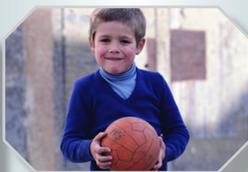


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Тольяттинский государственный университет
Гуманитарно-педагогический институт
Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

А.А. Ошкина

МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ В РАЗВИТИИ

Электронное учебно-методическое пособие



© ФГБОУ ВО «Тольяттинский
государственный университет», 2019

ISBN 978-5-8259-1447-3

УДК 376.1

ББК 74.5

Рецензенты:

канд. пед. наук, зам. директора АНО ДО «Планета детства «Лада» *Н.А. Матуняк*;

канд. пед. наук, доцент кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология» Тольяттинского государственного университета *Е.А. Сидякина*.

Ошкина, А.А. Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии : электронное учебно-методическое пособие / А.А. Ошкина. – Тольятти : Изд-во ТГУ, 2019. – 1 оптический диск.

Учебно-методическое пособие по изучению дисциплины «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» состоит из трех разделов, в которых представлены тематика и дидактические единицы содержания лекционных занятий (раздел 1), тематика и содержание практических занятий (раздел 2), материалы для контроля знаний (раздел 3).

Предназначено для студентов направления подготовки бакалавров 44.03.03 «Специальное (дефектологическое) образование» очной и заочной форм обучения.

Текстовое электронное издание.

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом Тольяттинского государственного университета.

Минимальные системные требования: IBM PC-совместимый компьютер: Windows XP/Vista/7/8; PIII 500 МГц или эквивалент; 128 Мб ОЗУ; SVGA; CD-ROM; Adobe Acrobat Reader.

© ФГБОУ ВО «Тольяттинский
государственный университет», 2019



Редактор *Ю.С. Елисева*

Технический редактор *Н.П. Крюкова*

Компьютерная верстка: *Л.В. Сызганцева*

Художественное оформление, компьютерное
проектирование: *Г.В. Карасева, И.В. Карасев*

Дата подписания к использованию 02.07.2019.

Объем издания 2,8 Мб.

Комплектация издания: компакт-диск, первичная упаковка.

Заказ № 1-21-18.

Издательство Тольяттинского государственного университета

445020, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14,

тел. 8 (8482) 53-91-47, www.tltsu.ru

Содержание

ВВЕДЕНИЕ	5
Раздел 1. ТЕМАТИКА ЛЕКЦИЙ И КЛЮЧЕВЫЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПОНЯТИЯ	9
Тема 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста	9
Тема 2. Основные закономерности формирования двигательных навыков у дошкольников	10
Тема 3. Обучение, воспитание и развитие дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями	11
Тема 4. Формы физкультурно-оздоровительной и коррекционно-профилактической работы в ОУ	12
Тема 5. Двигательные нарушения в структуре аномального развития	14
Раздел 2. ТЕМАТИКА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ	15
Практические занятия 1–2. Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта	15
Практические занятия 3–4. Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением речи	26
Практические занятия 5–6. Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением зрения	32
Практические занятия 7–8. Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением слуха	42
Практическое занятие 9. Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением опорно-двигательного аппарата	66
Раздел 3. МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ	79
Примерные тестовые задания	79
Примерные вопросы к экзамену	81
Библиографический список	85

ВВЕДЕНИЕ

Дисциплина «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» предполагает изучение студентами направления «Специальное (дефектологическое) образование» закономерностей физического развития и воспитания детей, для которых характерно отклонение от нормального психического развития, связанное с врожденными или приобретенными нарушениями формирования нервной системы.

Цель пособия – формирование профессиональной компетенции студента в области физического воспитания детей с нарушениями в развитии и практической готовности к решению профессиональных педагогических задач в сфере физического воспитания дошкольников с ОВЗ.

Задачи:

- 1) обеспечить усвоение базовой системы научных знаний в области физического воспитания детей с нарушениями в развитии;
- 2) сформировать умение проектировать и организовывать процесс физического воспитания детей с нарушениями в развитии;
- 3) обеспечить овладение способами решения профессиональных педагогических задач в сфере физического воспитания детей с нарушениями в развитии;
- 4) способствовать становлению профессионального самосознания будущих педагогов и стремлению к творческой самореализации в профессиональной деятельности.

Дисциплина «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» относится к вариативной части учебного плана. Она базируется на таких дисциплинах, как «Анатомия и физиология человека», «Специальная детская психология», «Специальная дошкольная педагогика».

Знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения «Методики физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии», необходимы при изучении таких дисциплин, как «Коррекционная ритмика для детей с ограниченными возможностями здоровья», «Социокультурная реабилитация детей-инвалидов», «Формирование основ здорового образа жизни у детей с огра-

ниченными возможностями здоровья». Знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения курса, необходимы в процессе выполнения научно-исследовательской работы студентов и для осуществления будущей профессиональной деятельности.

Дисциплина «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» построена по модульному принципу и включает два раздела: 1) теоретические основы физического воспитания детей с нарушениями в развитии; 2) технологические основы физического воспитания детей с нарушениями в развитии. Каждый раздел конкретизируется через подразделы (темы): теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста (нормы и с ОВЗ); основные закономерности формирования двигательных навыков у дошкольников, обучение, воспитание и развитие дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями; формы физкультурно-оздоровительной и коррекционно-профилактической работы в образовательной организации; двигательные нарушения в структуре аномального развития; содержание и организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта; содержание и организация физического воспитания детей с нарушением зрения; содержание и организация физического воспитания детей с нарушением слуха; содержание и организация физического воспитания детей с нарушением речи; содержание и организация физического воспитания детей с нарушением ОДА; диагностика физической подготовленности детей с нарушениями в развитии.

Изучение дисциплины «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» согласно учебному плану предусматривает распределение часов по видам учебных занятий, представленное в табл. 1.

Таблица 1

Распределение часов по видам учебных занятий

Семестр	Лекц. (час)	Практ. (час)	Самост. работа	Кол-во ЗЕТ	Форма контроля
6	16	18	38	3	Экзамен

В результате освоения дисциплины «Методика физического воспитания дошкольников с нарушениями в развитии» у студентов формируются следующие компетенции:

- способность к рациональному выбору и реализации коррекционно-образовательных программ на основе личностно-ориентированного и индивидуально-дифференцированного подходов к лицам с ограниченными возможностями здоровья (ПК-1);
- готовность к планированию образовательно-коррекционной работы с учетом структуры нарушения, актуального состояния и потенциальных возможностей лиц с ограниченными возможностями здоровья (ПК-3);
- способность осуществлять мониторинг достижения планируемых результатов образовательно-коррекционной работы (ПК-6).

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

- содержание образовательных программ по физическому развитию дошкольников с ОВЗ;
- методику проведения форм физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной организации для детей с ОВЗ;
- современные технологии формирования двигательной культуры у детей с нарушениями в развитии;
- технологию планирования физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками с учетом структуры нарушения, актуального состояния и потенциальных возможностей лиц с ограниченными возможностями здоровья;
- методы и процедуру проведения диагностики физического развития и физической подготовленности дошкольников с нарушениями в развитии;

уметь:

- выбирать образовательные программы по физическому развитию дошкольников с ОВЗ в соответствии с типом нарушения;
- проектировать коррекционную работу по развитию психофизических качеств ребенка с нарушениями в развитии;
- осуществлять отбор диагностических методик для мониторинга достижений по физическому развитию дошкольников с ОВЗ;

владеть:

- способами реализации образовательных программ по физическому развитию дошкольников с ОВЗ;
- способами планирования разных форм физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ОВЗ;
- навыками анализа и интерпретации результатов физической подготовленности дошкольников в зависимости от типа нарушения.

Раздел 1. ТЕМАТИКА ЛЕКЦИЙ И КЛЮЧЕВЫЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ ПОНЯТИЯ

Тема 1. Теоретические основы физического воспитания детей дошкольного возраста

Цель физического воспитания детей. Закономерности развития детского организма. Задачи физического воспитания: оздоровительные, образовательные, воспитательные (С.О. Филиппова, А.В. Кенеман, Э.Я. Степаненкова, Т.Э. Токаева). Комплексный подход в осуществлении задач. Понятие «средства физического воспитания». Комплексное использование средств как необходимое условие успешного решения задач гармоничного развития детей, формирования здорового образа жизни. Природные факторы как средство укрепления здоровья, закаливания и повышения работоспособности организма ребенка. Гигиенические факторы (соблюдение требований личной и общественной гигиены), санитарно-гигиенические требования к месту проведения физических упражнений (оборудованию, одежде и обуви), их значение и место в системе средств физического воспитания.

Физические упражнения как основное специфическое средство физического воспитания. Характеристика физических упражнений. Содержание и форма (структура) физических упражнений. Техника физических упражнений. Характеристика движений (пространственная, временная, ритмическая, пространственно-ритмическая, динамическая). Требования к отбору физических упражнений для дошкольников (содержание упражнений, их направленность, дозировка физической нагрузки). Классификация физических упражнений: гимнастика (основные движения, построения и перестроения, танцевальные упражнения, музыкально-ритмические упражнения), подвижные игры (простые, игры с элементами спортивных игр), спортивные упражнения, элементарный туризм.

Тема 2. Основные закономерности формирования двигательных навыков у дошкольников

Понятие «двигательные умения», «двигательные навыки», их физиологическая и психологическая сущность. Многоуровневая система управления движениями. Учение о «функциональной системе» П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна. Динамический стереотип как особое состояние функциональной системы. Роль сознания и эмоций в процессе образования двигательных навыков. Фазы формирования двигательных умений и навыков. Закономерности формирования двигательных навыков: фазовость, волнообразность, положительный и отрицательный перенос. Взаимосвязь развития психофизических качеств и формирования двигательных навыков. Влияние постановки задач, мотивов деятельности, психологической установки. Влияние музыки на развитие и совершенствование двигательных навыков. Общие принципы образования дошкольников в области физической культуры (принципы гуманизации, демократизации, гуманитаризации, вариативности, региональной специфики, развивающего характера, непрерывности). Принципы организации педагогического процесса по физической культуре в дошкольном учреждении (принципы оздоровительной направленности, социализации дошкольника, всестороннего развития личности, единства с семьей, подготовки к обучению в школе). Дидактические принципы (научность, доступность, постепенность, систематичность, сознательность и активность, наглядность, прочность, индивидуализация). Особенности использования различных методов на разных этапах овладения двигательным действием. Использование наглядных, словесных и практических методов в процессе формирования у детей двигательных навыков.

Наглядный метод. Приемы обеспечения зрительной наглядности: показ физических упражнений; использование подражания образцам из окружающей жизни; применение зрительных ориентиров; демонстрация наглядных пособий (модели, рисунки, фотографии, кино, диафильмы, диапозитивы).

Приемы обеспечения тактильно-мышечной наглядности. Помощь воспитателя в уточнении положения отдельных частей тела

с целью создания правильных мышечно-двигательных ощущений. Приемы предметной наглядности для уточнения правильности движения и самоконтроля ребенка при выполнении движений. Использование подводящих упражнений.

Приемы обеспечения слуховой наглядности: использование инструментальной и вокальной музыки, ударных инструментов, технических средств и других звуковых сигналов в целях восприятия и регуляции ритма и темпа движений.

Словесные методы и приемы: объяснение, пояснение, указания, напоминание, распоряжение, команда, оценка, отчет ребенка, вопросы, беседы, эмоционально-словесное общение в процессе выполнения движений; использование сюжетных рассказов, стихов, считалок, игровых зачинов, прибауток.

Практические методы и приемы обучения. Повторение упражнений с полной или частичной регламентацией. Методы целостного и расчлененного упражнения. Игровой и соревновательный методы. Дидактическая сущность репродуктивного метода. Методы проблемного обучения и методы формирования творческих потенций у детей как предпосылки успешного обучения детей творческой деятельности. Значимость комплексного использования методов и приемов обучения.

Тема 3. Обучение, воспитание и развитие дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями

Понятие, значение и характеристика основных движений. Виды основных движений: ходьба, бег, метание, лазание, прыжки. Равновесие как необходимый компонент основных движений. Специфика воздействия каждого из основных движений на всестороннее развитие ребенка.

Техника выполнения и ее особенности у детей разных возрастных групп. Критерии оценки каждого из видов движений. Задачи обучения каждому из основных движений и их место в общей системе работы по физическому воспитанию.

Технологии обучения основным движениям. Последовательность обучения каждому виду основных движений в разные возраст-

ные периоды. Методические приемы обучения с учетом возраста и степени сформированности двигательного навыка. Использование подготовительных и подводящих упражнений. Анализ содержания программ дошкольного образования.

Тема 4. Формы физкультурно-оздоровительной и коррекционно-профилактической работы в ОУ

Физкультурные занятия как основная форма организованного систематического обучения детей физическим упражнениям. Задачи физкультурных занятий. Типы физкультурных занятий. Структура физкультурных занятий. Задачи и содержание каждой части. Составление плана-конспекта физкультурного занятия. Методы организации детей при выполнении физических упражнений. Особенности проведения физкультурных занятий в разных возрастных группах, в помещении и на воздухе. Нагрузка на занятиях (физическая, психическая, эмоциональная), приемы ее регулирования. Общая и моторная плотность занятия. Контроль за самочувствием и поведением детей на занятии и после его завершения. Профилактика детского травматизма на физкультурных занятиях. Музыка на занятии. Утренняя гимнастика. Значение утренней гимнастики: повышение функциональных возможностей организма, развитие двигательных качеств, закрепление двигательных навыков, формирование осанки и укрепление свода стопы. Образовательное и воспитательное значение. Структура утренней гимнастики. Требования к подбору упражнений и дозировка. Методические приемы. Особенности технологии проведения утренней гимнастики в разных возрастных группах. Значение музыки и пения при проведении утренней гимнастики. Сочетание утренней гимнастики с закаливающими и гигиеническими процедурами.

Гимнастика после дневного сна. Значение: растормаживание нервной системы после сна, повышение работоспособности, сокращение времени на восприятие сигналов окружающей среды, закаливание организма, формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия. Цели и задачи гимнастики после сна. Требования к подбору упражнений с учетом состояния здоровья,

физического и психического развития, подготовленности, личных особенностей ребенка. Нагрузка и ее регулирование. Специфика подбора упражнений. Использование музыкального сопровождения. Особенности методических приемов руководства гимнастикой после сна в разных возрастных группах.

Физкультминутки и физкультурные паузы. Обоснование необходимости и времени проведения. Требования к подбору физических упражнений, к условиям проведения и к уровню подготовленности детей. Дозировка нагрузки, темп выполнения, длительность. Особенности организации в разных возрастных группах.

Прогулка. Значение прогулки. Значение выполнения различных физических упражнений в природных условиях. Подвижные игры и физические упражнения на прогулке. Прогулки за пределы участка как форма элементарного туризма. Выбор маршрута и способа передвижения, расстояния, форма отдыха. Требования к одежде и обуви на прогулке.

Самостоятельная двигательная деятельность. Значение, ее место в режиме дня. Уровни двигательной активности детей. Организация предметно-пространственной среды, подбор оборудования. Принципы руководства самостоятельной двигательной деятельностью.

Индивидуальная работа. Значение и задачи: стимулирование детей к двигательной активности, самостоятельным играм и упражнениям; помощь не усвоившим программный материал; содействие укреплению здоровья и улучшению физического развития ослабленных детей; исправление дефектов осанки и профилактика плоскостопия. Организация детей.

Закаливающие мероприятия в сочетании с физическими упражнениями. Подбор физических упражнений для проведения воздушных, солнечных ванн, водных процедур. Нагрузка и ее регулирование. Своеобразие приемов работы в разных возрастных группах. Наблюдение за самочувствием детей.

Задания на дом. Задания на дом как форма работы с семьей. Подбор содержания заданий. Способы подготовки родителей к выполнению домашних заданий с детьми: консультации, стендовая информация.

Активный отдых. Физкультурные досуги и праздники. Физкультурные праздники как итог воспитательно-образовательной работы с детьми за определенный период. Физические упражнения и игры как часть программы общего праздника детского сада и вечера досуга. Содержание и план построения физкультурного праздника. Подбор физических упражнений и пособий соответственно поставленной задаче и возрастным особенностям детей. Организация детей. Методические приемы проведения праздников. Роль ведущего и его помощников. Сочетание индивидуальных и коллективных выступлений. Участие в празднике детей разных возрастных групп. Соревнования. Сюрпризные моменты. Дозировка двигательной нагрузки. Длительность праздника. Музыкальное оформление.

Физкультурный досуг, его содержание в разных возрастных группах. Организация и планирование. Виды физкультурного досуга.

День здоровья. Оздоровительное, воспитательное, образовательное значение. Обеспечение профилактики переутомления нервной системы, оздоровление, поддержание положительного эмоционального состояния психики детей. Место в педагогическом процессе. Подбор игр и упражнений, физкультурных пособий в соответствии с поставленными задачами, физической подготовленностью, интересами детей. Сюрпризные моменты. Профилактика травматизма.

Тема 5. Двигательные нарушения в структуре аномального развития

Специфика двигательных нарушений у детей с разным типом дизонтогенеза: недоразвитие (олигофрения), задержанное развитие (задержка психического развития), дефицитарное развитие (нарушение зрения, слуха, речи, двигательные нарушения). Особенности формирования двигательных умений и навыков. Целесообразность использования принципа сочетаемости методов и приемов. Изменения в содержании технологичности физического воспитания дошкольников с разными видами нарушений.

Раздел 2. ТЕМАТИКА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Практические занятия 1–2 Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта

Форма проведения: семинар – круглый стол.

Вопросы для обсуждения

1. Особенности физического и моторного развития дошкольников с нарушением интеллекта (умственная отсталость и задержка психического развития).
2. Организация физического воспитания детей с нарушением интеллекта и общие методические положения.
3. Содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы на разных этапах обучения.

Учебно-исследовательское задание – составление конспекта развития двигательной деятельности у детей с нарушениями интеллекта. Форма двигательной деятельности определяется студентом самостоятельно.

Рекомендуемая литература

1. Екжанова, Е.А. Программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. – М. : Просвещение, 2003. – 227 с.
2. Зарин, А.П. Медико-педагогическая поддержка физического развития и укрепления здоровья ребенка с интеллектуальной недостаточностью в детском саду / А.П. Зарин, Л.С. Петрова, А.Н. Фомина // Дефектология. – 2003. – № 5. – С. 64–69.
3. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью / Л.Б. Баряева [и др.]. – СПб. : КАРО, 2009. – 272 с.

Материалы для практического занятия

В раннем возрасте начинают проявляться некоторые специфические черты, которые отличают всех этих детей от их сверстников с нормальным развитием. С первых месяцев жизни дети отстают в физическом и психомоторном развитии. В первые годы жизни такие дети отличаются от своих ровесников соматической ослабленностью, повышенной склонностью к простудным и инфекционным заболеваниям, бронхитам, пневмониям.

Физическое развитие: у большинства детей отмечается выраженная задержка в овладении навыком прямохождения (от 1 г. 4 мес. до 2 лет), а некоторые из них овладевают ходьбой только к концу раннего возраста. При этом общие движения характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Дети на третьем году жизни не могут самостоятельно ходить целенаправленно по прямой дорожке, подниматься и спускаться по лестнице. Отмечается недоразвитие ручной и мелкой моторики: не выделяется ведущая рука и не формируются согласованность действий обеих рук, мелкие и точные движения кистей и пальцев рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец.

В дошкольном возрасте особенности развития умственно отсталых детей проявляются более выраженно.

Первый вариант развития при легкой степени умственной отсталости характеризуется как «социально близкий к нормативному».

Физическое развитие: дети овладевают основными видами движений — ходьбой, бегом, лазанием, ползанием, метанием. Они охотно принимают участие в коллективных физических упражнениях и подвижных играх. Со временем проявляют способности к некоторым видам спорта (например, к плаванию, бегу на лыжах, велогонкам и др.).

Второй вариант развития умственно отсталых детей характеризуется как «социально неустойчивый», к этому варианту относятся дети с умеренной умственной отсталостью.

Физическое развитие: общие движения детей характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Они не могут подниматься и спускаться самостоятельно по лестнице, у них отсутствует стремление овладеть такими основ-

ными движениями, как бег и прыжки. Без коррекционного воздействия для них характерно недоразвитие ручной и мелкой моторики: не выделяется ведущая рука и не формируется согласованность действий обеих рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец, у них отсутствует указательный тип хватания (указательным и большим пальцами) и хватание щепотью (указательным, средним и большим пальцами).

Третий вариант развития умственно отсталых детей дошкольного возраста характеризуется как «социально неблагополучный» и характерен для детей с тяжелой умственной отсталостью и с множественными нарушениями в развитии.

Физическое развитие: у многих детей отмечаются диспропорция телосложения, отставание или опережение в росте; в становлении значимых навыков отмечается незавершенность этапов основных движений: ползания, сидения, ходьбы, бега, прыжков, перешагивания, метания и т. п. Формирование основных двигательных навыков происходит с большим трудом: многие сидят (ходят) с поддержкой, проявляют медлительность или суетливость при изменении позы или смене местоположения. Для них характерны трудности в становлении ручной и мелкой моторики: не сформирован правильный захват предмета.

Четвертый вариант развития детей дошкольного возраста с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется как «социально дезадаптированный». Это дети с глубокой степенью умственной отсталости и большинство детей с множественными нарушениями в развитии, дети, которые реагируют непроизвольно эмоциональными или двигательными проявлениями на голос взрослого без понимания обращенной к ним речи в конкретной ситуации взаимодействия.

Физическое развитие: у многих детей отмечается аномалия строения лица и черепа; большинство из них проводят свою жизнь в лежачем положении, с трудом поворачивают голову, а при грубых и выраженных патологиях мозга не способны удерживать ее в вертикальном положении. Ручная и мелкая моторика также несовершенна: пальцы рук могут быть расслаблены и не способны захватывать предмет, а могут находиться в состоянии спастичности, при котором захват предметов также недоступен.

Физическое развитие

В данной области Программы рассматриваются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов ведения здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Основные направления работы по физическому воспитанию: метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелезание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, с предметами, упражнения на формирование правильной осанки, для развития равновесия, подвижные игры, плавание).

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение «от плеча», поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег детей в группе закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылки коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации деятельности.

Ползание, лазание, перелезание направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывают положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног, на укрепление внутренних органов и систем. При этом они являются одним из важнейших направлений работы, имеющим высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка. Общеизвестно, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания — восполнить этот пробел в их развитии.

Общеразвивающие упражнения способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей, развивают гибкость и подвижность в суставах, укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами;
- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентирования в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих ребят. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Их совместные действия создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. В процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

В данный раздел включено обучение плаванию, поскольку оно оказывает колоссальное стимулирующее воздействие на растущий организм ребенка. Физические свойства водной среды, в частности плотность воды, оказывают специфическое влияние на функции кровообращения, дыхания, кожные рецепторы. Плавание закаляет организм, тренирует вестибулярный аппарат. Занятия в воде необходимо сочетать с общеразвивающими упражнениями и подвижными играми на суше.

Основные задачи обучения и воспитания

• От 3 до 4 лет:

- формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- укреплять состояние здоровья детей;
- формировать правильную осанку у каждого ребенка;
- формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
- развивать их движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность;
- тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закалять организм;
- создавать условия в группе для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
- осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновения вторичных отклонений в психофизическом развитии ребенка;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
- учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
- учить детей внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку (стена, веревка, лента, палка);
- учить детей ходить стайкой за воспитателем;
- учить их ходить друг за другом, держась за веревку рукой;
- учить ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить переворачиваться из одного положения в другое (из положения лежа на спине в положение лежа на животе и обратно);
- воспитывать в детях интерес к участию в подвижных играх;
- учить детей прыгивать с высоты (с гимнастической доски высотой 10–15 см);
- учить их ползать по ковровой дорожке, доске, по наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее;

- учить детей подползать под веревку, под скамейку;
- учить удерживаться на перекладине с поддержкой взрослого;
- формировать у детей интерес к движениям в воде, учить не бояться воды и спокойно входить в бассейн, окунаться спокойно в воду.

- От 4 до 5 лет:

- учить детей следовать инструкции взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить их выполнять движения и действия по подражанию, показу и речевой инструкции взрослого;
- формировать у ребят интерес к участию в подвижных играх, объясняя правила некоторых подвижных игр;
- учить детей бросать мяч в цель двумя руками;
- учить их ловить мяч среднего размера;
- учить строиться и ходить в шеренге по опорному знаку (веревка, лента, палка);
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить детей бегать вслед за воспитателем;
- учить прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками;
- учить ползать по гимнастической скамейке;
- формировать у детей умение подползать под скамейку;
- учить детей переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе;
- учить их подтягиваться на перекладине;
- продолжать формировать у детей интерес к движениям в воде, умение окунаться в воду, выполнять некоторые упражнения и действия в воде по инструкциям взрослого, учить плавать с пенопластовой доской.

- От 5 до 6 лет:

- учить детей выполнять упражнения по наглядному примеру взрослого, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
- учить детей ловить и бросать мячи большого и среднего размеров;
- учить детей передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
- учить их метать в цель мешочек с песком;
- учить ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
- учить детей подлезать под скамейки, ворота, различные конструкции;

- формировать у них умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
- учить детей ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны либо вперед;
- учить детей ходить на носках с перешагиванием через палки;
- учить ходить, наступая на кубы («кирпичики»), ходить, высоко поднимая колени («как цапля»);
- формировать у детей желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них и проявлять инициативу при выборе игры;
- учить детей бегать «змейкой», прыгать «лягушкой»;
- учить их передвигаться прыжками вперед;
- учить детей выполнять скрестные движения руками;
- учить держаться самостоятельно на воде, выполнять некоторые действия (прыгать, передвигаться, бросать мяч).

- От 6 до 7–8 лет:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить их попадать в цель с расстояния 5 метров;
- закреплять навык бросания и ловли мячей разного размера;
- учить детей находить свое место в шеренге по сигналу;
- учить ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- учить их согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами;
- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить их лазить вверх и вниз по шведской стенке, перелазить на соседний пролет стенки;
- продолжать обучение езде на велосипеде;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления – «змейкой», по диагонали;
- закреплять умение прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучать выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, умение предлагать сверстникам участвовать в играх;

- продолжать учить детей держаться на воде и плавать;
- разучивать с детьми комплекс разминочных движений и подготовительных упражнений для плавания;
- продолжать учить детей плавать и выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- уточнять представления каждого ребенка о его внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать потребность в выполнении гигиенических процедур;
- обращать внимание детей на приятные ощущения чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закреплять представление детей о режиме дня и необходимости и полезности его соблюдения.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезть на соседний пролет стенки;
- ездить на велосипеде (трех- или двухколесном);
- ходить и бегать с изменением направления («змейкой», по диагонали);
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- выполнять комплекс упражнений для утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- держаться на воде, выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

Основные задачи обучения и воспитания при формировании представлений о здоровом образе жизни (от 6 до 7–8 лет):

- формировать у детей представление о человеке как о целостном разумном существе, у которого есть душа, тело, мысли, чувства;
- уточнять представления каждого ребенка о его внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических процедур;
- обращать внимание детей на приятное ощущение чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и пользы его соблюдения;
- обучать детей приемам самомассажа и укрепления здоровья через воздействие на биологически активные точки своего организма;
- познакомить детей с ролью подвижных игр и специальных упражнений для снятия усталости и напряжения;
- познакомить детей со значимостью солнечного света, чистого воздуха и воды для жизни и здоровья человека;
- познакомить детей с месторасположением и основным назначением позвоночника в теле человека, обучать правилам соблюдения правильной осанки и приемам расслабления позвоночника в позициях лежа и сидя;
- познакомить детей с приемами правильного дыхания и с элементарными дыхательными упражнениями;
- познакомить детей с правилами ухода за своими зубами, со связью здорового полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, с основами рационального питания.

Дети могут научиться:

- выполнять основные гигиенические процедуры;
- ежедневно ухаживать за своими зубами (чистить утром и вечером, полоскать рот после еды);
- выполнять комплекс утренней зарядки;
- показывать месторасположение позвоночника и сердца;
- выполнять элементарные дыхательные упражнения под контролем взрослого;

- перечислить по просьбе взрослого полезные для здоровья человека продукты;
- иметь элементарные представления о роли солнца, света, чистого воздуха и воды в жизни и здоровье человека;
- выполнять 3–4 упражнения для снятия напряжения с глаз;
- использовать приемы самомассажа пальцев рук, кистей и стоп эластичным кольцом, эластичной пружинистой палочкой (су-джок);
- перечислять правила безопасного поведения дома и на улице;
- иметь представление о необходимости заботливого и внимательного отношения к своему здоровью.

Практические занятия 3–4

Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением речи

Форма проведения: семинар – круглый стол.

Вопросы для обсуждения

1. Особенности физического и моторного развития дошкольников с нарушением речи.
2. Организация физического воспитания детей с нарушением речи и общие методические положения.
3. Содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы на разных этапах обучения.

Учебно-исследовательское задание – составление конспекта развития двигательной деятельности у детей с нарушениями речи.

Рекомендуемая литература

1. Волкова, Г.А. Логопедическая ритмика : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Г.А. Волкова. – М. : Владос, 2002. – 272 с.
2. Гонеев, А.Д. Основы коррекционной педагогики : учеб. пособие для студ. пед. вузов / А.Д. Гонеев, Н.И. Лифинцева, Н.В. Ялпаева ; под ред. В.А. Слостенина. – 3-е изд., перераб. – М. : Академия, 2004. – 272 с.
3. Дудьев, В.П. Особенности произвольной двигательной деятельности детей с общим недоразвитием речи / В.П. Дудьев // Дефектология. – 1995. – № 4. – С. 43–50.

4. Маранова, Н.Н. Использование речевых физкультминуток в группах детей с фонетико-фонематическими недостатками / Н.Н. Маранова // Дефектология. — 1989. — № 2. — С. 64–70.

Материалы к практическому занятию

Физическое развитие

В области физического развития ребенка основной *задачей образовательной деятельности* является создание условий:

- для становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- овладения элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.);
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание здоровья ребенка, в том числе формированию гигиенических навыков, а также создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В плане совершенствования двигательной активности детей, развития их физических возможностей, формирования начальных представлений о спорте взрослые уделяют особое внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней тер-

ритории (горки, качели и т. п.); устраивают подвижные игры (как свободные, так и по правилам), проводят занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности, развитию ловкости, координации движений, силы, гибкости, правильного формирования опорно-двигательной системы детского организма.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, способствующие развитию равновесия, координации движений, ловкости, гибкости, быстроты.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям возможность кататься на коньках, лыжах, ездить на велосипеде, плавать, заниматься другими видами двигательной активности.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для детей с тяжелыми нарушениями речи решаются в разнообразных формах работы (занятие физкультурой, утренняя зарядка, бодрящая зарядка после дневного сна, подвижные игры, физкультурные упражнения, прогулки, спортивные развлечения, лечебная физкультура, массаж и закаливание, а также формирование культурно-гигиенических навыков и представления о здоровом образе жизни).

Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» по следующим разделам: 1) физическая культура; 2) представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области «Физическое развитие» проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Активными участниками образовательного процесса в области «Физическое развитие» должны стать родители детей, а также специалисты, работающие с детьми.

В работе по физическому развитию детей с ТНР помимо образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, решаются развивающие, коррекционные и оздоровительные задачи, направленные на воспитание у детей представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

Задачи образовательной области «Физическое развитие» решаются в ходе непосредственной образовательной деятельности по физическому развитию, утренней гимнастики, прогулок, физкультурных досугов и праздников; в процессе проведения оздоровительных мероприятий (занятий лечебной физкультурой, массажа, закаливающих процедур); в совместной деятельности детей со взрослыми по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания; на музыкальных занятиях (в музыкально-дидактических, имитационных играх, играх с воображаемыми объектами, при выполнении музыкально-ритмических движений и т. д.); в играх и упражнениях, направленных на сенсомоторное развитие; в специальных играх и упражнениях, в процессе которых воспроизводятся основные движения, формируются естественные жесты, мимика; в подвижных играх (в том числе с музыкальным сопровождением); в индивидуальной коррекционной (в том числе логопедической) работе с детьми с ТНР.

В логике построения «Программы» образовательная область «Физическое развитие» должна интегрировать сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие детей.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста

Задачи образовательной области «Физическое развитие» для детей с ТНР решаются в разнообразных формах работы. Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание данной области по следующим разделам: 1) физическая культура; 2) представления о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Активными

участниками образовательного процесса должны стать родители и специалисты, работающие с детьми.

Реализация содержания образовательной области помимо непосредственно образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, предполагает решение развивающих, коррекционных и оздоровительных задач, воспитание у детей представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

В этот период реализация задач образовательной области «Физическое развитие» должна стать прочной основой, интегрирующей сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие детей с нарушением речи.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

В ходе физического воспитания детей с ТНР большое значение приобретает формирование у детей осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления заниматься спортом, желания участвовать в подвижных и спортивных играх со сверстниками и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Эти принципы обеспечивают непрерывность, преемственность в обучении и воспитании. В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

В процессе физического воспитания на данном этапе продолжается физическое развитие детей (объем движений, сила, ловкость, выносливость, гибкость, координированность движений). Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у детей в различные режимные моменты: на утренней зарядке, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов и т. п.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями логоритмикой, подвижными играми. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик (глазная, адаптационная, корригирующая, остеопатическая), закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна детей обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

Продолжается работа по формированию правильной осанки, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений дети учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Взрослые привлекают детей к посильному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов и т. д.

В этот возрастной период в занятия с детьми с ТНР вводятся комплексы аэробики, а также различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности детей.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. На этой ступени обучения важно вовлекать детей с ТНР в различные игры-эксперименты, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал и т. п., связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагоги разнообразят условия формирования у детей правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для детей, современную, эстетичную бытовую среду. Ребятам учат самостоятельно выражать свои потребности, осуществлять процедуры личной гигиены и правильно их организовывать (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений детей с ТНР о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые продолжают знакомить де-

тей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы дети усвоили речевые образцы того, как надо позвать взрослого на помощь в обстоятельствах нездоровья.

Практические занятия 5–6

Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением зрения

Форма проведения: семинар – круглый стол.

Вопросы для обсуждения

1. Особенности физического и моторного развития дошкольников с нарушением зрения.
2. Организация физического воспитания детей с нарушением зрения и общие методические положения.
3. Содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы на разных этапах обучения.

Учебно-исследовательское задание – составление конспекта развития двигательной деятельности у детей с нарушениями зрения.

Рекомендуемая литература

Основная

1. Сековец, Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения / Л.С. Сековец. – Н.Новгород : Ю.А. Николаев, 2001. – 168 с.
2. Сековец, Л.С. Физическое воспитание детей дошкольного возраста с монокулярным зрением / Л.С. Сековец. – Н.Новгород : Нижегородский гуманитарный центр, 2000. – 143 с.

Дополнительная

3. Азарян, А.Р. Методика формирования правильной ходьбы и манеры движений у школьников с нарушением зрения (практические рекомендации) / А.Р. Азарян // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2004. – № 5. – С. 10–15.
4. Азарян, А.Р. Правильная ходьба и манера движений как важное условие социализации слепых и слабовидящих / А.Р. Азарян // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2005. – № 6. – С. 14–17.
5. Алешина, А.Г. Медико-педагогический контроль в дошкольном учреждении для детей с нарушением зрения / А.Г. Алешина // *Вестник тифлологии.* – 2009. – № 1. – С. 104–107.
6. Денискина, В.З. Коррекционная направленность физминуток в образовательных учреждениях для детей с нарушением зрения / В.З. Денискина, Т.Н. Машкова // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2003. – № 4. – С. 4–11.
7. Дружинина, Л.А. Индивидуальный и дифференцированный подход при организации занятий лечебной физкультурой детей с косоглазием и амблиопией / Л.А. Дружинина // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2000. – № 1. – С. 40–43.
8. Краснянская, А.С. Физкультминутка с «волшебным» карандашом / А.С. Краснянская, В.Н. Антюшина // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2004. – № 5. – С. 32–33.
9. Краснянская, Е.Н. Утренняя зарядка на воздухе / Е.Н. Краснянская // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2006. – № 7. – С. 62–65.
10. Кузьмина, А.М. Использование народных подвижных игр в физическом воспитании дошкольников с косоглазием и амблиопией / А.М. Кузьмина, И.А. Смирнова, И.А. Слепцова // *Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе.* – 2006. – № 7. – С. 74–84.

11. Мартиросян, Г.Д. К проблеме развития движений у детей с нарушением зрения / Г.Д. Мартиросян, Р.Т. Сафарян // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2004. – № 5. – С. 75–77.
12. Мишин, М.А. Визуально-развивающая среда в оформлении спортивного зала / М.А. Мишин, А.С. Тимошенко // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2005. – № 6. – С. 56–67.
13. Мишин, М.А. Двигательная активность детей с косоглазием и амблиопией на занятиях тифлопедагога / М.А. Мишин, Е.В. Козлова // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2001. – № 2. – С. 30–40.
14. Мишин, М.А. Занятия по мелкой моторике и зрительной гимнастике в дошкольном учреждении для детей с косоглазием и амблиопией / М.А. Мишин, И.А. Смирнова, З.Н. Тюбекина // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2003. – № 4. – С. 12–24.
15. Мишин, М.А. Зрительная гимнастика в условиях специализированного детского сада как часть коррекционной работы учителя-дефектолога (тифлопедагога) / М.А. Мишин // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2000. – № 1. – С. 44–60.
16. Мишин, М.А. Зрительно-двигательно-пространственная ориентировка (ЗДПО) / М.А. Мишин // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2004. – № 5. – С. 47–69.
17. Мишин, М.А. Игры с мячом на воздухе в дошкольном учреждении / М.А. Мишин, Н.Н. Никитина, Т.Ф. Степанова // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2004. – № 5. – С. 16–31.
18. Мишин, М.А. Комплексное закаливание детей с косоглазием и амблиопией в специальном учреждении начальная школа – детский сад / М.А. Мишин, В.П. Мишукова, Е.Г. Шачнева // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. – 2000. – № 1. – С. 32–43.
19. Мишин, М.А. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с использованием оборудования пестрой цвето-

- вой гаммы / М.А. Мишин, Т.Д. Бондаренко // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2001. — № 2. — С. 23–28.
20. Мишин, М.А. Психомоторное развитие детей с нарушением зрения / М.А. Мишин // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2003. — № 4. — С. 46–68.
21. Мишин, М.А. Подвижные игры с использованием визуально-развивающей среды / М.А. Мишин // Вестник тифлологии. — 2009. — № 1. — С. 90–93.
22. Мишин, М.А. Упражнения лечебной физкультуры для профилактики и коррекции плоскостопия / М.А. Мишин, Н.А. Серажетдинова // Вестник тифлологии. — 2009. — № 1. — С. 98–103.
23. Мишин, М.А. Упражнения с обручем в индивидуальных занятиях со слепым ребенком / М.А. Мишин // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2006. — № 7. — С. 12–24.
24. Подколотина, Е.Н. Организация прогулки и ее коррекционная направленность в детском саду для детей с нарушением зрения / Е.Н. Подколотина // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2006. — № 7. — С. 48–57.
25. Сековец, Л.С. Особенности методики формирования координации движений у детей с косоглазием и амблиопией в период окклюзионного лечения / Л.С. Сековец // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2000. — № 1. — С. 21–26.
26. Сековец, Л.С. Пути и средства выравнивания физического развития и преодоления двигательной недостаточности у детей с нарушением зрения / Л.С. Сековец // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2005. — № 6. — С. 42–55.
27. Сековец, Л.С. Развитие зрительного восприятия у детей с нарушением зрения в процессе физического воспитания / Л.С. Сековец // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2001. — № 2. — С. 11–18.

28. Серажетдинова, Н.А. Оценка физического развития детей 6 лет в дошкольном учреждении комбинированного вида / Н.А. Серажетдинова // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2005. — № 6. — С. 68–73.
29. Смирнова, Н.С. Спортивная площадка в дошкольном учреждении для детей с косоглазием и амблиопией / Н.С. Смирнова // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2006. — № 7. — С. 66–70.

Материалы для практического занятия

В области физического развития основными задачами образовательной деятельности являются: создание условий для повышения двигательной активности ребенка, укрепления здоровья, охраны и повышения функциональной деятельности сохранных анализаторов; развитие различных видов двигательных умений, ходьбы как естественного способа передвижения в пространстве; формирование основ безопасного поведения.

В плане повышения двигательной активности взрослые организуют и проводят различные виды массажа частей тела ребенка, гимнастические упражнения, поддерживают инициативность ребенка в движениях. Взрослые организуют предметно-пространственную среду таким образом, чтобы она побуждала ребенка к уверенному и самостоятельному перемещению в ней доступным способом как внутри помещений организации, так и на внешней ее территории. Взрослые также создают музыкальную среду, повышающую инициативность ребенка в музыкально-ритмических движениях и упражнениях. Обращаясь к ребенку, они способствуют освоению им опыта перемещения в пространстве на голос человека. Особое внимание воспитатели уделяют профилактике или преодолению ребенком стереотипных движений.

Взрослые вовлекают ребенка в игры с обычными и звучащими мячами, с яркими цветными лентами, предметами, стимулирующими развитие моторики рук (в том числе и мелкой), зрения в целом и отдельных зрительных функций.

С целью укрепления здоровья, охраны и повышения функциональной деятельности сохранных анализаторов для детей органи-

зуют правильный режим дня, приучают их к соблюдению правил личной гигиены, создают предметную, предметно-пространственную среду, предупреждающую ослепление, зрительное напряжение, среду, безопасную для рук (пальцев, кожных покровов) как органов осязания. Педагоги внимательно относятся к охране (предупреждение воспаления, травм) и развитию функций зрения, органов слуха, обоняния, осязания: контролируют, чтобы ребенок бодрствовал в очках (по назначению врача), чтобы очки не вызывали болевых ощущений, следят за чистотой оптики.

В сфере развития различных видов двигательных умений, ходьбы как естественного способа передвижения в пространстве взрослый особое внимание уделяет освоению ребенком «схемы тела», развитию способности дифференцировать части тела, выполнять ими движения и двигательные действия; способности действовать двумя руками с освоением умений хлопнуть в ладоши, брать предмет двумя руками, держать по одному предмету в каждой руке, одной рукой удерживать, другой — действовать. Взрослые стремятся к тому, чтобы слабовидящий ребенок осваивал двигательные умения в соответствии с возрастом (поднимать и удерживать голову, поворачивать ее, переворачиваться со спины на живот и наоборот, ползать на четвереньках, садиться, стоять с поддержкой и без нее, ходить).

Особое внимание уделяют освоению ребенком различных пространств организации, группового помещения, участка с опытом движения в знакомом пространстве, с преодолением препятствий (искусственных, естественных).

Важное место отводится освоению слабовидящим ребенком умений правильной ходьбы. Взрослые стремятся к развитию интереса к ходьбе, к обогащению положительных переживаний, связанных с достижением цели посредством ходьбы.

Для формирования навыков безопасного поведения взрослые создают и организуют безопасную безбарьерную среду, а также предупреждают детей от поступков, угрожающих их жизни и здоровью. Требования безопасности не должны реализовываться за счет подавления детской активности и препятствования деятельному исследованию мира.

Физическое развитие

В области физического развития ребенка основной задачей образовательной деятельности является создание условий:

- для становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- участия в подвижных играх с правилами;
- обеспечения развития у слабовидящего ребенка компенсаторно-адаптивных механизмов.

Программные коррекционно-компенсаторные задачи образовательной области «Физическое развитие» с развитием у слабовидящего ребенка компенсаторно-адаптивных механизмов, обеспечивающих двигательную активность и пространственную ориентацию в повседневной жизни, решаются путем формирования положительного отношения к себе, своим двигательным возможностям и удовлетворения особых образовательных потребностей по нескольким направлениям педагогической деятельности. Рассмотрим их подробнее.

Повышение двигательного потенциала и мобильности

Развитие потребности в движениях, потребности в формировании двигательных умений. Расширение объема движений (с учетом факторов риска для здоровья, зрения), их разнообразия. Обогащение двигательного опыта; формирование точных, целостных и детализированных чувственных образов о движениях (крупных и тонко координированных); развитие регулирующей и контролирующей функций зрения при выполнении движений; развитие физических качеств. Формирование элементарных представлений о значении физических упражнений и занятиях физкультурой, знаний о спортивном оборудовании и способах его использования.

Формирование навыков правильной ходьбы в повседневной жизнедеятельности: постановка стопы с переносом тяжести с пятки на носок, достаточный выброс бедра вперед, сохранение позы и др. Обогащение опыта пеших прогулок с физическими нагрузками (ходьба как физическое упражнение).

Развитие мелкой моторики рук, подвижности и силы кистей, пальцев.

Развитие зрительно-моторной координации, повышение контролирующей и регулирующей роли зрения в движении. Развитие и совершенствование координации, функций равновесия, чувства ритма, физических качеств: силы, ловкости, быстроты реакции; расширение объема двигательных умений (с учетом факторов риска); обогащение опыта выполнения освоенных движений в различных предметно-пространственных условиях (средах).

Развитие потребности в движении, формирование двигательных умений и игровых действий, пространственных представлений, обогащение опыта участия в подвижных играх с различной степенью подвижности: игры низкой, умеренной, тонизирующей интенсивности нагрузки тренирующего воздействия (с учетом факторов риска).

Развитие опорно-двигательного аппарата, наращивание мышечной массы тела, подвижности суставов. Развитие правильной осанки в ходьбе, в основной стойке для выполнения упражнения, в положении сидя при выполнении познавательных заданий: прямое положение головы, шеи, туловища, правильное положение рук и ног. Укрепление и развитие мышц спины и шеи, формирование двигательных умений и навыков выполнения физических упражнений этой направленности.

Воспитание положительного отношения, привитие интереса к выполнению закаливающих процедур, к физкультурно-оздоровительным занятиям: утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультминутки, физические упражнения на прогулке.

Развитие систем организма с повышением их функциональных возможностей: охрана и развитие зрения, развитие дыхательной системы (формирование умений правильного дыхания, увеличение объема легких).

***Поддержание психоэмоционального тонуса (бодрого состояния)
ребенка с нарушением зрения***

Обеспечение оптимальной двигательной активности в период бодрствования, воспитание потребности в самостоятельности и инициативности организации физических упражнений разных видов. Поддержание бодрого состояния, эмоционального благопо-

лучия, обогащение (развитие) чувства радости в разных сферах жизнедеятельности, воспитание позитивного отношения к себе и миру. Привитие потребности в подвижных играх.

***Поддержание и укрепление здоровья
(физического, психического и соматического)***

Формирование культурно-гигиенических навыков: знаний и представлений о предметах быта, необходимых для личной гигиены, точных, дифференцированных умений и навыков выполнения практических действий, компенсаторных способов (в том числе алгоритмизации) выполнения утилитарных практических действий; представлений о частях тела и их функциональных возможностях; обогащение сенсорного опыта.

Формирование первичных ценностных представлений о здоровье: первичных представлений о зрении и его роли в жизни человека; умение выражать желания, связанные с особыми зрительными сенсорно-перцептивными потребностями; развитие интереса к изучению своих физических, в том числе зрительных, возможностей; становление все более устойчивого интереса к выполнению упражнений для глаз; расширение элементарных знаний по вопросам охраны зрения.

Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности: расширение и уточнение представлений о некоторых видах опасных ситуаций, связанных при нарушениях зрения с наличием препятствий в предметно-пространственной среде; о способах безопасного поведения в различных видах деятельности (трудовой, продуктивной, двигательной, музыкально-художественной); обогащение опыта преодоления естественных и искусственно созданных препятствий в условиях нарушенного зрения; обучение правилам безопасного передвижения в подвижной игре; формирование умения останавливаться при движении по сигналу взрослого; формирование умения и обогащение опыта соблюдения дистанции при движении в колонне; формирование элементарных знаний о противопоказанных для здоровья зрения факторах, связанных с состоянием зрительного анализатора; формирование представлений об ориентирах, обеспечивающих регуляцию и контроль при выполнении действий и движений, формирование умений их использовать.

Развитие физической готовности к школе

Развитие двигательной активности и мобильности. Развитие общей и зрительно-двигательной координации. Развитие способности к саморегуляции, самоконтролю организации и выполнения движений. Обогащение опыта проявления активности, инициативности, самостоятельности в двигательной деятельности.

Совершенствование динамической организации действий рук (динамический праксис рук). Формирование последовательности действий, развитие способности к переключению с одного действия (или элемента) на другое, обогащение опыта упражнений типа «кулак – ладонь», «кулак – ребро», «кулак – ребро – ладонь», «ладонь – ребро – кулак», «последовательное касание стола пальцами» и т. п. Упражнения в смене рук с одновременным сжиманием одной кисти в кулак и разжиманием кулака другой кисти и т. п.

Развитие чувства кисти, мышечной силы кисти и пальцев. Обогащение опыта игр-упражнений с использованием утяжеленного мяча, мячей (предметов) разной упругости.

Развитие навыков осанки.

Виды детской деятельности

Виды детской деятельности в условиях непосредственно образовательной деятельности с обеспечением физического развития слабовидящего дошкольника:

- занятия физической культурой (по медицинским показаниям, адаптивной);
- физкультурно-оздоровительные занятия в течение дня: утренняя гимнастика, двигательные разминки (динамические паузы) между статическими видами деятельности, подвижные игры на координацию и равновесие, воздушные ванны и дыхательная гимнастика после дневного сна, подвижные игры и физические упражнения на прогулке;
- занятия ритмикой;
- подвижные игры;
- упражнения на праксис рук, массаж кистей и пальцев;
- упражнения в ходьбе;
- труд (ручной, на природе с использованием орудий);

– слушание рассказов, детских литературных произведений об основных движениях, о занятиях физическими упражнениями.

Виды деятельности ребенка в условиях образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах с актуализацией физического развития слабовидящего дошкольника:

- самообслуживание с выполнением культурно-гигиенических умений и навыков поддержания чистоты тела и охраны здоровья и зрения;
- спонтанные игры-упражнения с подручными атрибутами (мячи, ленты, обручи и др.);
- спонтанные ритмические, танцевальные движения под музыку;
- досуговая деятельность.

Практические занятия 7–8

Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением слуха

Форма проведения: семинар – круглый стол.

Вопросы для обсуждения

1. Особенности физического и моторного развития дошкольников с нарушением слуха.
2. Организация физического воспитания детей с нарушением слуха и общие методические положения.
3. Содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы на разных этапах обучения.

Учебно-исследовательское задание – составление конспекта развития двигательной деятельности у детей с нарушениями слуха.

Рекомендуемая литература

1. Воспитание и обучения глухих детей дошкольного возраста : программы для спец. дошк. учреждений. / Л.П. Носкова [и др.]. – М. : Просвещение, 1991. – 156 с.
2. Головчиц, Л.А. Программа «Воспитание и обучение слабослышащих дошкольников со сложными (комплексными) нарушениями развития» / Л.А. Головчиц. – М. : Гном и Д, 2006. – 127 с.

3. Пеганов, Ю.А. Способы повышения уровня физической подготовленности глухих и слабослышащих старших школьников / Ю.А. Пеганов, А.Г. Спицин // Дефектология. — 1998. — № 2, март-апрель. — С. 37–48.
4. Сурдопедагогика : учеб. пособие для студентов дефектол. фак. пед. ин-тов / Л.В. Андреева [и др.] ; под ред. М.И. Никитиной. — М. : Просвещение, 1989. — 384 с.

Материалы к практическому занятию

Для глухих детей раннего и дошкольного возраста

Физическое воспитание ребенка с нарушением слуха, как и слышащего, является составной частью дошкольного образования. Физическое воспитание служит задачей всестороннего развития детей. Человек должен быть развит не только в умственном, но и физическом отношении. Чем более гармонично будет развиваться ребенок с нарушениями слуха, тем с большим успехом он будет решать стоящие перед ним образовательные задачи.

Анализ научных исследований, педагогические наблюдения и проведенные обследования физического состояния детей раннего возраста с нарушением слуха выявили значительное отставание в показателях скоростно-силовых качеств и различных проявлениях координационных способностей.

Глухие дети имеют отличительные особенности физического, функционального и психического развития. Эти особенности обуславливают специфику их физического развития. Среди глухих детей встречаются чаще нарушение осанки, сколиоз, сутуловатость, плоская грудная клетка, крыловидные лопатки, плоскостопие. В этом же возрасте показатели физического развития глухих детей (рост, вес тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила мышц спины, живота и грудной клетки) также имеют отличия от показателей слышащих детей.

Наиболее заметны у глухих детей нарушения моторики. В технике выполнения циклических движений имеются отклонения: при ходьбе наблюдаются неуверенная или шаркающая походка, бег — на полусогнутых ногах при очень малой амплитуде движений рук и незначительном наклоне туловища. Движения сами по себе лишены пластичности, действия неточные.

Развитие у детей с нарушениями слуха такого жизненно важного качества, как скорость движения, также отстает от результатов их слышащих сверстников, особенно скорость двигательной реакции и одиночного движения. Кроме того, имеется ярко выраженное отставание в развитии двигательной памяти и снижение способности сохранять равновесие как статически, так и динамически.

Недостатки в равновесии и деятельности вестибулярного анализатора приводят к приспособительным реакциям в статике и моторике. Имеются в виду такие дефекты, как широкая постановка ног при ходьбе и беге, усиление плоскостопия, увеличение изогнутости позвоночника. Степень сохранности вестибулярного аппарата не всегда сопровождается устойчивостью равновесия.

В дыхательной системе у глухих детей проявляются следующие отклонения: диспропорция в объеме и экскурсии грудной клетки, недостаточность жизненной емкости легких, неумение координировать дыхание с ритмом устной речи.

Потеря слуха оказывает значительное влияние на функциональное состояние всех систем. Характерная замедленность двигательных актов у большинства детей с нарушением слуха может быть вызвана и нарушениями механизмов координации двигательных реакций. Эти нарушения прямо или косвенно влияют на двигательные способности, связанные с быстротой реагирования, темпом движений, скоростными качествами.

Правильное физическое воспитание компенсирует физическое развитие и двигательную сферу детей раннего возраста с нарушением слуха. На занятиях физической культурой дети реализуют естественную потребность в перемещении, в то же время движение служит условием познания, приобретения нового опыта и новых впечатлений, набирают силу самостоятельность и уверенность в умении управлять своим телом.

Для слабослышащих и позднооглохших детей раннего и дошкольного возраста

У слабослышащих детей имеются свои особенности физического, функционального и психического развития. Эти особенности обуславливают специфику их физического развития. Среди слабослышащих детей часто встречаются нарушение осанки, сколиоз,

сутуловатость, плоская грудная клетка, крыловидные лопатки, плоскостопие. В дошкольном возрасте показатели физического развития слабослышащих детей (рост, вес тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила мышц спины, живота и грудной клетки) также отличаются от показателей слышащих детей.

Наиболее заметны у слабослышащих детей нарушения моторики. В технике выполнения циклических движений имеются отклонения: так, наблюдается неуверенная или шаркающая походка, бег на полусогнутых ногах при очень малой амплитуде движений рук и незначительном наклоне туловища. Движения сами по себе лишены пластичности, действия не точные.

Уровень развития такого качества, как скорость движения, у детей с нарушениями слуха ниже, чем у слышащих детей того же возраста, особенно скорость двигательной реакции и одиночного движения. Также сильно отстает развитие двигательной памяти и снижается способность сохранять равновесие как статически, так и динамически.

Недостатки в равновесии и деятельности вестибулярного анализатора приводят к приспособительным реакциям в статике и моторике. Имеются в виду следующие дефекты: широкая постановка ног при ходьбе и беге, усиление плоскостопия, увеличение изогнутости позвоночника. Степень сохранности вестибулярного аппарата не всегда сопровождается устойчивостью равновесия.

В дыхательной системе у слабослышащих детей проявляются такие отклонения, как диспропорция в объеме и экскурсии грудной клетки, недостаточность жизненной емкости легких, неумение координировать дыхание с ритмом устной речи.

Частичная потеря слуха оказывает значительное влияние на функциональное состояние всех систем. Характерная замедленность двигательных актов у большинства детей с нарушением слуха может быть вызвана и нарушениями механизмов координации двигательных реакций. Эти нарушения непосредственно или опосредованно влияют на двигательные способности, связанные с быстротой реагирования, темпом движений, скоростными качествами.

Правильное физическое воспитание компенсирует физическое развитие и двигательную сферу детей раннего возраста с на-

рушением слуха. На занятиях физической культурой дети реализуют естественную потребность в движении, которое обеспечивает познание, приобретение нового опыта и новых впечатлений, способствует развитию самостоятельности и уверенности в умении управлять своим телом.

*Содержание раздела ОО «Физическое развитие»
Примерной АООП ДО (на основе ФГОС ДО) для детей раннего
и дошкольного возраста с нарушением слуха*

Для глухих детей раннего и дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Основные задачи коррекционно-образовательного обучения: укрепление здоровья, содействие физическому развитию и закаливание организма; овладение основными движениями и двигательными качествами; развитие и тренировка функции равновесия, формирование правильной осанки, коррекция и профилактика плоскостопия, развитие дыхания, координации движений и ориентирования в пространстве.

Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделено коррекции моторного и физического развития.

Физкультурные занятия сопровождаются речевыми инструкциями, которые включают слова и фразы — как постоянно употребляемые в разных видах деятельности, так и специфические, обозначающие названия предметов и действий, которые с ними будут производиться. Постепенно усложняясь и увеличиваясь в объеме, речевой материал должен однако носить вспомогательную функцию и использоваться не в ущерб основным задачам физического воспитания. Физическое воспитание глухих дошкольников должно органично сочетаться с другими приемами и видами деятельности (фонетическая ритмика, физкультпаузы, музыкальные занятия, трудовое обучение), а также с организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельностью детей.

Здоровый образ жизни. Представления о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста на всех этапах коррекционно-образовательной работы формируются с учётом типа и вида учреждения и его возможностей, направленности групп, а также особенностей

здоровья и индивидуально-типологических особенностей развития детей с нарушением слуха.

Основным направлением профилактической работы всего коллектива детского образовательного учреждения является профилактика нарушений сенсомоторной сферы у детей, прежде всего слуха и зрения. Кроме того, пристального внимания взрослых требует предупреждение и профилактика травм опорно-двигательного аппарата, так как часто эти дети ослаблены и страдают моторной недостаточностью.

Основные задачи коррекционно-образовательного обучения: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; воспитание культурно-гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Кроме того, при организации работы в данной образовательной области учитываются местные и региональные особенности, в том числе климатические и сезонные изменения в природе.

Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни отражают две линии оздоровительной работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы. Акцент смещается с простого лечения и профилактики болезней на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности.

Развитие мелкой моторики. Развитие мелкой моторики, состоящее в овладении движениями пальцев рук, оказывает значительное влияние на становление речи ребёнка и его умственные способности.

Игры и упражнения, направленные на формирование тонких движений пальцев рук, включаются в занятия сурдопедагога и воспитателя. Они проводятся в часы, отведённые для игр, и во время прогулок. Если ребёнок затрудняется в самостоятельном выполнении движений, упражнения проводятся индивидуально. Выполнение различных упражнений по развитию мелкой моторики оказывает благоприятное влияние на развитие речи детей с нарушением слуха. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчает приобретение навыков письма.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры глухих детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи коррекционно-образовательной работы по формированию представлений о здоровье и здоровом образе жизни решаются:

- в ходе проведения динамических пауз (2–5 минут) на занятиях по мере утомляемости детей (включают элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и т. п. в зависимости от вида занятия);
- процессе проведения подвижных и спортивных игр на физкультурных занятиях, на прогулке, в групповой комнате;
- специальных играх и упражнениях, во время которых проводится релаксация под звучание спокойной классической музыки, звуки природы;
- ходе проведения пальчиковой гимнастики на занятиях, играх, в специальных упражнениях;
- процессе выполнения гимнастики для глаз, динамической и ортопедической гимнастики;
- ходе проведения комплекса закаливающих процедур (воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, полоскание горла и др.);
- процессе проведения физкультурных занятий в спортивном, музыкальном залах и групповой комнате;
- ходе организации и проведения наблюдений, дидактических игр (настольных игр), сказкотерапии, коммуникативных игр (разыгрывание этюдов, игры разной степени подвижности), занятия рисованием, лепкой, сюжетно-ролевых игр; драматизации сказок; чтения, рассматривания и обсуждения познавательных книг

о здоровье и здоровом образе жизни; просмотра фотографий, иллюстраций;

- процессе организации предметно-практической деятельности детей (создание коллажей, макетов, стенгазет, фотовыставок о здоровом образе жизни); проектной деятельности («Рецепты здоровья», «Как стать Неболейкой», «Витамины здоровья» и др.); проведения тематических досугов («Солнце, воздух и вода – наши верные друзья», «Приключения Неболейки» и др.);
- ходе создания специальных речевых ситуаций общения, решения игровых задач и проблемных ситуаций на темы о здоровом образе жизни;
- процессе индивидуальной коррекционной работы с глухими детьми.

Формами организации развития представлений о здоровье и здоровом образе жизни являются: физкультурные занятия, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры, утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная), двигательные-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки (в парк, на стадион, в лес), тематические досуги, физкультурные и спортивные праздники, оздоровительные процедуры в водной среде.

В процессе коррекционно-образовательного обучения у глухих детей формируются элементарные навыки самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, которые сначала выполняются совместно с взрослыми (при подражании их действиям), затем по образцу, ориентируясь на картинку, а потом самостоятельно.

Включение глухих дошкольников младшего возраста в социальную среду способствует воспитанию потребности ухаживать за своими вещами и игрушками и подразумевает формирование умений это делать. При этом ребёнок ориентируется на совместные с педагогом (родителем) действия, на действия по образцу и по словесной инструкции.

Развитие мелкой моторики. Совершенствованию ручной моторики способствуют физические упражнения и игры. Умение свободно и непринужденно пользоваться движениями своих рук воспитыва-

ется специальными упражнениями. Это начальный этап, предшествующий занятиям по развитию мелкой моторики рук. На простых, доступных для понимания и выполнения упражнениях дети с нарушением слуха учатся тонко выполнять произвольные движения по команде взрослого. При этом нужно следить, чтобы упражнения выполнялись без излишнего напряжения и в то же время четко и выразительно. Начинать нужно с простых упражнений. Показав упражнение два раза, предложить ребенку выполнить его по команде «руки в стороны», «руки подняты до уровня плеч и составляют с ними одну линию». Это развивает слуховое внимание. Необходимо следить, чтобы в плечах и в руках не было излишнего напряжения. Предлагая ребенку выполнять различные упражнения для рук, нужно постепенно усложнять их.

Для развития мелкой моторики очень полезны игры и упражнения с мячом (перекладывание, перебрасывание мяча из руки в руку; подбрасывание мяча на разную высоту и ловля мяча двумя руками и одной; подбрасывание мяча на разную высоту и ловля его после дополнительных движений). Развитию силы кистей рук способствуют упражнения с кистевым эспандером, а также физические упражнения, основанные на хватательных движениях. Более сложными являются отжимание от гимнастической скамейки или пола на пальцах рук, подтягивание на перекладине.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры глухих детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи раздела на второй ступени обучения глухих детей, как и на первой, решаются в разнообразных

формах работы, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной деятельности.

Взрослые обучают глухих детей использованию невербальных и вербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случаях затруднений). Особое внимание в этом процессе обращается на использование алгоритма действий (может даваться детям поэтапно и с помощью наглядных схем, таких как мнемотаблицы, алгоритмические предписания и т. п.). Постепенно дети знакомятся с некоторыми знаками безопасности: предупреждающими, запрещающими и информационными.

Все необходимое для становления и развития навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков (предметы гигиены, одежда, посуда) располагается в определённых местах хранения, что позволяет детям запоминать их местонахождение.

Формируя и развивая средства общения на основе игровой, предметно-практической, речевой деятельности, взрослые стимулируют детей к беседам о способах выполнения гигиенических процедур, о необходимости соблюдать режим питания, правила поведения в общественных местах. При обучении детей самообслуживанию используются естественные бытовые и специально создаваемые педагогические ситуации, игры, игровые упражнения, чтение художественной литературы, просмотр иллюстративного материала, видеоматериалов. Эти ситуации проигрываются в сюжетно-ролевых театрализованных играх с тематикой, касающейся безопасности жизнедеятельности.

Развитие мелкой моторики. Оптимальный вариант развития мелкой моторики – использование физкультурминуток. Физкультурминутка как элемент двигательной активности предлагается детям с целью переключения на другой вид деятельности, повышения работоспособности, снятия нагрузки, связанной с сидением. Речь при проговаривании стихов одновременно с движениями становится более ритмичной, громкой, чёткой, эмоциональной, а наличие рифмы положительно влияет на слуховое восприятие.

Игры и упражнения, направленные на формирование тонких движений пальцев рук, включаются в занятия сурдопедагога воспитателя. Они проводятся в часы, отведённые для игр, и во время прогулок. Если ребёнок затрудняется в самостоятельном выполнении движений, упражнения становятся частью индивидуальных занятий.

Для формирования тонких движений пальцев рук могут быть успешно использованы игры с пальчиками, сопровождаемые проговариванием народных стихов-потешек. Эти игры создают благоприятный фон, обеспечивают хорошую тренировку пальцев, способствуют развитию умения слушать и понимать содержание потешек, учат улавливать ритм речи. Игры эти очень эмоциональные, их можно проводить как в детском саду, так и дома. Они увлекательны и способствуют развитию речи, творческой деятельности («Сорока», «Моя семья» и др.).

Наряду с играми для тренировки тонких движений рук используются разнообразные упражнения без речевого сопровождения («Пальчики здороваются», «Человечек», «Деревья» и др.).

Пальчиковые игры отображают реальность окружающего мира — предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук. Таким образом, вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности.

Пальчиковые игры с речевым сопровождением — это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Очень важны такие игры для развития творчества детей. Если ребёнок усвоит какую-нибудь одну пальчиковую игру, он обязательно будет стараться придумать новую инсценировку для других стишков и песенок («Домик», «Собака», «Кошка» и др.). Игры увлекательны и способствуют развитию речи и творческого воображения. У детей, повторяющих движения взрослых, вырабатывается умение управлять своими собственными движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. При выполнении

каждого упражнения нужно стараться вовлекать все пальчики, упражнения выполнять как правой, так и левой рукой.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры глухих детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи раздела на третьей ступени обучения глухих детей, так же как и на предыдущих, решаются в разнообразных формах работы, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной деятельности.

К старшему дошкольному возрасту у глухих детей на основе приобретенных культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания формируются полезные привычки, то есть процесс личной гигиены становится жизненно необходимым для ребёнка и выполняется осмысленно. В этот период важно научить детей определять состояние своего здоровья (здоров или болен, что именно болит), а также состояние здоровья окружающих детей и взрослых и связно рассказать о них, описывая некоторые симптомы болезненного состояния. Для этого ребёнок должен получить представление о внешних и внутренних особенностях тела человека, о здоровье и его профилактике. Все эти сведения сообщаются детям старшего дошкольного возраста с нарушением слуха в доступной форме.

Важным аспектом формирования представления о сохранении здоровья является обучение детей правилам поведения в ситуациях дорожного движения, в экстремальных ситуациях, при возникновении пожара.

Развитие мелкой моторики. Развитие ручной умелости невозможно без своевременного овладения навыками самообслужива-

ния. К старшему дошкольному возрасту у ребёнка не должно быть затруднений в застёгивании и расстёгивании пуговиц, молний, кнопок, завязывании шнурков на обуви, узелков на платке и т. п. Важно и посильное участие детей в домашних делах: сервировке стола, уборке помещения, игрушек и т. д., поскольку эти повседневные нагрузки имеют высокую нравственную ценность, помимо хорошей систематической тренировки для пальцев рук.

В системе коррекционно-образовательной работы в дошкольных учреждениях для детей с нарушением слуха необходимо уделять большое внимание формированию тонких движений пальцев. Для развития тонкой ручной координации важно, чтобы ребёнок систематически занимался разнообразными видами ручной деятельности, будь то рисование, аппликация, лепка, конструирование, выкладывание узоров из мозаики и счётных палочек, плетение, макраме, игры со счётными палочками. К пяти годам возможность точных, произвольно направленных движений возрастает, поэтому дети способны выполнять задания, требующие достаточной точности и согласованности движений кистей рук.

Большое значение для «постановки руки» имеет развитие графической моторики. Особое место здесь занимают штриховка, обведение по трафарету фигур или предметов с использованием простого и цветных карандашей. Однако следует помнить, что эти упражнения представляют собой значительную нагрузку на зрение, поэтому их продолжительность должна быть не более 5–7 минут. Помимо подготовки руки к письму, штриховка способствует развитию глазомера — формированию умения видеть контуры фигур, при штриховании не выходить за их пределы, соблюдая одинаковое расстояние между линиями.

Для развития у глухих детей мелкой моторики и детского творчества используются различные виды инсценировки. Спектакли, игры, напоминающие театральные представления, требуют кропотливой совместной работы детей и взрослых. В группе возможно создание пальчикового театра, персонажами которого будут герои таких сказок, как «Колобок», «Теремок», «Репка». Соответствующими движениями кисти или пальцами руки дети имитируют движение персонажей: наклоны и повороты головы, разнообразные движения туловища и рук куклы.

Для слабослышащих и позднооглохших детей раннего и дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Основные задачи коррекционно-образовательного обучения: укрепление здоровья, содействие физическому развитию и закаливание организма; формирование основных движений и двигательных качеств; развитие и тренировка функции равновесия, формирование правильной осанки, коррекция и профилактика плоскостопия, развитие дыхания, координации движений и умения ориентироваться в пространстве.

Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Физкультурные занятия сопровождаются речевыми инструкциями в виде постоянно повторяющихся в разных видах деятельности установок или специфических слов и фраз, обозначающих названия предметов и действий, которые с ними будут производиться. Постепенно усложняясь и увеличиваясь в объеме, речевой материал должен однако носить вспомогательную функцию и использоваться не в ущерб основным задачам физического воспитания. Физическое воспитание слабослышащих дошкольников должно органично сочетаться с другими приемами и видами деятельности (фонетическая ритмика, физкультпаузы, музыкальные занятия, трудовое обучение), а также с организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельностью детей.

Здоровый образ жизни. Представления о здоровом образе жизни у детей дошкольного возраста на всех этапах коррекционно-образовательной работы формируются с учётом типа и вида учреждения и его возможностей, направленности групп, а также особенностей здоровья и индивидуально-типологических особенностей развития слабослышащих и позднооглохших детей.

Основным направлением профилактической работы всего коллектива детского образовательного учреждения является профилактика нарушений сенсомоторной сферы детей, прежде всего слуха и зрения. Кроме того, пристального внимания взрослых требует профилактика травм опорно-двигательного аппарата, так как часто эти дети ослаблены и страдают моторной недостаточностью.

Основные задачи коррекционно-образовательного обучения: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; формирование культурно-гигиенических навыков; формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Кроме того, при организации работы в данной образовательной области учитываются местные и региональные особенности, в том числе климатические и сезонные изменения в природе.

Формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни отражают две линии оздоровительной работы: приобщение детей к физической культуре и использование развивающих форм оздоровительной работы. Акцент смещается с простого лечения и профилактики болезней на укрепление здоровья как самостоятельно культивируемой ценности.

Развитие мелкой моторики. Развитие мелкой моторики, состоящее в овладении движениями пальцев рук, оказывает значительное влияние на становление речи ребёнка и его умственные способности.

Игры и упражнения, направленные на формирование тонких движений пальцев рук, включаются в занятия сурдопедагога и воспитателя. Они проводятся в часы, отведённые на игры, и во время прогулок. Если ребёнок затрудняется в самостоятельном выполнении движений, упражнения проводятся индивидуально.

Выполнение различных упражнений по развитию мелкой моторики оказывает благоприятное влияние на развитие речи слабослышащих и позднооглохших детей. Кисти рук приобретают хорошую подвижность, гибкость, исчезает скованность движений, что в дальнейшем облегчает приобретение навыков письма.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми младшего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры слабослышащих и позднооглохших детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены на разви-

тие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое место отводится коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи коррекционно-образовательной работы по формированию представлений о здоровье и здоровом образе жизни решаются:

- в ходе проведения динамических пауз (2–5 минут) на занятиях по мере утомляемости детей (включая элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и т. д. в зависимости от вида занятия);
- процессе проведения подвижных и спортивных игр на физкультурных занятиях, на прогулке, в групповой комнате;
- специальных играх и упражнениях, во время которых проводится релаксация под спокойную классическую музыку, звуки природы;
- ходе проведения пальчиковой гимнастики на занятиях, играх, в специальных упражнениях;
- процессе выполнения гимнастики для глаз, динамической и ортопедической гимнастики;
- ходе проведения комплекса закаливающих процедур (воздушные ванны, ходьба босиком по ребристым дорожкам, полоскание горла и др.);
- процессе проведения физкультурных занятий в спортивном, музыкальном залах и групповой комнате;
- ходе организации и проведения наблюдений, дидактических игр (настольных игр), сказкотерапии, коммуникативных игр (разыгрывание этюдов, игры разной степени подвижности), занятий рисованием, лепкой, сюжетно-ролевых игр; драматизации сказок; чтения, рассматривания и обсуждения познавательных книг о здоровье и здоровом образе жизни; рассматривания фотографий, иллюстраций;
- процессе организации предметно-практической деятельности детей (создание коллажей, макетов, стенгазет, фотовыставок о здоровом образе жизни); проектной деятельности («Рецепты здоровья», «Как стать Неболейкой», «Витамины здоровья» и др.); проведения тематических досугов («Солнце, воздух и вода – наши верные друзья», «Приключения Неболейки» и др.);

- процессе создания специальных речевых ситуаций общения; решения игровых задач и проблемных ситуаций на темы о здоровом образе жизни;
- ходе проведения индивидуальной коррекционной работы с детьми, имеющими нарушение слуха.

Формами организации развития представлений о здоровье и здоровом образе жизни являются физкультурные занятия, самостоятельная деятельность детей, подвижные игры, утренняя гимнастика (традиционная, дыхательная), двигательнo-оздоровительные физкультминутки, физические упражнения после дневного сна, физические упражнения в сочетании с закаливающими процедурами, физкультурные прогулки (в парк, на стадион, в лес), тематические досуги, физкультурные и спортивные праздники, оздоровительные процедуры в водной среде.

В процессе коррекционно-образовательного обучения у слабослышащих и позднооглохших детей формируются элементарные навыки самообслуживания, культурно-гигиенические навыки, которые сначала выполняются совместно с взрослыми (при подражании их действиям), затем по образцу, ориентируясь на картинку, а потом самостоятельно.

Включение слабослышащих и позднооглохших дошкольников младшего возраста в социальную среду способствует воспитанию потребности ухаживать за своими вещами и игрушками и формирует соответствующие умения. При этом ребёнок ориентируется на совместные с педагогом (родителем) действия, на действия по образцу и по словесной инструкции.

Развитие мелкой моторики. Совершенствованию ручной моторики способствуют физические упражнения и игры. Умение свободно и непринужденно двигать своими руками формируется специальными упражнениями. Это начальный этап, предшествующий занятиям по развитию мелкой моторики рук. На простых, доступных для понимания и выполнения упражнениях слабослышащие и позднооглохшие дети учатся тонко выполнять произвольные движения по команде взрослого. При этом нужно следить, чтобы упражнения выполнялись без излишнего напряжения и в то же время четко и выразительно. Начинать нужно с простых упражнений. Показав

упражнение два раза, предложить ребенку выполнить его по команде с помощью установок «руки в стороны», «руки подняты до уровня плеч и составляют с ними одну линию». Предлагая ребенку выполнять различные упражнения для рук, нужно постепенно усложнять их. Необходимо следить, чтобы в плечах и в руках не было излишнего напряжения.

Для развития мелкой моторики очень полезны игры и упражнения с мячом (перекладывание, а затем перебрасывание мяча из руки в руку; подбрасывание мяча на разную высоту и ловля мяча двумя руками и одной; подбрасывание мяча на разную высоту и ловля его после дополнительных движений). Развитию силы кистей рук способствуют упражнения с кистевым эспандером, а также физические упражнения, основанные на хватательных движениях. Более сложными являются отжимание от гимнастической скамейки или пола на пальцах рук, подтягивание на перекладине.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми среднего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры слабослышащих и позднооглохших детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи раздела на второй ступени обучения слабослышащих и позднооглохших детей, так же как и на первой, решаются в разнообразных формах работы, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной деятельности.

Взрослые обучают слабослышащих и позднооглохших детей использованию невербальных и вербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения,

обращаться за помощью в случаях затруднений). Особое внимание при этом обращается на использование алгоритма действий (может даваться детям поэтапно и в виде наглядных схем, таких как мнемотаблицы, алгоритмические предписания и т. п.). Постепенно дети знакомятся с некоторыми знаками безопасности: предупреждающими, запрещающими и информационными.

Все необходимое для становления и развития навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков (предметы гигиены, одежда, посуда) располагается в определённых местах хранения, что позволяет детям запоминать их местонахождение.

Формируя и развивая средства общения на основе игровой, предметно-практической, речевой деятельности, взрослые стимулируют детей к беседам о способах выполнения гигиенических процедур, о необходимости соблюдать режим питания, правила поведения в общественных местах. При обучении детей самообслуживанию используются естественные бытовые и специально создаваемые педагогические ситуации, игры, игровые упражнения, чтение художественной литературы, просмотр иллюстративного материала, видеоматериалов. Эти ситуации обыгрываются в сюжетно-ролевых театрализованных играх с тематикой по безопасности жизнедеятельности.

Развитие мелкой моторики. Оптимальный вариант развития мелкой моторики — использование физкультминуток. Физкультминутка как элемент двигательной активности предлагается детям с целью переключения на другой вид деятельности, повышения работоспособности, снятия нагрузки, связанной с сидением. Речь при проговаривании стихов одновременно с движениями становится ритмичной, более громкой, чёткой, эмоциональной, а наличие рифмы положительно влияет на слуховое восприятие.

Игры и упражнения, направленные на формирование тонких движений пальцев рук, включаются в занятия сурдопедагога и воспитателя. Они проводятся в часы, отведённые на игры, и во время прогулок. Если ребёнок затрудняется в самостоятельном выполнении движений, упражнения проводятся в индивидуальном порядке.

Для формирования тонких движений пальцев рук могут быть успешно использованы игры с пальчиками, сопровождаемые чте-

нием народных стихов-потешек. Эти игры создают благоприятный фон, обеспечивают хорошую тренировку пальцев, способствуют развитию умения слушать и понимать содержание потешек, учат улавливать ритм речи. Игры эти можно проводить как в детском саду, так и дома. Они увлекательны и способствуют развитию речи, творческой деятельности («Сорока», «Моя семья» и др.).

Наряду с играми для тренировки тонких движений рук используются разнообразные упражнения без речевого сопровождения («Пальчики здороваются», «Человечек», «Деревья» и др.).

Пальчиковые игры отображают реальность окружающего мира – предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы. В ходе пальчиковых игр дети, повторяя движения взрослых, активизируют моторику рук, благодаря чему вырабатываются ловкость, умение управлять своими движениями, концентрировать внимание.

Пальчиковые игры с речевым сопровождением – это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Многие игры требуют участия обеих рук, что даёт возможность детям ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз». Очень важны такие игры и для развития творчества детей. Освоив одну пальчиковую игру, ребенок обязательно постарается придумать инсценировки для других стишков и песенок («Домик», «Собака», «Кошка» и др.). Игры увлекательны и способствуют развитию речи и творческого воображения. У детей, повторяющих движения взрослых, вырабатывается умение управлять своими движениями, концентрировать внимание на одном виде деятельности. При выполнении каждого упражнения нужно стараться вовлекать все пальчики, упражнения выполнять как правой, так и левой рукой.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Физические упражнения и укрепление здоровья. Воспитание физической культуры слабослышащих и позднооглохших детей осуществляется на занятиях по физической культуре, по развитию движений (в групповой комнате), на музыкальных занятиях, во время утренней зарядки, подвижных игр, а также организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельности детей на прогулке и в помещении. Программные требования направлены

на развитие основных движений (ходьбы, бега, прыжков, лазанья, метания), крупной и мелкой моторики. Особое внимание уделяется коррекции моторного и физического развития.

Здоровый образ жизни. Задачи раздела на третьей ступени обучения слабослышащих и позднооглохших детей решаются в разнообразных формах работы, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной деятельности.

К старшему дошкольному возрасту у слабослышащих и позднооглохших детей на основе приобретенных культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания формируются полезные привычки, то есть процесс личной гигиены становится жизненно необходимым для ребёнка и выполняется осмысленно. В этот период важно научить детей определять состояние своего здоровья (здоров или болен, что именно болит), а также состояние здоровья окружающих детей и взрослых и связно рассказать о них, описывая некоторые симптомы болезненного состояния. Для этого ребёнок должен получить представления о внешних и внутренних особенностях тела человека, о здоровье и его профилактике. Все эти сведения должны преподноситься детям с нарушением слуха старшего дошкольного возраста в доступной форме.

Не менее важным аспектом формирования представлений о сохранении здоровья является обучение детей правилам дорожного движения, поведения в экстремальных ситуациях, при возникновении пожара.

Развитие мелкой моторики. Развитие ручной умелости невозможно без своевременного овладения навыками самообслуживания. К старшему дошкольному возрасту у ребёнка не должно возникать затруднений в застёгивании и расстёгивании пуговиц, молний, кнопок, завязывании шнурков на обуви, узелков на платке и т. п. Важно и посильное участие детей в домашних делах: сервировке стола, уборке помещения, игрушек и т. д. Эти повседневные нагрузки также имеют высокую нравственную ценность, являясь хорошей систематической тренировкой для пальцев рук.

В системе коррекционно-образовательной работы в дошкольных учреждениях для детей с нарушением слуха необходимо уде-

лять большое внимание формированию тонких движений пальцев. Для развития тонкой ручной координации важно, чтобы ребёнок систематически занимался разнообразными видами ручной деятельности: рисованием, аппликацией, лепкой, конструированием, выкладыванием узоров из мозаики и счётных палочек, плетением, макраме, играми со счётными палочками. К пяти годам возможность точных и направленных движений возрастает, поэтому дети выполняют задания, требующие достаточной точности и согласованности движений кистей рук.

Большое значение для «постановки руки» имеет развитие графической моторики. Особое место здесь занимают штриховка, обведение по трафарету фигур или предметов с использованием простого и цветных карандашей. Однако следует помнить, что эти упражнения представляют собой значительную нагрузку на зрение и их продолжительность не должна составлять более 5–7 минут. Помимо подготовки руки к письму, штриховка способствует развитию глазомера – формированию умения видеть контуры фигур, при штриховании не выходить за их пределы, соблюдая одинаковое расстояние между линиями.

Для развития у детей с нарушением слуха ручной умелости и детского творчества используются также различные виды инсценировки. Спектакли, игры, напоминающие театральные представления, требуют кропотливой совместной работы детей и взрослых. В группе возможно создание пальчикового театра, персонажами которого будут герои таких сказок, как «Колобок», «Теремок», «Репка». Соответствующими движениями кисти или пальцев руки дети имитируют движения персонажей: наклоны и повороты головы, разнообразные движения туловища и рук куклы.

Задачи физического развития детей с нарушением слуха

Основные задачи совпадают с задачами физической культуры, ориентированной на здоровых детей дошкольного возраста, что отражено в государственных образовательных программах для массовых общеобразовательных и коррекционных ДООУ. К ним относятся воспитательные, образовательные, оздоровительные и задачи физического развития: укрепление здоровья, закаливание организма; обучение основам техники движений, формирование жизненно

необходимых умений и навыков; развитие физических способностей; формирование необходимых знаний, гигиенических навыков; воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности; воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к дисциплине, организованности, ответственности за свои поступки, активности и самостоятельности.

Специальные задачи

1. Коррекция функции равновесия при ходьбе, беге, плавании, метании, прыжках, лазании, упражнениях с предметами и др. включает:

- согласованность движений отдельных звеньев тела (рук, ног, туловища, головы);
- согласованность выполнения симметричных и асимметричных движений;
- согласованность движений и дыхания;
- компенсацию утраченных или нарушенных двигательных функций;
- формирование движений за счет сохранных функций.

2. Коррекция и развитие координационных способностей направлены:

- на умение ориентироваться в пространстве;
- дифференцирование усилий, времени и пространства;
- расслабление;
- быстроту реагирования на изменяющиеся условия;
- статическое и динамическое равновесие;
- ритмичность движений;
- точность мелких движений кисти и пальцев.

3. Коррекция вестибулярной функции включает ряд упражнений, направленных на раздражение полукружных каналов.

4. Развитие способностей скоростно-силового характера (бег, прыжки, метания) осуществляется путем:

- целенаправленного «подтягивания» отстающих в развитии физических качеств;

- развития мышечной силы, элементарных форм скоростных способностей, ловкости, выносливости, подвижности в суставах.

5. Упражнение отолитового аппарата (начало и конец прямолинейного движения).

6. Коррекция и профилактика соматических нарушений подразумевает:

- формирование и коррекцию осанки;
- профилактику и коррекцию плоскостопия;
- коррекцию массы тела;
- коррекцию речевого дыхания;
- укрепление сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

7. Коррекция и развитие психических и сенсорно-перцептивных способностей включает:

- развитие зрительно-предметного, зрительно-пространственного и слухового восприятия;
- дифференцирование зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- развитие зрительной и слуховой памяти;
- развитие зрительного и слухового внимания;
- дифференцирование зрительных, слуховых, тактильных ощущений;
- развитие воображения;
- коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы.

8. Развитие познавательно-речевой деятельности предполагает:

- формирование представлений об элементарных движениях, частях тела, суставах (название, понятие, роль в движении), об упражнениях, технике их выполнения и влиянии на организм; о требованиях к осанке, дыханию, питанию, режиму дня, гигиене тела и одежды; о закаливании, значении в жизни человека движения и самостоятельных занятий;
- расширение и закрепление знаний, основанных на межпредметных связях, являющихся составной частью физических упражнений (формирование пространственных представлений, речевой и коммуникативной деятельности, знакомство с животным миром).

Практическое занятие 9

Содержание и организация физического воспитания детей с нарушением опорно-двигательного аппарата

Форма проведения: семинар – круглый стол.

Вопросы для обсуждения

1. Особенности физического и моторного развития дошкольников с нарушением ОДА.
2. Организация физического воспитания детей с нарушением ОДА и общие методические положения.
3. Содержание и методика проведения физкультурно-оздоровительной работы на разных этапах обучения.

Учебно-исследовательское задание – составление конспекта развития двигательной деятельности у детей с нарушениями ОДА.

Рекомендуемая литература

1. Кашуба, Е.М. Современные представления о профилактике и коррекции функциональных нарушений опорно-двигательного аппарата детей старшего дошкольного возраста в процессе физического воспитания / Е.М. Кашуба, Е.М. Бондарь // Физическое воспитание студентов. – 2009. – № 3. – С. 51–53.
2. Мастюкова, Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом: младенческий, ранний и дошк. возраст / Е.М. Мастюкова. – М. : Просвещение, 1991. – 159 с.
3. Сековец, Л.С. Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Программа. Комплексы упражнений. Методические рекомендации / Л.С. Сековец. – М. : Школьная пресса, 2008. – 207 с.

Материалы к практическому занятию

Движения играют важную роль в развитии организма в целом, поэтому основу движений нужно закладывать с детства.

У детей с детским церебральным параличом задержано и нарушено формирование всех двигательных функций: с трудом и опозданием формируются функция удержания головы, навыки сидения, стояния, ходьбы, манипулятивной деятельности. Двигательные нарушения, являясь ведущим дефектом, без соответствующей коррек-

ции оказывают неблагоприятное влияние на формирование психических функций и речи.

Разнообразие двигательных нарушений у детей обусловлено действием ряда факторов, непосредственно связанных со спецификой самого заболевания.

В зависимости от тяжести поражения мозга может наблюдаться полное или частичное отсутствие тех или иных движений. Полное отсутствие произвольных движений, обусловленное поражением двигательных зон коры головного мозга и проводящих двигательных путей, называется центральным параличом, а ограничение объема движений — центральным парезом. Ограничение объема произвольных движений обычно сочетается со снижением мышечной силы: ребенок затрудняется или не может поднять руки вверх, вытянуть их вперед, согнуть или разогнуть ноги. Все это затрудняет развитие важнейших двигательных функций и прежде всего манипулятивной деятельности и ходьбы.

Рассмотрим некоторые двигательные нарушения.

Гиперкинезы — произвольные насильственные движения, обусловленные переменным тонусом мышц с наличием неестественных поз и незаконченных движений. Они могут проявляться в покое и усиливаться при попытках произвести движения, а также во время волнения.

Тремор — дрожание пальцев рук и языка. Он наиболее выражен при целенаправленных движениях (например, при письме). В конце движения тремор усиливается (например, пальценосовая проба по выявлению тремора).

Атаксия — нарушения равновесия и координации. Наблюдается туловищная атаксия в виде неустойчивости при сидении, стоянии и ходьбе. В тяжелых случаях ребенок не может сидеть или стоять без поддержки. Отмечается неустойчивость походки: дети ходят на широко расставленных ногах, пошатываясь, отклоняясь в сторону. Нарушения координации проявляются в неточности, несоразмерности движений (прежде всего рук). Ребенок не может точно захватить предмет и поместить его в заданное место. При выполнении этих движений он промахивается, у него наблюдается тремор.

Синкинезия — это непроизвольные содружественные движения, сопровождающие выполнение активных действий (например, при попытке взять предмет одной рукой происходит сгибание другой руки, ребенок не может разогнуть согнутые пальцы рук, а при выпрямлении всей руки пальцы разгибаются).

Развитие моторики при детском церебральном параличе чаще всего останавливается на той стадии, где тонические рефлексy оказывают решающее влияние. Ребенку может быть 2 года, 5, 10 лет и более, а его двигательное развитие будет находиться на уровне 5–8-месячного здорового ребенка.

Двигательные нарушения у детей могут иметь различную степень выраженности. При тяжелой степени ребенок не овладевает навыками ходьбы, манипулятивной деятельности и самообслуживания. При средней степени дети овладевают ходьбой, но ходят неуверенно, часто при помощи специальных приспособлений (костылей, палочек). Навыки самообслуживания у них развиты не полностью, так же как и манипулятивная деятельность. При легкой степени двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно как в помещении, так и за его пределами. Могут самостоятельно ездить на городском транспорте, полностью себя обслуживают, имеют достаточно развитую манипулятивную деятельность. Однако у детей могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, недостаточно ловкие и замедленные движения, сниженная мышечная сила.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми младшего и среднего дошкольного возраста

Задачи образовательной области «Физическое развитие» на первой ступени обучения детей с нарушениями ОДА решаются в разнообразных формах работы, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной деятельности (занятие физкультурой, в том числе лечебной, утренняя зарядка, бодрящая зарядка после дневного сна, подвижные игры, физкультурные упражнения, динамические паузы, прогулки, спортивные развлечения, массаж и закаливание, а также формирование культурно-гигиенических навыков и представления о здоровом образе жизни).

Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области «Физическое развитие» на указанных ступенях обучения по следующим разделам:

- 1) физическая культура;
- 2) представление о здоровом образе жизни и гигиене.

Образовательную деятельность в рамках образовательной области «Физическое развитие» проводят воспитатели, инструктор по физической культуре, согласуя ее содержание с медицинскими работниками. Желательно, чтобы инструктор имел образование или переподготовку по направлению «Адаптивная физическая культура». Активными участниками образовательного процесса в области «Физическое развитие» должны стать родители детей, а также специалисты, работающие с детьми.

В работе по физическому развитию детей с нарушениями ОДА, помимо образовательных задач, соответствующих возрастным требованиям образовательного стандарта, решаются развивающие, коррекционные и оздоровительные задачи, направленные на формирование у детей представлений о здоровом образе жизни, приобщение их к физической культуре.

Задачи образовательной области «Физическое развитие» решаются в ходе непосредственной образовательной деятельности по физическому развитию, утренней гимнастики, прогулок, физкультурных досугов и праздников; в процессе проведения оздоровительных мероприятий (занятий лечебной физкультурой, массажа, закаливающих процедур); в совместной деятельности детей со взрослыми по формированию культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания; на музыкальных занятиях (музыкально-дидактических, имитационных играх, играх с воображаемыми объектами, при выполнении музыкально-ритмических движений и т. д.); в играх и упражнениях, направленных на сенсомоторное развитие; в специальных играх и упражнениях, в процессе которых воспроизводятся основные движения, формируются естественные жесты, мимика; в подвижных играх (в том числе с музыкальным сопровождением); в ходе непосредственно образовательной деятельности, направленной на правильное восприятие и воспроизведение выразительных движений для понимания смысла ситуаций, харак-

теров персонажей, их эмоциональных состояний и др.; в индивидуальной коррекционной, в том числе логопедической, работе с детьми с нарушениями ОДА.

На первой и второй ступенях обучения детей с нарушениями ОДА задачи и содержание образовательной области «Физическое развитие» тесно связаны с задачами и содержанием образовательных областей «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

В логике построения Программы уже на первой ступени образовательная область «Физическое развитие» должна стать основной, интегрируя сенсорно-перцептивное и моторно-двигательное развитие детей.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

В ходе физического воспитания дошкольников на третьей ступени обучения большое значение приобретает формирование у них осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления к двигательной активности, желания участвовать в подвижных и спортивных играх со сверстниками и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Эти принципы обеспечивают непрерывность, преемственность и повторность в обучении. Очень важно при подборе упражнений учитывать характер двигательных патологий и опираться на рекомендации врача, которые должны включать не только показания к тем или иным видам упражнений, но и противопоказания, а также рекомендации о характере двигательных нагрузок.

В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

В этот период продолжается развитие физических качеств детей: объема движений, силы, ловкости, выносливости, гибкости, координированности движений. Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у детей в различных режимных моментах: на утренней гимнастике, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов и т. п.

Физическое воспитание реализуется в развитии музыкально-ритмических движений, в занятиях ритмикой, в подвижных играх.

Основной формой коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников с нарушениями ОДА остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик, закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна детей обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

На третьей ступени обучения продолжается работа по развитию двигательной активности, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений дети учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Взрослые привлекают детей к посильному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов и т. д.

В этот возрастной период в занятия с детьми с нарушениями ОДА вводятся различные импровизационные задания, способствующие развитию их двигательной креативности. Под руководством взрослых они осваивают элементы аутотренинга.

Содержание образовательной области «Физическое развитие», направленное на становление представлений детей о ценностях здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, на третьей ступени обучения реализуется в разных формах организации работы, прежде всего в ходе осуществления режимных моментов, самостоятельной деятельности детей при незначительной помощи взрослых.

Представления, умения и навыки детей на этой ступени обучения, как и на предыдущих, формируются последовательно-параллельно, расширяясь и уточняясь. Формы и методы работы, многократно повторяясь, предполагают использование различного реального и игрового оборудования, адаптированного к двигательным возможностям детей.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. На этой ступени обучения важно вовлекать детей с нарушениями ОДА в различные игры-эксперименты, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал, связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагоги разнообразят условия для формирования у детей правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную и привлекательную для них современную эстетичную бытовую среду. Детей обучают самостоятельному выражению своих витальных потребностей, осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками). В этот период является значимым расширение и уточнение представлений детей о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые продолжают знакомить детей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям базовые представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы дети усвоили речевые образцы (например, как позвать взрослого на помощь при ухудшении самочувствия).

Как и на предыдущих ступенях обучения, к работе с детьми следует привлекать членов их семьи, акцентируя внимание родителей на активном стимулировании проявления желаний и потребностей детей. Решение задач экологического воспитания детей становится интегрирующей основой целостного развития детей.

Основные задачи по физическому воспитанию детей 3–4 лет:

- 1) формирование координации рук и ног, особенно при ходьбе;
- 2) упражнение ходьбы и бега со свободными движениями рук (не шаркая ногами, смотря вперед, ориентируясь в пространстве);
- 3) развитие равномерного темпа ходьбы и бега;
- 4) развитие навыков ходьбы и бега:
 - группой в прямом направлении;
 - в колонне по одному небольшими группами, всей группой;
 - по кругу (в том числе с чередованием ходьбы и бега);
 - с остановками;
 - парами;
 - врассыпную;
 - с изменением направления движения;
 - с перешагиванием через предметы;
 - по узкой дорожке;
 - по гимнастической скамейке со сменой положения тела в пространстве (остановка по сигналу, выполнение задания и др.);
 - по шнуру, положенному прямо, и по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой;
 - по наклонной доске;
- 5) выполнение следующих действий:
 - спрыгивание с небольшой высоты, приземление на носки с согнутыми коленями;
 - прыжки в длину с места с отработыванием сгибания коленей перед прыжком, приземления одновременно на обе ноги, удержания устойчивого равновесия;
 - игра с мячом, катание мяча в прямом направлении и друг другу;
 - перекатывание мяча между предметами;
 - бросание мяча воспитателю и ловля мяча, брошенного взрослым (не прижимая мяч к груди);
 - бросание мяча вверх и о землю;

- ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени;
- подлезание под шнур, дугу;
- лазанье по наклонной лесенке с правильным хватом за рейку руками и постановкой стопы.

К задачам физического воспитания в этот период также относится развитие тактильных ощущений в играх-упражнениях с предметами (мячом, погремушкой, обручем, кубиками и т. п.), умения действовать в подвижных играх сообща, по указанию педагога начинать и заканчивать действия в соответствии с сюжетом игры.

Основные задачи по физическому воспитанию детей 4–5 лет:

- 1) формирование координации рук и ног, особенно при ходьбе;
- 2) упражнение ходьбы и бега со свободными движениями рук (не шаркая ногами, смотря вперед, ориентируясь в пространстве);
- 3) развитие равномерного темпа ходьбы и бега;
- 4) развитие навыков ходьбы и бега:
 - группой в прямом направлении;
 - в колонне по одному небольшими группами, всей группой;
 - по кругу (в том числе с чередованием ходьбы и бега);
 - с остановками;
 - парами;
 - врассыпную;
 - с изменением направления движения;
 - с перешагиванием через предметы;
 - по узкой дорожке;
 - по гимнастической скамейке со сменой положения тела в пространстве (остановка по сигналу, выполнение задания и др.);
 - по шнуру, положенному прямо, и по кругу, приставляя пятку одной ноги к носку другой;
 - по наклонной доске;
- 5) выполнение следующих действий:
 - спрыгивание с небольшой высоты, приземление на носки с согнутыми коленями;
 - прыжки в длину с места с отработыванием сгибания коленей перед прыжком, приземления одновременно на обе ноги, удержания устойчивого равновесия;

- игра с мячом, катание мяча в прямом направлении и друг другу;
- перекатывание мяча между предметами;
- бросание мяча воспитателю и ловля мяча, брошенного взрослым (не прижимая мяч к груди);
- бросание мяча вверх и о землю;
- ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени;
- подлезание под шнур, дугу;
- лазанье по наклонной лесенке с правильным хватом за рейку руками и постановкой стопы.

К задачам физического воспитания в этот период также относятся:

- развитие тактильных ощущений в играх-упражнениях с предметами (мячом, погремушкой, обручем, кубиками и т. п.), умения действовать в подвижных играх сообща, по указанию педагога начинать и заканчивать действия в соответствии с сюжетом игры;
- развитие умения ориентироваться в пространстве в соответствии с меняющейся обстановкой;
- воспитание способности проявлять выдержку, волю, уверенно действовать в коллективе сверстников;
- формирование связей между словом, предметом и действием с использованием звуковых, ритмических и речевых стимулов: фольклорного материала, потешек, прибауток, песенок, речевок;
- развитие мелкой моторики: движения одной рукой (все остальные части тела при этом должны находиться в покое), обеими руками (одновременно, попеременно), разнообразные движения кистью (супинация и пронация, маховые, вращательные движения), движения пальцами;
- развитие зрительно-моторной координации с использованием предметов, пособий, гимнастических снарядов, зрительных ориентиров, позволяющих сконцентрировать внимание, сохранить интерес к двигательной деятельности;
- развитие тактильных ощущений опоры рук и ног на поверхность, покрытую различными материалами (ходьба босиком по дорожкам с различной фактурной поверхностью (ребристым, шершавым, пуговичным, массажным, поролоновым и др.), по песку, по воде).

Основные задачи по физическому воспитанию детей 5–6 лет:

- укрепление мышц спины, шеи, рук и ног с помощью специально подобранных и строго дозированных упражнений;
- формирование правильной осанки, умения сохранять ее в положении лежа, сидя;
- укрепление мускулатуры предплечья и кисти путем выполнения упражнений с предметами (малым мячом, малым массажным мячом, флажками, султанчиками и т. п.);
- формирование у детей обобщенных представлений о возможностях основного движения в целях использования его для решения различных задач, а также умения устанавливать простейшие связи между ними;
- закрепление приобретенных ранее навыков в самостоятельной двигательной деятельности;
- развитие техники приставного шага;
- продолжение обучения ходьбе с согласованными движениями рук и ног;
- развитие легкости бега с энергичным отталкиванием стопы;
- формирование технических характеристик бега, метания в цель и на дальность;
- обучение подпрыгиванию на месте, прыжкам с продвижением вперед на одной и двух ногах;
- обучение прыжкам в длину с места;
- организация подготовительных упражнений для обучения прыжкам с короткой скакалкой;
- обучение катанию обручей (произвольно и в указанном направлении);
- обучение ползанию, пролезанию, подлезанию, перелезанию через предметы, с одного пролета гимнастической стенки на другой;
- закрепление навыка контроля положения тела в пространстве;
- отработка ходьбы по бревну (горизонтальному или наклонному) разными способами;
- контроль качества выполнения упражнений в равновесии;
- проведение упражнений в беге и прыжках, увеличивающих глубину дыхания;

- формирование правильного дыхания с удлиненным выдохом, навыков рационального дыхания с движением, включая в общеразвивающие упражнения элементы дыхательной и звуковой гимнастики;
- воспитание уверенности при выполнении статических поз.
- обучение езде на двухколесном велосипеде по прямой, по большому кругу;
- обучение ходьбе на лыжах ступающим и скользящим шагом с выполнением поворотов, подъемом на горку;
- обучение построению с соблюдением дистанции во время передвижения;
- обучение расслаблению мышц посредством выполнения специальных упражнений;
- развитие физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, гибкости и др.;
- воспитание готовности принять на себя ведущую роль в подвижной игре и четко соблюдать ее правила;
- воспитание устойчивого интереса к различным видам движений, к выполнению элементов выразительного образа;
- развитие личностных качеств у детей: самостоятельности, активности, ответственности, желания помогать сверстникам и взрослым, инициативности, организованности, внимательности, сдержанности, дружеских взаимоотношений.

Основные задачи по физическому воспитанию детей 6–7 лет:

- продолжение формирования правильной осанки и умения сохранять ее в любой позе (лежа, сидя, стоя);
- предупреждение и коррекция неправильных движений и положений тела;
- продолжение профилактики и коррекции нарушений осанки и функциональных нарушений стопы;
- обучение детей четкому принятию различных исходных положений;
- организация выполнения упражнений с большой амплитудой движений;
- обеспечение правильного выполнения упражнений и обучение некоторым элементам техники движений;

- развитие навыка точного соблюдения разнообразных направленных движений отдельных частей тела в соответствии с образцом, объяснением воспитателя или только по его указанию;
- отработка движений в соответствии с заданным темпом, ритмом музыки, подсчетом, отработка перехода от одного темпа к другому;
- формирование умения вспоминать знакомые упражнения, рассказывать о порядке и способе выполнения его отдельных частей;
- формирование умения оценивать движения (свои и товарищей);
- обучение выразительному выполнению движений в соответствии с характером музыки;
- развитие навыка самостоятельного выполнения простых и известных упражнений.

Раздел 3. МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Разноуровневое задание. Разработка конспекта образовательной деятельности по физическому развитию для дошкольников с нарушениями в развитии (указывается конкретное нарушение)

Критерии оценивания:

- *отлично* – разработанный конспект соответствует 5 требованиям;
- *хорошо* – разработанный конспект соответствует 5 требованиям, присутствуют небольшие неточности в формулировках образовательных задач, указанных методах;
- *удовлетворительно* – разработанный конспект соответствует 4 требованиям;
- *неудовлетворительно* – разработанный конспект формально соответствует требованиям.

Структура конспекта

№	Содержание занятия	Дозировка	Общие методические указания

Примерные тестовые задания

1. Что такое физическая культура?

- а) это одна из сторон физического воспитания, включающая овладение специальными знаниями, двигательными навыками и умениями
- б) это уровень физического развития и высокая степень здоровья, уровень всесторонней физической подготовленности
- в) это часть общей культуры человека, характеризующая достижения общества в области физического, психического и социального здоровья человека

2. Физической подготовленностью называется

- а) процесс изменения форм и функций организма под влиянием условий жизни и воспитания

- б) профессиональная направленность физического воспитания
- в) уровень развития двигательных умений, навыков и физических качеств

3. Как называется процесс формирования и последующего изменения на протяжении жизни естественных морфофункциональных свойств организма ребенка и основанных на них психофизических качеств?

- а) физическая подготовленность
- б) физическое развитие
- в) двигательная активность

4. Под специальными движениями, а также сложными видами деятельности ребенка, применяемыми в качестве средств физического воспитания, понимают

- а) подвижные игры
- б) гимнастику
- в) физические упражнения

5. Назовите часть общей культуры общества, одну из сфер социальной деятельности, направленную на укрепление здоровья, развитие физических способностей человека, а также совокупность материальных и духовных ценностей общества в области физического совершенствования человека.

- а) физическое совершенство
- б) физическое воспитание
- в) физическая культура

6. Как называется специальная деятельность, направленная на достижение в каком-либо виде физических упражнений наивысших результатов, выявляемых в процессе соревнований?

- а) дети с ограниченными возможностями здоровья
- б) физические упражнения
- в) физическое воспитание

7. Педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, воспитание психофизических качеств, достижение физического совершенства, называется

- а) физическим воспитанием

- б) физическим образованием
- в) физическим развитием

8. Под овладением системой научных знаний в области физической культуры, двигательными умениями и навыками, развитием телесной рефлексии понимается

- а) физическое образование
- б) физическое воспитание
- в) физическое развитие

9. Как называется деятельность, характеризующая активность двигательного аппарата?

- а) двигательная активность
- б) физические упражнения
- в) двигательная деятельность

10. Соответствие уровня развития двигательных умений и навыков детей требованиям нормативных документов называется

- а) физической подготовкой
- б) физической подготовленностью
- в) двигательной деятельностью

Примерные вопросы к экзамену

1. Основные понятия методики физического воспитания детей дошкольного возраста.
2. Цель и задачи образования дошкольников в области физической культуры.
3. Дидактические принципы развития двигательной активности и воспитания физических качеств у дошкольников.
4. Общая характеристика средств физического воспитания. Физические упражнения как специфическое средство физического воспитания.
5. Характеристика, классификация методов и приемов обучения в физическом воспитании.
6. Формирование у дошкольников двигательных навыков.
7. Онтогенез моторики.

8. Гигиенические требования к занятиям физическими упражнениями с дошкольниками.
9. Виды и способы закаливания детей с нарушениями в развитии.
10. Организация физического воспитания детей с нарушениями в развитии в дошкольных образовательных учреждениях.
11. Занятие физической культурой как основная форма физического воспитания дошкольника.
12. Формы физкультурно-оздоровительной работы в режиме дня.
13. Организация физкультурных развлечений и праздников для детей с нарушениями в развитии.
14. Методика обучения дошкольников основным движениям.
15. Методика обучения дошкольников общеразвивающим упражнениям.
16. Методика организации подвижных игр для детей дошкольного возраста.
17. Использование массажа в коррекционно-профилактической работе с детьми с нарушениями в развитии.
18. Подвижная игра как средство коррекции физического развития детей с нарушением в развитии.
19. Физическое воспитание дошкольников с нарушениями ОДА: содержание, методы и приемы.
20. Физическое воспитание дошкольников с нарушением зрения: содержание, методы и приемы.
21. Физическое воспитание дошкольников с нарушением слуха: содержание, методы и приемы.
22. Физическое воспитание дошкольников с нарушением речи: содержание, методы и приемы.
23. Особенности коррекционной работы с детьми-логопатами с разными нарушениями в процессе их физического воспитания.
24. Методика развития основных движений у детей с нарушениями интеллекта.
25. Виды и методика проведения подвижных игр и спортивных упражнений с детьми дошкольного возраста с отклонениями в умственном развитии.

26. Виды упражнений и методика работы по коррекции мелкой моторики у детей дошкольного возраста с отклонениями в умственном развитии.
27. Диагностика физической подготовленности детей с нарушениями в развитии.
28. Физическое воспитание в семье. Формы работы с родителями по воспитанию здорового дошкольника.
29. Утренняя гимнастика: задачи, схема построения и ее обоснование.
30. Гимнастика после сна: значение и формы проведения.
31. Физкультминутки. Технологии проведения физкультминуток в разных возрастных группах.
32. Самостоятельная двигательная деятельность ребенка и индивидуальная работа с детьми по развитию движений.
33. Общеразвивающие упражнения: характеристика и классификация. Требования к подбору общеразвивающих упражнений и их последовательность в комплексе.
34. Строевые упражнения. Содержание и технологии обучения строевым упражнениям в разных возрастных группах.
35. Ходьба: общая характеристика, программные требования и методика обучения в разных возрастных группах.
36. Бег: общая характеристика, программные требования и методика обучения в разных возрастных группах.
37. Прыжки: техника выполнения и ее особенности у детей в разных возрастных группах. Задачи и технологии обучения прыжкам в разных возрастных группах.
38. Метание: виды и способы выполнения, задачи и технологии обучения в разных возрастных группах.
39. Технологии формирования физических качеств у детей дошкольного возраста.
40. Врачебно-педагогический контроль физического воспитания в дошкольном учреждении.
41. Составить план-конспект проведения занятия по физической культуре с детьми с нарушениями интеллекта.
42. Составить план-конспект проведения занятия по физической культуре с детьми с нарушениями зрения.

43. Составить план-конспект проведения занятия по физической культуре с детьми с нарушениями слуха.
44. Составить план-конспект проведения занятия по физической культуре с детьми с нарушениями ОДА.
45. Составить план-конспект проведения физкультурного развлечения с детьми с нарушениями интеллекта.
46. Составить план-конспект проведения физкультурного развлечения с детьми с нарушениями зрения.
47. Составить план-конспект проведения физкультурного развлечения с детьми с нарушениями слуха.
48. Составить план-конспект проведения физкультурного развлечения с детьми с нарушениями ОДА.
49. Составить план-конспект проведения утренней гимнастики в младшей группе (нарушение на выбор).
50. Составить план-конспект проведение утренней гимнастики в средней группе (нарушение на выбор).
51. Составить план-конспект проведения утренней гимнастики в старшей группе (нарушение на выбор).
52. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для детей младшей группы (нарушение на выбор).
53. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для средней группы (нарушение на выбор).
54. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для старшей группы (нарушение на выбор).
55. Разработать комплекс общеразвивающих упражнений для подготовительной группы (нарушение на выбор).
56. Предложить варианты динамических пауз в ходе образовательной деятельности по интеллектуальному развитию.
57. Предложить варианты динамических пауз в ходе образовательной деятельности по речевому развитию.
58. Предложить варианты динамических пауз в ходе образовательной деятельности по социально-коммуникативному развитию.
59. Предложить варианты динамических пауз в ходе образовательной деятельности по художественно-эстетическому развитию.
60. Предложить варианты динамических пауз в деятельности учителя-дефектолога.

Библиографический список

1. Мастюкова, Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом: младенческий, ранний и дошк. возраст / Е.М. Мастюкова. — М. : Просвещение, 1991. — 159 с.
2. Сековец, Л.С. Комплексная физическая реабилитация детей с нарушением опорно-двигательного аппарата. Программа. Комплексы упражнений : методические рекомендации / Л.С. Сековец. — М. : Школьная пресса, 2008. — 207 с.
3. Сековец, Л.С. Развитие зрительного восприятия у детей с нарушением зрения в процессе физического воспитания / Л.С. Сековец // Физическое воспитание детей с нарушением зрения в детском саду и начальной школе. — 2001. — № 2. — С. 11–18.
4. Сековец, Л.С. Физическое воспитание детей дошкольного возраста с монокулярным зрением / Л.С. Сековец. — Н.Новгород : Нижегородский гуманитарный центр, 2000. — 143 с.
5. Сековец, Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения / Л.С. Сековец. — Н.Новгород : Ю.А. Николаев, 2001. — 168 с.
6. Токаева, Т.Э. Методика физического воспитания детей с проблемами в развитии [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие для специальностей по направлениям подготовки специалитета 050715.65 — «Логопедия», 050717.65 — «Специальная дошкольная педагогика и психология»; по направлениям подготовки бакалавриата 050700.62 — «Специальное (дефектологическое) образование — профиль «Дошкольная дефектология» / Т.Э. Токаева, А.А. Наумов. — Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013. — 346 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32067.html>
7. Ростомашвили, Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Л.Н. Ростомашвили. — М. : Советский спорт, 2015. — 164 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40847.html>
8. Шебеко, В.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В.Н. Шебеко. — Минск : Вышэйшая школа, 2015. — 288 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35553.html>