагает их руки на тех частях своего тела, которые изменили положение, стимулируя их ощупывание. Затем эти же изменения моделируются на кукле или объемном муляже фигуры человека, после чего воспроизводятся ребенком.

