

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Дошкольная дефектология

(направленность (профиль)/специализация)

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему Развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений

Студент

А.Г. Будылкина

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

О.В. Дыбина

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор, О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« _____ » _____ 2018 г.

Тольятти 2018

Аннотация

Бакалаврская работа посвящена развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений. Актуальность исследования обусловлена следующими теоретическими положениями: о развитии равновесия у детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи II уровня (Е.Я. Бондаревский, Б.А. Нариманов, Н.Б. Кичайкина, А.А. Зайцев, Л.П. Матвеев); об особенностях детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня и возможностью учета их при развитии равновесия; о роли общеразвивающих упражнений в физическом развитии детей дошкольного возраста и их использования в коррекционном процессе.

Цель бакалаврской работы заключается в том, чтобы теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность общеразвивающих упражнений в процессе развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Бакалаврская работа основана на гипотезе, процесс развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений.

Исследование решает следующие задачи: 1. Изучить степень разработанности проблемы развития равновесия у детей дошкольного возраста и возможности общеразвивающих упражнений в процессе их использования для детей с общим недоразвитием речи II уровня. 2. Выявить уровень развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня. 3. Экспериментально проверить содержание работы по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений.

Бакалаврская работа имеет новизну, теоретическую и практическую значимость; состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (32 наименований), 3 приложения. Работу иллюстрируют 11 таблиц и 13 рисунков. Объем работы – 49 страниц.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретические основы развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений.....	7
1.1 Развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня как психолого-педагогическая проблема.....	7
1.2 Общеразвивающие упражнения, их роль в развитии равновесия у детей дошкольного возраста.....	11
Глава 2 Экспериментальная работа по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений	16
2.1 Выявление уровня развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня	16
2.2 Содержание работы по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений	26
2.3 Изучение динамики развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня	37
Заключение	45
Список используемой литературы.....	46
Приложения.....	50

Введение

Актуальность исследования обусловлена следующими теоретическими положениями:

- о развитии равновесия у детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи II уровня (Е.Я. Бондаревский, Б.А. Нариманов, Н.Б. Кичайкина, А.А. Зайцев, Л.П. Матвеев);

- об особенностях детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня и возможностью учета их при развитии равновесия;

- о роли общеразвивающих упражнений в физическом развитии детей дошкольного возраста и их использования в коррекционном процессе.

Теоретический анализ исследований свидетельствует о том, что недостаточно исследованы потенциальные возможности общеразвивающих упражнений в развитии равновесия у старших дошкольников с общим недоразвитием речи II уровня.

Возникает **противоречие** между необходимостью развития равновесия у детей 5-6 лет, и недооцениваем роли общеразвивающих упражнений в данном процессе, учете недоразвития речи II уровня.

Цель исследования: теоретическое обоснование и экспериментальная проверка эффективности общеразвивающих упражнений в процессе развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Объект исследования: процесс развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Предмет исследования: общеразвивающие упражнения как средство развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Гипотеза исследования: процесс развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений возможен, если:

– учитывать особенности развития равновесия у детей с общим недоразвитием речи II уровня;

– разработать комплекс упражнений для развития равновесия, основанный на принципах доступности, постепенности;

– использовать наглядные основы при проведении разработанных комплексов общеразвивающих упражнений.

Задачи исследования:

1. Изучить степень разработанности проблемы развития равновесия у детей дошкольного возраста и возможности общеразвивающих упражнений в процессе их использования для детей с общим недоразвитием речи II уровня.

2. Выявить уровень развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

3. Экспериментально проверить содержание работы по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений.

Методы исследования: теоретические (анализ психолого-педагогической и методической литературы): эмпирические (беседа, диагностические задания) и методы обработки фактических данных: качественный и количественный анализ.

Теоретико-методологической основой нашего исследования послужили научные труды о развитии равновесия (Е.Я. Бондаревский., Б.А. Нариманов, Н.Б. Кичайкина, А.А. Зайцев, Л.П. Матвеев); особенностях физического развития детей с общим недоразвитием речи II уровня (С.Н. Шаховская, Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева).

Новизна исследования: выявлена возможность рассмотрения процесса развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений.

Теоретическая значимость исследования: обоснован процесс развития равновесия посредством общеразвивающие упражнения у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Практическая значимость исследования заключается в том, что

результаты, полученные в ходе исследования, могут быть использованы родителями, инструкторами по физической культуре, учителями-логопедами, педагогами дошкольных образовательных организаций с целью решения задач по коррекции равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Экспериментальной базой исследования является ГБОУ СОШ № 10 СПДС «Ягодка» г. о. Жигулевска. В эксперименте принимало участие 12 детей 5-6 лет.

Структура бакалаврской работы: введение, две главы, заключение, список используемой литературы (32 – источника), приложение.

Глава 1 Теоретические основы развития равновесия у детей у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений

1.1 Развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня как психолого-педагогическая проблема

В данном параграфе рассмотрим проблему развития равновесия у детей с общим недоразвитием речи. Развитие речи является важной основой процесса воспитания и обучения дошкольников.

В возрасте 5-6 лет активно происходит смена игровой деятельности на познавательную деятельность. Поведением ребёнка движет желание узнать, познать и применить полученные знания на практике. Старший дошкольник с радостью принимается решать логические задачи, что-то запоминать, фантазировать. В этом возрасте психические процессы, такие как внимание, память, мышление, восприятие и другие принимают произвольный характер. [15, с. 76].

«Рассматривая общую характеристику детей с ОНР, можно отметить, что при общем недоразвитии речи отмечается позднее начало речи, хотя понимание обращенной речи относительно благополучно. Речь таких детей малопонятна. Речевое недоразвитие может быть разной степени: у одной группы детей наблюдается лепетная речь или отсутствие речи, у другой группы наблюдается мало развернутая речь или развернутая речь с фонетико-фонематическими или лексико-грамматическими нарушениями. Неполюценная речевая деятельность влияет на развитие психических процессов, хотя психическое развитие протекает более благополучно, чем развитие речи. Без специального обучения дети с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением. Однако по мере формирования словесной речи и устранения речевых трудностей их интеллектуальное развитие приближается к норме» [26].

Как свидетельствуют наблюдения, некоторые экспериментальные исследования, у детей с патологическим развитием речи обычно наблюдается более или менее выраженные отклонения от нормы в психической деятельности. Помимо речевого недоразвития у детей с общим недоразвитием речи имеется ряд других проблем: познавательная деятельность не становится сугубо индивидуальной; наблюдаются нарушения в эмоционально-волевой и сенсорной сферах личности ребенка [8, с. 22].

У детей с общим недоразвитием речи II уровня есть нарушения при оформлении фразовой речи. Дошкольники пытаются увеличить активный словарь за счет включения в речь существительных, глаголов, прилагательных, наречия. Ученые указывают на стремления детей к словоизменениям и словообразованиям. Для них характерно нарушения звукопроизношения. Дети затрудняются в использовании слогов, слов, близких по звучанию (па-та-па, кот-ток-кот), часто искажают слоговую структуру и звуконаполняемость слов (асипед-велосипед, ет-самолет и так далее). Наблюдается не овладение языковым анализом и синтезом [11, с. 5].

Теоретический анализ исследований (Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина, В.П. Глухов, В.К. Воробьева, С.Н. Шаховская) свидетельствует: что дети с общим недоразвитием речи трудно воспринимают наглядный материал: не всегда узнают предметы: проявляют неуверенность при его описании.

Развитие двигательных навыков, активная деятельность в процессе трудовой деятельности, сюжетной игры, овладение координированными движениями рук. В общей системе коррекционного обучения, является необходимым.

В процессе правильно поставленных задач и организованных занятий необходимо устранить скованные, некоординированные, недостаточно ритмичные движения, научить детей разграничительным навыкам. Важно уделять внимание психомоторному развитию детей.

С речевой патологией, имеющей органическую природу нарушения, обычно различаются по состоянию двигательной сферы. Признаки речевой патологии, имеющие органическую природу, нетерпеливость, отвлекаемость, вялость неустойчивость и заторможенность.

У детей с общим нарушением речи страдает целостный чувственный образ речи. В основе этого лежит недостаточная сформированность, способность правильно слышать, узнавать звуки. Ребенок чаще всего неправильно понимает смысл слов, это приводит к тому, что он не понимает речь другого.

Дети с нарушением речи не могут полно выражать свои мысли, используют простые упражнения иногда предложение состоит из одно или двух слов. Есть сложности в использовании сравнений, обобщений, умозаключений, выводов. Вопросы очень простые, их направленность бедная, чаще всего не смысловые.

Н.Н. Трауготт отмечает, что у детей с общим недоразвитием речи, имеющих нормальный слух и первично сохранный интеллект, отличающийся от нормы словарь и особенность его употребления, и узко ситуативный характер высказываний. Дети не сразу начинают употреблять слова в речевом общении, а особенно в ситуациях, усвоенные ими на занятиях, при изменении какой либо ситуации слова теряются, известные и произносимые в других ситуациях и условиях [28, с. 21].

«Для третьего уровня свойственно присутствие развёрнутой фразовой речи с элементами фонетико-фонематического и лексико-грамматического недоразвития, и при этом происходит в речи смешение звуков, их непостоянное употребление. Вместо нескольких близких (или двух) звуков произносится нечто среднее; произносится неточный звук вместо [ч] и [т]; нечто вроде смягчённого [ч] вместо [ш] и [с]; мягкий звук [ш]. Если данную проблему не исправить, то у ребенка эти проблемы выльются в однотипные замены букв при письме» [21].

«В дошкольном возрасте ребенок овладевает двумя труднейшими процессами, которые являются определяющими для последующего развития словообразовательного уровня языковой деятельности: процессами вычленения и семантического синтеза. Эти процессы показывают уровень знаний ребенка об окружающем мире, структурированность и детализацию тех элементов действительности, выделенные в процессе коммуникации и которые ребенок получил в процессе деятельности» [14].

«Нарушение процессов словообразования является устойчивым проявлением в структуре такого трудного дефекта, как общее недоразвитие речи. В связи с этим у дошкольников с ОНР отмечаются нарушения словообразовательных операций на любых этапах восприятия и порождения речевого высказывания» [14].

«Порядок возникновения словообразовательных форм в детской речи определяется их семантикой, функцией в структуре языка. По данному фактору сначала появляются семантически элементарные, визуально воспринимаемые, хорошо дифференцируемые словообразовательные формы. К примеру, в первую очередь ребенок осваивает уменьшительно-ласкательные формы существительных. Намного позднее в речи появляются наименования профессий людей, дифференциация глаголов с приставками и другие наиболее трудные по семантике формы. К примеру, у детей первого уровня развития речи формируется двусоставное простое предложение, на основе усвоения простых словообразований»[14].

«Природа дефектов весьма разнообразна, однако, их характерные проявления способны указать на системное нарушение речевой деятельности. Основным признаком нарушения является запоздалое появление речи (не ранее третьего-четвертого, а иногда и пятого года жизни ребенка). Речь также может складываться аграмматично или не быть четко оформленной фонетически. Также наглядным показателем может быть отставание экспрессивной речи при кажущемся благополучном понимании обращенной речи. Данная группа детей характеризуется малопонятной

речью, недостаточной речевой активностью, которая без должной коррекции резко падает с возрастом. При этом дети способны явно осознавать собственный дефект» [18].

Исследования С.Н. Шаховской показывают, что у детей с патологией речи активный словарь речи очень бедный, поэтому ребенок имеет слова, которые не использует в процессе общения с другими людьми. Ученый считает, что ребенок не может пользоваться словами, не владеет построением монологов и диалогов. Причиной этого является несформированность языковых средств.

Нарушения речи затрагивает и некоторые возможности в развитии движений. Особенно, если речь идет о таком движении как равновесие. Поэтому ученые считают, есть трудности у таких детей освоить осознанное удержание равновесия и статическое и динамическое. Важно правильно подобрать средства для данного процесса. Мы предполагаем, что таким средством может служить упражнения. В следующем параграфе рассмотрим потенциальные возможности общеразвивающих упражнений.

1.2 Общеразвивающие упражнения, их роль в развитии равновесия у детей дошкольного возраста

В данном параграфе рассмотрим сущность общеразвивающих упражнений, их роль в развитии у детей равновесия. Общеразвивающие упражнения – это специально подобранные упражнения по улучшению состояния здоровья организма ребенка, развитие и укрепления крупных групп мышц.

Общеразвивающие упражнения содействуют улучшению кровообращения, укреплению опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, обменных процессов, дыхания, работе нервной системы. С их участием развиваются и укрепляются мышцы туловища, ног, плечевого пояса, подвижность суставов; налаживаются

процессы напряжения и расслабления; для развития психофизических качеств ребенка [23, с. 180].

В нашем исследовании интерес представляют вопросы, связанные с равновесием. Равновесие позволяет сохранить устойчивость тела в процессе движения и вне движения.

Равновесие необходимо каждому человеку, для того чтобы элементарно двигаться не сталкиваясь с различными предметами и преградами, с людьми рядом проходящими, без трудностей выполнять обязанности, необходимые в работе.

Теоретический анализ исследований в области физического воспитания дошкольников свидетельствует, что развитие равновесия у детей обеспечивается общеразвивающими упражнениями. Большое внимание уделяется использованию более сложных общеразвивающих упражнений.

Наличие сложности определяется с помощью изменения площади опоры, включение преград, уменьшение времени удержания равновесия и так далее.

Известно, что физические упражнения обеспечивают физическое воспитание детей. В основном их подбирают в зависимости от основных видов движения, с учетом доступности для детей дошкольного возраста, то есть в зависимости от возраста дошкольников. Физические упражнения включают действия активного и произвольного характера.

В дошкольном образовании особое внимание уделяется определению направленности физических упражнений. Физические упражнения в основном направлены на основные движения. Однако при выполнении физических упражнений особое внимание уделяется обогащению сведений об окружающей действительности, развитию эмоционально-волевой сферы, познавательной, социально-личностной.

При раскрытии проблем, связанных с равновесием, заостряется внимание на использовании методических приемов. Существуют методические примы для развития статического и динамического

равновесия. Известны методические приемы для развития статического равновесия, к ним относятся такие как, показ ребенку сохранения позы, использование усложнений (по времени, по площади опоры, по высоте поверхности и так далее).

Известны методические приемы для развития динамического равновесия, к ним относятся такие как, упражнения с изменяющимися внешними условиями (погода, покрытие, трава, грунт, камень); упражнения для тренировки вестибулярного аппарата (инвентарь качели, лонжи, другие тренажеры).

Умение сохранять равновесие очень важно в жизни ребенка. Ребенок пользуется равновесием при выполнении физических движений, бытовых действий, в процессе организации игровой деятельности. При выполнении равновесия работает определенная группа мышц.

Сохранение равновесия ребенок использует не только для выполнения простых движений и действий, но и для более сложных движений и действий. Ученые считают, чтобы дети сохраняли равновесие в более сложных условиях, необходимы специальные навыки.

Теоретический анализ исследований свидетельствует о том, что необходимо обучать детей специальным навыкам равновесия. Важно обучать осознанности при удержании равновесия.

Сохранение равновесия достигается за счет изменения взаимного расположения частей тела, в этом нам помогает нервно-мышечные усилия, разгибания, сгибания, а также и статических напряжений. Наш организм надо удивлять при помощи изменений за счет сложности упражнений, о чём мы говорили выше, возникают стойкие временные связи, которые, в свою очередь, способствуют формированию соответствующего навыка.

Для развития равновесия в детском саду применяются упражнения динамического характера. Упражнения направлены на решение двигательных задач. Известны следующие задачи:

- пройти (пробежать, попрыгать, протанцевать) по скамейке и спрыгнуть (сойти) в конце;
- пройти по скамейке, перешагивая через различные предметы (кубики, кегли, кочки и т.п.);
- пройти по скамейке с предметом в руке (мяч, кубик, кегля, мешочек, гимнастическая палка и т.п.);
- пройти с мешочком на голове; пройти по снегу след в след; попасть в цель (снежком, мешочком, шишкой) стоя на снежном валу (скамейке, буре).

Дети легко решают двигательные задачи в процессе использования игровых заданий «Я цапля» или «Я аист», или «Я ласточка», «Я оловянный солдатик».

При подборе упражнений на равновесие необходимо учитывать принцип систематичности, дифференцированного и индивидуального подхода, доступности. Особое внимание уделяется принципу систематичности, только при постоянном использовании упражнений на удержание равновесия можно научить детей специальным навыкам.

Удержание равновесия зависит от состояния вестибулярного аппарата и всех систем организма, а также от расположения общего центра тяжести тела. У детей дошкольного возраста общий центр тяжести тела расположен высоко, за счет этого им трудно удерживать равновесие. При выполнении упражнений, смене положения центр тяжести тела смещается, и равновесие нарушается. Надо много сил приложить, чтобы восстановить нужное положение тела.

Для координации движения не менее важен вестибулярный аппарат.

Вестибулярный аппарат – орган, воспринимающий изменения положения головы и тела в пространстве и направление движения тела человека; часть внутреннего уха.

Функции: при близком соседстве со зрительными нервами и ушными раковинами система равновесия ни к слуху, ни к зрению не имеет никакого отношения. Главная функция вестибулярного аппарата – анализировать

изменения положения рук, ног, туловища или головы и передавать данные в мозг. Орган быстро реагирует на минимальное воздействие извне, улавливая даже малейшие изменения гравитационного поля планеты, помогая поддерживать равновесие при полной слепоте или ориентироваться в незнакомом пространстве.

Тренировать вестибулярный аппарат у детей необходимо с раннего возраста, ведь именно он позволяет координировать движения, не падать на спину, не заваливаться на бок и вообще двигаться прямо, в нужном направлении. Позволяет осуществлять подъем по лестнице и спрыгивание вниз. Сами прыжки – это тряска нашего организма, если вестибулярный аппарат плохо развит, то даже такие действия могут вызвать неприятные ощущения. Если у вас есть вертикальная спортивная лестница, то подъем и спуск по ней также тренирует данный орган. Попадание мячом в корзинку. За равновесие отвечают также и глаза, поэтому нужно тренировать вестибулярный аппарат вместе с глазомером. Для старших детей подойдет баскетбол, ну а малыши могут обойтись даже детским ведерком. Положите на пол два предмета на расстоянии, которые заинтересуют ребенка. Берем ребенка за ноги и мотивируем его дойти на руках до одного из этих предметов. Затем разворачиваемся и доходим тем же способом до другого предмета.

Необходимо выяснить особенности развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня. Обратимся к экспериментальной работе.

Глава 2. Экспериментальная работа по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений

2.1 Выявление уровня развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня

Теоретический анализ исследования позволил нам перейти к констатирующему эксперименту. Цель констатирующего эксперимента – выявить уровень развитие равновесия у детей 6-го года жизни с общим недоразвитием речи II уровня.

Экспериментальной базой исследования является ГБОУ СОШ № 10 СПДС «Ягодка» г. о. Жигулевска. В эксперименте принимало участие 12 детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Для проведения диагностики были определены показатели для выявления уровня развития равновесия и диагностические задания.

Таблица 1 – Диагностическая карта констатирующего эксперимента

Показатели	Диагностические задания
Статистическое (равновесие за счет удержания статической позы)	Поза «Пяточно-носочная»
Статистическое (равновесие за счет удержания статической позы)	Поза «Аист»
Динамическое равновесие	Ходьба по гимнастической скамейке
Динамическое (равновесие при помощи бега по прямой дорожке)	Бег на 30 метров
Динамическое (равновесие при движении)	Бросок мяча от груди в баскетбольное кольцо

Диагностическое задание 1. Поза «Пяточно-носочная»

Цель: выявить уровень развития равновесия за счет удержания статической позы.

Оборудование: секундомер.

Процедура проведения: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком.

Ребенок встает в стойку – носок ноги, стоящей сзади, вплотную к пятке стоящей впереди – при этом нужно сохранить равновесие как можно дольше.

Потерей равновесия считается перемещение опорной.

Задание выполняется с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Критерии оценки результатов: Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Данные заносятся в таблицу, где отмечается уровень развития, полученный каждым ребенком, что позволяет выявить общий уровень развития равновесия.

Норма для мальчиков удержания равновесия от 20 и больше секунд (высокий), от 12 до 20 секунд – средний уровень, от 12 и ниже секунд – низкий уровень.

Норма для девочек удержания равновесия от 25 и больше секунд (высокий), от 15 до 28 секунд - средний уровень, от 15 и ниже секунд – низкий уровень.

Количественные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты исследования по диагностическому заданию 1

Количество детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
12	5	4	3
100%	42%	33%	25%

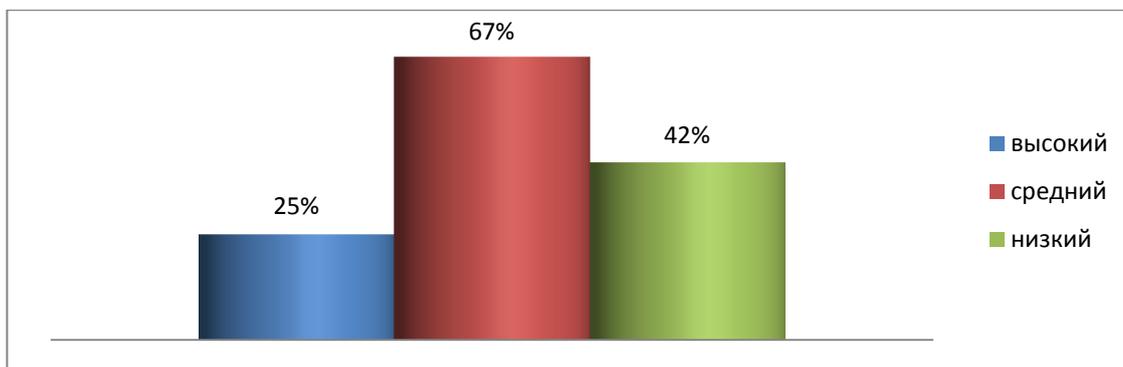


Рисунок 1 – Результаты диагностического задания «Пяточно-носочная»

Анализ данной методики позволил условно разделить детей на три подгруппы, которые соответствуют трем уровням развития равновесия (высокий, средний, низкий уровни).

Дети (25%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия, продемонстрировали выдержку, при выполнении диагностического задания не обращали на других внимание, были сконцентрированы на выполнение задания. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Егор Г.

Есть дети (33%), которые стремились правильно выполнить диагностическое задание, старались удержать равновесие, не перемещая опорную ногу, не закрывая глаза, но они в основном выполняли с помощью взрослого. Это продемонстрировали Макар И., Кристина Б., Илья Т., Михаил Л.

Низкий уровень развития равновесия составили 42% детей. Данные дети не смогли сконцентрироваться на задании, поставив ногу за пятку, начинали падать в сторону, только с нескольких попыток дети могли удержать равновесие на несколько секунд. Это продемонстрировали Артём П., Иршат К., Роман Р., Соня К., Маша Л. Следует отметить Иршата К., он был сконцентрирован, увлечен, пытался удержать равновесие, однако с заданием не справился. В этой подгруппе были дети, которые пытались удержать равновесие. Ребята задание выполняли с ошибками, на помощь взрослого не реагировали.

Диагностическое задание 2. Поза « Аист»

Цель: выявить уровень развития равновесие за счет удержания статической позы.

Оборудование: секундомер.

Процедура проведения: исследование проводится с каждым ребенком индивидуально. По команде «можно» ребенок становится на левую ногу, правую сгибает в колене, поставив ее на опорную ногу чуть выше колена и развернув ее вправо. Руки на поясе, глаза закрыты.

Секундомер включается тогда, когда ребёнок становится на одну ногу, выключается – при потере равновесия. При выполнении теста необходима страховка.

Обработка данных: Из двух попыток засчитывается лучший результат. Данные заносятся в таблицу, где отмечается уровень развития, полученный каждым ребенком, что позволяет выявить общий уровень развития равновесия.

Норма для мальчиков удержания равновесия от 11 и больше секунд (высокий), от 7 до 11 секунд – средний уровень, от 7 и ниже секунд – низкий уровень.

Норма для девочек удержания равновесия от 14 и больше секунд (высокий), от 9 до 14 секунд - средний уровень, от 9 и ниже секунд – низкий уровень.

Количественные результаты представлены в таблице 3 и на рисунке 2.

Таблица 3 – Результаты исследования по диагностическому заданию 2

Количество детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
12	6	4	2
100%	50%	33%	17%

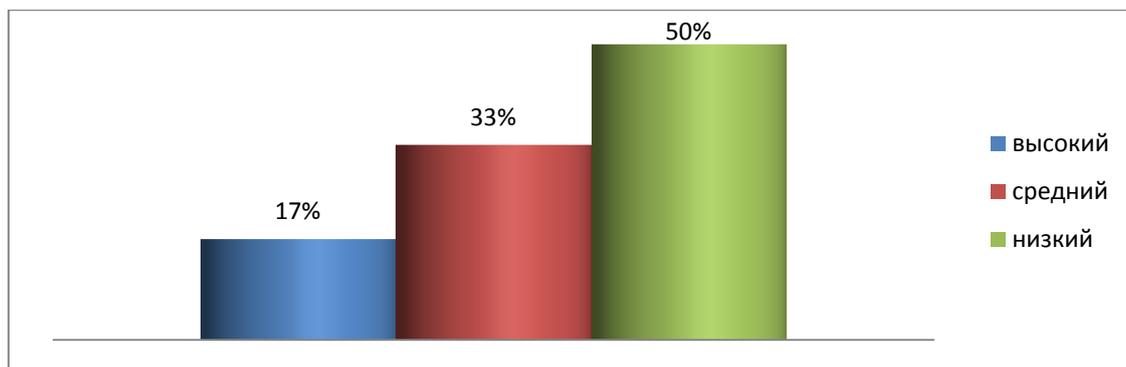


Рисунок 2 – Результаты диагностического задания «Аист»

Анализ данной методики позволил условно разделить детей на три подгруппы, которые соответствуют трем уровням развития равновесия (высокий, средний, низкий уровни).

Дети (17%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия, продемонстрировали стойкость и старались удержаться даже когда начинали терять равновесие, также не обращали на других внимание, выполняли самостоятельно, были сконцентрированы на выполнение задания, в позе «Аист» (Статическое равновесие). Это продемонстрировали: Егор Г., Леонид Л..

Дети (33%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия, удерживали равновесие около 25 секунд, стремились встать на левую ногу, правую согнуть в коленном суставе и ставить ее на опорную ногу чуть выше колена и чуть развернув ее вправо, но делали это при помощи взрослого. Это продемонстрировали: Никита В., Роман Р., Илья Т., Михаил Л.

Дети (50%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия, стремились удерживать ногу чуть выше колена, но нога постепенно сползала вниз, чаще не получалось опереться на опорную ногу. Это продемонстрировали: Иршат К., Соня К., Макар И., Кристину Б., Артём П. Данные дети на помощь взрослого не реагировали.

Диагностическое задание 3. Ходьба по гимнастической скамейке.

Цель: выявить уровень развития равновесия при ходьбе по повышенной опоре.

Оборудование: скамейка, секундомер, маты.

Процедура проведения: стоя на скамье пройти от одного края скамейки до другого, руки на поясе. Задание выполняется с открытыми глазами. Время прохождения фиксируется секундомером.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Данные заносятся в таблицу, где отмечается уровень развития, полученный каждым ребенком, что позволяет выявить общий уровень развития равновесия.

Норма для мальчиков удержания равновесия от 3-х секунд и меньше секунд (высокий), от 4-х до 5 секунд – средний уровень, от 5 секунд и выше секунд – низкий уровень.

Норма для девочек удержания равновесия от 2-х секунд и меньше секунд (высокий), от 3-х секунд до 4-х - средний уровень, от 4-х секунд и выше – низкий уровень.

Таблица 4 – Результаты исследования по диагностическому заданию 3

Количество детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
12	4	5	3
100%	33%	42%	25%

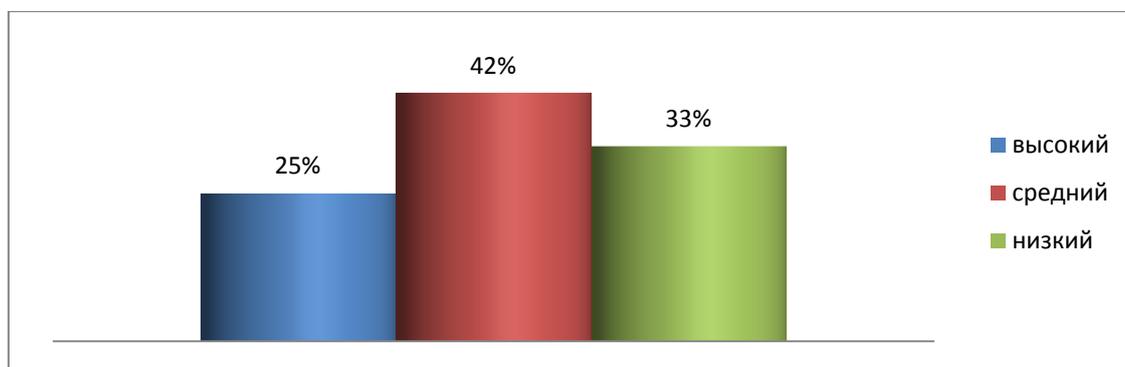


Рисунок 3 – Результаты диагностического задания ходьба по гимнастической скамейке

Анализ данной методики позволил условно разделить детей на три подгруппы, которые соответствуют трем уровням развития равновесия (высокий, средний, низкий уровни).

Дети (25%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия, показали хорошее время прохождения, при этом руки были зафиксированы на поясе. Задания выполняли без помощи взрослого. Это продемонстрировали: Никита В., Роман Р., Леонид Л.

Дети (50%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия, стремились пройти от края скамьи до другого края, с руками на поясе, но обращались за помощью взрослого. Ребята выполняли задание с открытыми глазами. Это продемонстрировали: Соня К., Илья Т., Михаил Л., Артём П., Макар И.

Дети (25%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия, тяжело шли от одного края до другого по гимнастической скамейке, наблюдалась дрожь в ногах, страх оступиться, на помощь взрослого не реагировали, руки постоянно отводили в стороны для удержания равновесия. Это продемонстрировали: Иршат К., Егор Г., Маша Л., Кристину Б.

Диагностическое задание 4. Бег на 30 метров.

Цель: выявить уровень развития равновесия при помощи бега по прямой дорожке.

Оборудование: секундомер, флажок, ориентиры (конусы).

Процедура проведения: фиксируется время пробега дистанции, отмечаются качественные особенности. По команде "Марш!" дети с высокого старта бегут до конусов, которые размещаются на 2–3 м. дальше финишной линии. Это предупреждает раннюю остановку и снижение скорости перед финишем.

Во время начала движения ребенка включают секундомер, останавливают после пересечения ребенком линии финиша. Дети выполняют это движение в парах.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Данные заносятся в таблицу, где отмечается уровень развития, полученный каждым ребенком, что позволяет выявить общий уровень развития равновесия при помощи бега по прямой дорожке.

Норма для мальчиков 7,6-7,5 секунд (высокий), 7,7-8,2 секунд – средний уровень, 8,3-8,5 секунд – низкий уровень.

Норма для девочек 8,2-7,8 секунд (высокий), 8,3-8,8 секунд – средний уровень, 8,9-9,2 – низкий уровень.

Количественные результаты представлены в таблице 5 и на рисунке 4.

Таблица 5 – Результаты исследования по диагностическому заданию 4

Количество детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
12	6	4	2
100%	50%	33%	17%

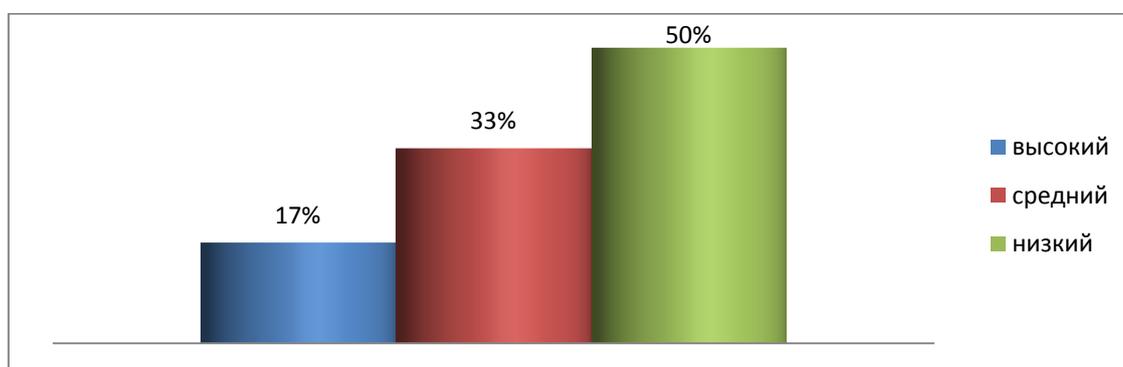


Рисунок 4 – Результаты диагностического задания бег на 30 метров

Анализ данной методики позволил условно разделить детей на три подгруппы, которые соответствуют трем уровням развития скоростных качеств (высокий, средний, низкий уровни).

Дети (17%), которых отнесли к высокому уровню развития скоростных качеств, правильно бежали по своей дорожке, смотрели вперед и стремились к финишу. Задания, выполняли без помощи взрослого. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л.

Дети (33%), которых отнесли к среднему уровню скоростных качеств, старались выполнить задание правильно, но допускали ошибки: забегали на линию другого ребенка, смотрели назад. Это продемонстрировали: Роман Р., Илья Г., Михаил Л., Артём П.

Дети (50%), которых отнесли к низкому уровню развития скоростных качеств, допускали ошибки, на финише останавливаясь намного раньше, чем нужно, на старте не слышали команду «Марш», смотрели по сторонам, бежали по чужой дорожке, толкались, не поняли задание (не стремились бежать быстро), смотрели друг на друга. Это продемонстрировали: Иршат К., Егор Г., Маша Л., Кристину Б. Макар И., Соня К.

Диагностическое задание 5. Бросок мяча от груди в баскетбольное кольцо.

Цель: выявить уровень развития глазомера при помощи попадания в кольцо.

Оборудование: баскетбольное кольцо.

Процедура проведения: дети строятся в 2 колонны на расстоянии 3 метров от баскетбольного кольца, способом от груди стараются забросить мяч в кольцо.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Всего 10 попыток.

Данные заносятся в таблицу, где отмечается уровень развития, полученный каждым ребенком, что позволяет выявить общий уровень развития глазомера.

Норма для мальчиков забросить 7-10 мячей (высокий), 4-6 мячей – средний уровень, 0-3 мяча – низкий уровень.

Норма для девочек забросить 6-10 мячей (высокий), 3-5 мячей – средний уровень, 0-2 мяча – низкий уровень.

Количественные результаты представлены в таблице 6 и на рисунке 5.

Таблица 6 – Результаты исследования по диагностическому заданию 5

Количество детей	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
12	7	3	2
100%	58%	25%	17%

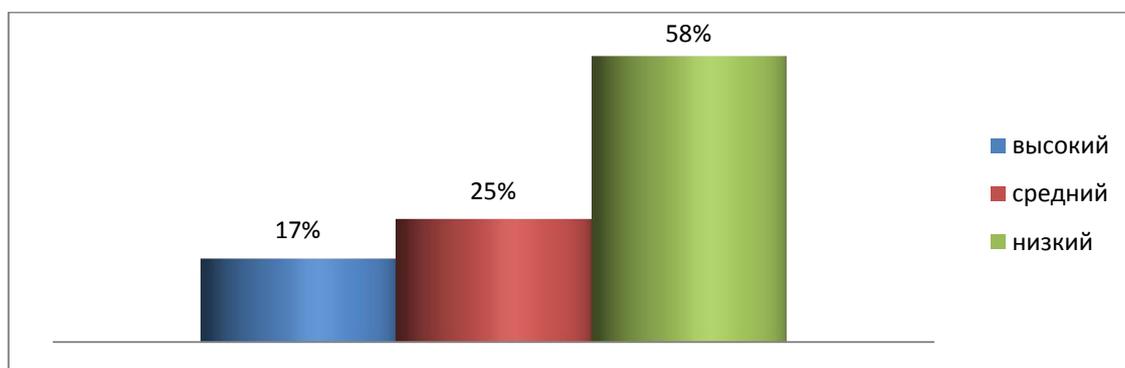


Рисунок 5 – Результаты диагностического задания бросок в корзину

Анализ данной методики позволил условно разделить детей на три подгруппы, которые соответствуют трем уровням развития скоростных качеств (высокий, средний, низкий уровни).

Дети (17%), которых отнесли к высокому уровню развития глазомера, выполняли задание без помощи взрослого. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л.

Дети (25%), которых отнесли к среднему уровню, старались выполнить задание правильно, но допускали ошибки: путали способ броска. Продemonстрировали: Роман Р. , Илья Т., Михаил Л.

Дети (50%), которых отнесли к низкому уровню развития глазомера, допускали ошибки в технике броска, не прицеливались, неохотно бросали, отвлекались, пропускали, бросали мимо. Это продемонстрировали: Иршат К., Егор Г., Маша Л., Кристину Б. Макар И., Соня К. Артём П.

Общие результаты протокола исследования (Приложение Б).

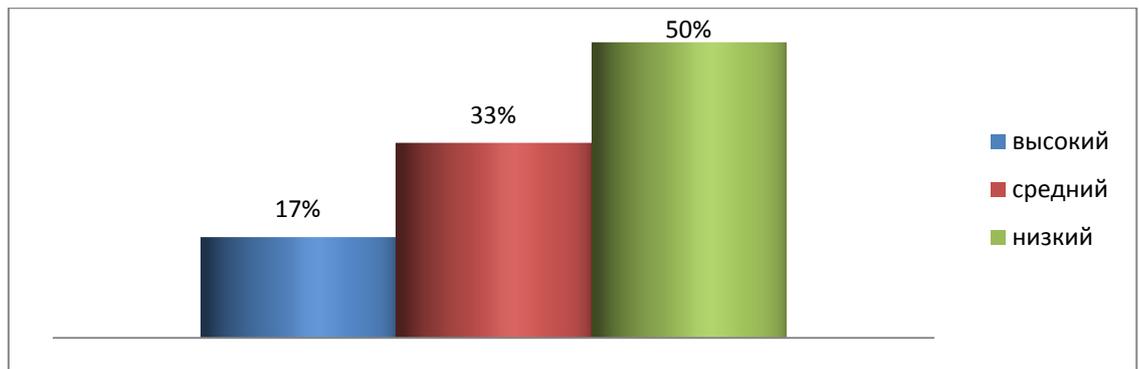


Рисунок 6 – Результаты исследования

Таким образом, проанализировав полученные результаты, мы пришли к выводу, что:

Для детей высокого уровня (17%) характерно, самостоятельное выполнение диагностического задания, удерживание статистического, динамического равновесия. Дети концентрируются на выполнении задания, удерживают статическую позу, сохраняют и контролируют стационарное положение тела, движения точные.

Для детей среднего уровня (33%) характерно, выполнения задание, но при помощи взрослого. Прилагают силу для выполнения задания, концентрируют внимание. Прилагают старание, но движения не точные.

Для детей низкого уровня (50%) характерно выполнение задания с ошибками, не умеют концентрироваться на выполнении задания, легко падают, выполняют множественные попытки, но на помощь взрослого не реагируют. Прилагают старание, но движения не точные. Не умеют рассчитывать силу броска, движения не скоординированы.

2.2 Содержание работы по развитию равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений

Содержание работы формирующего эксперимента позволило перейти к формирующему эксперименту, цель которого разработать и апробировать

комплекс мероприятий по развитию равновесия у детей 5-6 лет с ОНР 2 уровня.

Цель таких упражнений:

- развитие функций органов равновесия;
- формирование умения быстро выполнять необходимые движения для сохранения равновесия;
- формирование навыков передвижения на повышенной и уменьшенной опоре и умения их применять в различных условиях.

Процесс развитие равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня посредством общеразвивающих упражнений будет эффективным, если:

- если разработать комплекс упражнений для развития равновесия, основанный на принципах постепенности;
- использовать наглядные основы при проведении разработанных комплексов общеразвивающих упражнений.

Формирующий эксперимент проводился в два этапа, в соответствии с реализацией условий.

На первом этапе перед нами стояла задача разработать упражнения для развития равновесия, основанные на принципах доступности и постепенности. (Приложение Б).

На втором этапе мы использовали наглядные основы при проведении разработанного комплекса.

Каждое упражнение проводится в течение недели. На второй неделе проводится упражнение и добавляется усложнение. Все упражнения выполняются сразу всеми испытуемыми.

Проводя упражнение «Деревце», ноги вместе, руки за спиной, подняться на носках, стоять 10-15 секунд.

По моей команде раз, два, три «Начали», ребята одновременно встают на носки и стараются удержать равновесие, по истечению времени по команде «Стоп» все возвращаются в исходное положение.

Иршат К., Артём П., Маша Л. Соня К. не могли удержаться и 5 секунд. Иршат К., начинал убирать руки и выносить их в стороны, чтобы удержать равновесие. Маша Л. опускалась на пятки и вставала снова и так на протяжении 15 секунд. Артем П. опускался на пятки и отрывал ноги, падая в стороны. Требовалась помощь взрослого или опоры. Соня К. поднималась на носочки не полностью, а значит, упражнение выполнялось не правильно, при просьбе подняться на носки выше, она не понимала, что от нее требуют. При повторе упражнения и индивидуальном показе она снова пробовала выполнить упражнение «Деревце», но не могла удержаться и 3 секунд.

Илья Т., Кристина Б., Роман Р., Макар И. далось это упражнение легче, они удерживали равновесие, руки иногда убирала из-за спины, но не опускались на пятки и удерживали равновесие на месте. Илья Т. удержал равновесие в течение 10 секунд, Кристина Б. в течение 6 секунд, а у Романа Р., Макара И. время составило 8 секунд.

Никита В., Леонид Л., Михаил Л., Егор Г. выполняли упражнение максимально точно. Никита В. удерживал равновесие 10 секунд, ему тяжело было удерживать носочки, но Никита контролировал и концентрировался на задании. Михаил Л., Егор Г., удержали равновесие в течение 13 секунд, иногда руки отводили в стороны, но на пятки не опускались.

Леонид Л. выполнил упражнение и удержал равновесие 15 секунд, если бы не было команды «Стоп» он простоял гораздо дольше, при этом руки были за спиной, выполнял задание на высоких носках.

На второй неделе усложнили упражнение «Деревце». Но перед этим выполнили упражнение без усложнения, которое выполняли на первой неделе. Почти всем детям удалось выполнить это упражнение. Ноги вместе, руки в стороны, подняться на носках, но с закрытыми глазами, стоять 5-10 секунд. А вот усложненное упражнение многим оказалось не по силу.

По команде экспериментатора раз, два, три «Начали», ребята одновременно ставили ногу на колено, руки в стороны, старались удержать равновесие, по истечению времени по команде «Стоп» все возвращались в

исходное положение.

Иршат К., Артём П., Маша Л. Соня К. не могли удержать равновесие с закрытыми глазами, хотя руки были помощниками. Иршату К. предложили встать к опоре, и только тогда он удержал равновесие в течение 3 секунд, но его тянуло вперёд. Соня К. начала выполнять упражнение правильно, но как только закрыла глаза, смогла удержаться только 2 секунды. Маша Л. выполнить задание не смогла, как только закрывала глаза, опускалась на пятки. Артем К. отказался выполнять «Деревце» с усложнением.

Илья Т., Роман Р., Никита В., Михаил Л., Кристина Б., Макар И. удерживали равновесие, руки были в стороны, но допускали ошибки и открывали глаза. При обращении внимания на ошибки дети, Илья Т., Никита В., Михаил Л., исправились и выполнили задание, но допускали новые, немного опускались ниже на носках или делали шаг на носках вперед, но возвращались в исходное положение. Илья Т. удержал равновесие в течение 7 секунд. Никита В. и Михаил Л. в течение 6 секунд. Роман Р., Кристина Б., Макар И. выполнили задание в течение 5 секунд, но допускали неточности в выполнении задания.

Леонид Л., Егор Г. задание выполнили максимально точно, Егор Г. удержал равновесие в течение 9 секунд. Леонид Л. удержал равновесие в течение 10 секунд. Руки были в стороны, выполняли задание на высоких носках.

На третий неделе добавили новое упражнение «Аист».

Проводя упражнение «Аист» руки в стороны, левую ногу согнуть в колене, оторвав от пола, стоять 5-10 секунд. То же другой ногой.

Иршат К., Артём П., Маша Л., Соня К., Кристина Б. не смогли выполнить это упражнение. У Иршата К. получилось выполнить данное упражнение только с опорой в течение 3 секунд, а у Маши Л. и Артёма П. нога опускалась вниз и удерживалась на щиколотке. У Сони К. упражнение было выполнено, только на правой ноге, а на левой удержать равновесие не удалось.

Илья Т., Роман Р., Никита В., Михаил Л., Макар И. старались выполнить задание, но у каждого были ошибки. Илья Т. удержал равновесие на правой ноге 7 секунд, а на левой только 4 секунды, но при этом руки были в стороны, стоял точно на опорной ноге, нога не опускалась с колена. У Романа Р., Никиты В., Михаила Л., была одна ошибка, но при этом они сразу ее исправляли, опускали ногу вниз. У Романа Р., Никиты В. время удержания равновесия на правой ноге составило 8 секунд, а время удержание на левой ноге у Романа Р. составило 5 секунд, а у Михаила Л. 6 секунд. Макар И. выполнял задание правильно, но по времени удержал очень мало, на правой ноге 6 секунд, а на левой 5 секунд.

У Леонида Л. и Егора Г. не было ошибок в выполнении упражнения. Леонид на правой ноге простоял 10 секунд, а на левой 8 секунд. А Егор Г. на правой ноге 8 секунд, а на левой 9 секунд.

На четвертой неделе усложнили упражнение «Аист». Но перед этим выполнили упражнение без усложнения, которое выполняли на третьей неделе. Почти всем детям удалось выполнить это упражнение. Были сложности с левой ногой, но на правой ноге почти все дети в среднем, удержались 7 секунд.

«Аист»: руки на поясе, левую ногу согнуть в коленном суставе, оторвав от пола, подняться на носке правой ноги, стоять 3-5 секунд. То же другой ногой.

По команде раз, два, три «Начали», ребята одновременно встают на носки, руки в стороны, стараются удержать равновесие, пока могут удержать его и возвращаются в исходное положение.

Иршат К., Маша Л., Соня К., Кристина Б. неправильно выполнили упражнение. Иршат К. не выполнил задание на носке, выполнял упражнение, стоя на стопе, либо стоя на носках обеих ног. Маша Л. и Соня К. выполнили упражнение, но ноги были поставлены на щиколотки. Кристина Б. выполнила это упражнение только на правой ноге, а на левой ноге выполнить не получилось.

Для Ильи Т., Романа Р., Никиты В., Михаила Л., Артёма П. это упражнение оказалось действительно сложным. Они допускали ошибки при выполнении упражнения на левой ноге, правая нога спускалась вниз или опускались немного на пятки, но исправляли и продолжали выполнять упражнение.

Леонид Л., Макар И., выполнили это задание правильно, нога не сползала, руки были в стороны и опорная нога на носке. Леонид Л. смог удержать равновесие на одной ноге и на носке 12 секунд, а Макар И. удержал равновесие 7 секунд.

На пятой неделе добавили новое упражнение «Бегун», руки на поясе, выполнить 6-8 маховых движений прямой ногой вперед (с полной амплитудой движений). То же другой ногой.

У Иршат К., Маша Л., Кристина Б. это упражнение получилось, но ногу поднимали не достаточно высоко (сантиметров 30) от пола. У Иршата К, корпус «вилял» в право, влево, у Маши Л., Кристины Б., мышцы пресса не достаточно крепкие, при поднятии ноги наклоняли корпус вперед. Для этого начали укреплять мышцы пресса и спины на индивидуальных занятиях.

Леонид Л., Макар И., Никита В., Михаил Л., Илья Т., Роман Р., Артём П., Егор Г., Соня К. с этим заданием справились, но у Никиты В., Михаила Л., были неточности в подъеме ноги, колени были согнуты. У Артёма П. во время подъема ноги вперед, опускал голову вниз.

На шестой неделе повторили упражнение «Бегун». Почти всем детям удалось выполнить это упражнение и исправить ошибки, которые допускали в прошлый раз. Были сложности с левой ногой.

Упражнение «Бегун» руки на поясе, выполнить 6-8 маховых движений прямой ногой вперед – назад (с полной амплитудой движений). То же другой ногой.

У Иршат К., Маша Л., Кристина Б. это упражнение получилось, но ногу поднимали достаточно высоко (сантиметров 30) от пола. У Иршата К. корпус

почти не вилял вправо, влево. Ногу назад почти отвести не удавалось. А у Маши Л., Кристины Б. при укреплении мышц пресса и спины, уже упражнение выполняли более успешно. Когда отводили ногу назад, прогибались в спине.

Леонид Л. и Макар И., Никита В., Михаил Л., Илья Т., Роман Р., Артём П., Егор Г., Соня К. с этим заданием справились, но у Никиты В., Михаила Л., были неточности в подъеме ноги, колени были согнуты. А выполняя упражнение с усложнением, колени стали выпрямлять.

Добавили новое упражнение «Пенечек».

Сидя на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек в течение 10-15 секунд. Задача сохранять равновесие в неподвижном положении.

Иршату К., Маше Л., Кристине Б. Егору Г., Соне К. задание выполнить не удалось, мешочек съезжал с головы Кристины Б. и Иршата К., у Егора Г. и Маши Л. не получилось удержаться на мяче, Маша скатывалась назад, а Егор в правую сторону.

Это упражнение выполнили Илья Т., Роман Р., но всего удержались 8 секунд, а затем мешочек упал с головы.

Леонид Л., Макар И., Никита В., Михаил Л., Артём П. выполнили это упражнение в течение 15 секунд.

На шестой неделе еще раз повторили упражнение «Пенечек». Почти всем детям удалось выполнить это упражнение и исправить ошибки, которые допускали в прошлом упражнении.

Сидя на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек в течение 10-15 секунд. Задача сохранять равновесие в неподвижном положении и покачиваясь на мяче вверх-вниз. Это задание оказалось сложным для ребят.

Иршат К., Маша Л., Кристина Б. Егор Г., и Маши Л. задание не выполнили, мешочек съезжал с головы Кристины Б., Иршата К. У Егора Г. не получилось удерживать равновесие на мяче.

Это упражнение выполнили Соня К., Илья Т., они смогли удержаться в течение 11 секунд, но ребята допускали ошибки в посадке на мяче, Соня К. поднимала обе ноги, а Илья Т. не сидел на нем вовсе. Роман Р. поправлял мешочек руками и выполнил упражнение в течение 7 секунд.

Леонид Л., Макар И., Никита В., Михаил Л., Артём П. выполнили это упражнение в течение 15 секунд. Отличился Леонид Л., так как он занимается каждый день дома и выполняет упражнения, он удерживает равновесие в течение 23 секунд.

На седьмой неделе добавили новое упражнение «Часы».

«Часы» стоя на стопе, ноги вместе, руки на пояс и вперед, выполнить 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), один наклон в две секунды.

Задание Маше Л., Кристине Б. Егору Г. удалось выполнить с трудом, наклоны были реже, чем каждые 2 секунды, ленились, спина была круглой, плечи опущены вниз. Иршат К., Кристина Б. успевали выполнить задание наклон в каждые 2 секунды, но наклон не горизонтальный и руки выносили не вперед, а вверх.

Леонид Л. и Макар И., Никита В., Михаил Л., Артём П. Соня К. Илья Т., справились с этим упражнением, у Никиты В. выполнение задание было самым точным, спина горизонтально, прямая, руки вперед.

На восьмой недели мы усложнили упражнение «Часы».

«Часы» стоя на стопе, ноги вместе, руки на пояс и вперед, выполнить 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), один наклон в одну секунду. Но перед этим выполнили упражнение без усложнения, которое выполняли на восьмой неделе. Почти всем детям удалось выполнить это упражнение и исправить ошибки, которые допускали в прошлом упражнении.

Иршат К., Маша Л., Кристина Б., Егор Г., Маши Л. Задание Маша Л., Кристина Б. Егор Г., Маши Л. выполнили это упражнение, но наклоны были каждые 2 секунды, спина была уже прямой. Иршат К., Кристина Б. успевали

выполнить наклон, но наклон не горизонтальный, плечи опускались вниз.

Леонид Л. и Макар И., Никита В., Михаил Л., Артём П. Соня К. Илья Т. справились с этим упражнением, у Никиты В., Леонида Л. выполнение задания были самыми точными, спина горизонтально прямая, руки вперед.

На девятой неделе добавили новое упражнение «Наклонись». И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову. 1 – наклониться, руками коснуться пола; 2 – и. п.

Иршат К., Артём П., Маша Л. не справились с этим упражнением. Иршат К., Артём П. При наклоне вперед, падали с мяча. Маша Л. не понимала, что надо выполнять упражнение под счет, торопилась, руки за голову не заносила.

Соня К., Илья Т., Кристина Б., Роман Р., Макар И. старались выполнить упражнение, но допускали ошибки, помогали взрослые. Илье Т., Кристине Б. требовалась помощь взрослого. Соня К., выполняла упражнение правильно, но очень настороженно. У Романа Р., Макара И. выполнение было нечетким, они не слышали счет.

Никита В., Леонид Л., Михаил Л., Егор Г. выполнили упражнение без ошибки, слышали счет и держали равновесие на мяче фитболе.

На десятой неделе мы усложнили упражнение «Наклонись». И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову, 1-2 наклониться, руками коснуться пола, 3-4 три шага на руках вперед, 5-6 назад, 7-8 – и. п. Но перед этим выполнили упражнение без усложнения, которое выполняли на восьмой неделе. Почти всем детям удалось выполнить это упражнение и исправить ошибки, которые допускали при выполнении прошлого упражнения.

Иршату К., Артёму П. это упражнение далось с трудом, наклон вперед выполнить удалось, а вот с шагами были трудности, вперед шаги делали, а вот назад скатывались с мячей фитболов.

Кристина Б., Роман Р., Макар И., Маша Л. задание выполняли правильно, но шаги были не четкими. Макар И., Маша Л. не сконцентрировались на задании. Кристина Б., Роман Р. выполняли

правильно, но упражнение не под счёт.

Никита В., Леонид Л., Михаил Л., Егор Г., Соня К., Илья Т., выполнили упражнение без ошибки, На руках ли уверенно, слышали счет и держали равновесие на мяче фитболе.

На протяжении десяти недель включали игры и эстафеты на развитие равновесия: «Не урони шарик», «Ручеек», «Канатоходцы», «Болото», «Пройди по веревочке», «Полоса препятствий», «Странные птицы», «Мишка идет по мостику», «Шире шагай» и другие.

Эстафета «Не урони шарик». Делимся на две команды. Команды строятся в колонну по одному лицом друг к другу. У первого игрока в руке ложка с теннисным мячом. По сигналу он несёт ложку с мячом по мостику и кладет в корзину и возвращается бегом назад, встаёт в конец колонны.

Если шарик упал, то игрок поднимает его и продолжает движение с места падения.

Иршат К. с заданием не справился, мячик постоянно падал, при ходьбе по мостику придерживал ложку рукой, торопился.

Илья Т., Кристина Б., Артём П., Егор Г., Маша Л. выполняли эстафету очень медленно и осторожно и при этом теряли мячик.

Никита В., Леонид Л., Михаил Л., Роман Р., Соня К., Макар И. выполнили эстафету быстро, сконцентрированы были на задании, мячик не теряли.

Интерес представляет игровой задание «Канатоходцы», прокладываем на полу верёвку и предлагаем детям пройти по канату, руки в стороны, так пройти, что бы минимально касаться пола стараясь идти лишь по верёвке. Дети по очереди проходят в одну сторону, а затем другую.

Усложняем задание, пройти по канату с завязанными глазами.

Усложняем задачу – когда участнику завязывают глаза, и он надеется на ощупь ногами пройти по ровной верёвке, в этот момент ровную верёвку уложить змейкой.

Иршат К., Артём П., Маша Л. с трудом удалось пройти по веревке с открытыми глазами. Маша Л. выполнила упражнение с закрытыми глазами. У Иршата К., Артёма П. не получилось выполнить задание с закрытыми глазами, пытались подглядывать, не чувствовали веревку.

Соня К., Илья Т., Кристина Б., Роман Р., Макар И. Никита В. выполнили упражнения правильно, тяжело далось третье усложнение змейкой, но ребята старались. Соня К., Илья Т., выполняли при помощи взрослого, придерживались руками. Кристина Б., Роман Р. со вторым усложнением не совсем быстро справились, попросили помощи взрослого. Леонид Л., Михаил Л. выполнили задание без ошибок, все три усложнения выполнили правильно, сконцентрировались, помощь взрослого не потребовалась.

Общеразвивающие упражнения с разными вариантами усложнений позволили детям освоить равновесие. Данные упражнения имели не только общеоздоровительный эффект, но направлены на сохранение гибкости суставов и укрепления мышц, стимуляции деятельности нервной системы.

Привлекали к данной работе разных специалистов. Особое внимание уделили взаимодействию воспитателей, психологов, воспитателя по физической культуре и учителя-логопеда. «Учителю-логопеду и воспитателям было предложено организовывать партнерскую деятельность с детьми, объединяющую включенность воспитателя в деятельность наравне с детьми; добровольное присоединение дошкольников к деятельности (без психического и дисциплинарного принуждения); свободное общение и перемещение детей во время деятельности (при соответствии организации рабочего пространства); открытый временной конец деятельности (каждый работает в своем темпе)» [26].

Кроме того привлекали к развитию у детей 5-6 лет равновесия родителей. Родители с удовольствием принимали задания, чтобы закрепить дома удержания равновесия. Они использовали дома такие игровые задания «Я аист», «Я оловянный солдатик» и так далее.

К концу эксперимента обратили внимание, что у ребят постепенно развивалось равновесие, которое закрепляли в подвижных играх «Странные птицы», «Мишка идет по мостику», «Шире шагай» и другие. Ребята стали более собранными и активными.

Формирующий эксперимент позволил перейти к контрольному срезу.

2.3 Изучение динамики развития равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня

После проведения формирующего этапа провели контрольный эксперимент, который показал динамику развития равновесия у детей с нарушением речи II уровня

Диагностическое задание 1. Поза «Пяточно-носочная»

Цель: выявить уровень развития равновесия за счет удержания статической позы.

Оборудование: секундомер.

Процедура проведения: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Ребенок встает в стойку – носок ноги, стоящей сзади, вплотную к пятке стоящей впереди – при этом нужно сохранить равновесие как можно дольше. Потерей равновесия считается перемещение опорной. Задание выполняется с открытыми глазами. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Критерии оценки результатов: Из двух попыток засчитывается лучший результат. Норма для мальчиков удержания равновесия от 20 и больше секунд (высокий), от 12 до 20 секунд – средний уровень, от 12 и ниже секунд – низкий уровень. Норма для девочек удержания равновесия от 25 и больше секунд (высокий), от 15 до 28 секунд - средний уровень, от 15 и ниже секунд – низкий уровень.

Количественные результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Результаты исследования по диагностическому заданию 1

Количество детей	НУ	СУ	ВУ
12	3	5	4
100%	25%	42%	33%

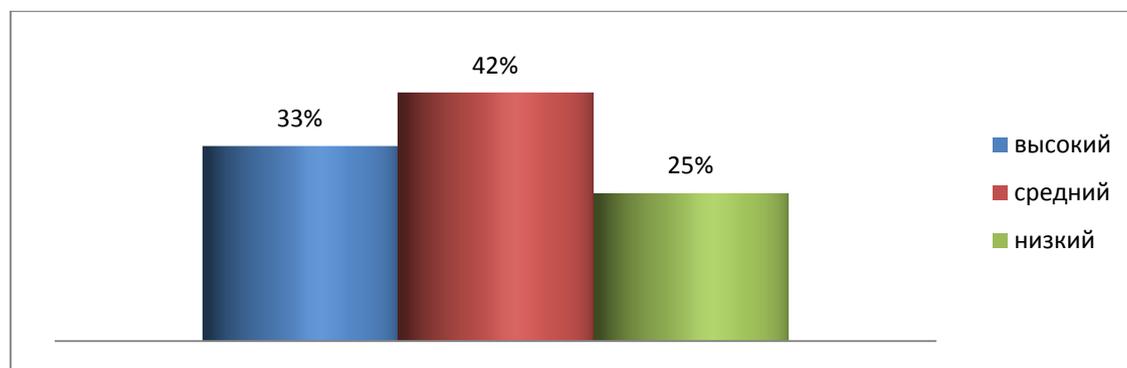


Рисунок 7 – Результаты диагностического задания «Пяточно-носочная»

Дети (33%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Егор Г Илья Т.

Дети (42%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Макар И., Кристина Б., Соня К., Маша Л., Артём П., Михаил Л.

Дети (33%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Иршат К., Роман Р.

Таким образом, после проведения контрольного исследования по диагностическому заданию «Пяточно-носочная» можно отметить, что в экспериментальной группе показатели высокого уровня увеличились на 8%, низкий уровень уменьшился на 17%, а средний уровень увеличился на 9%. Средний уровень увеличился за счет снижения низкого уровня.

Диагностическое задание 2. Поза « Аист»

Цель: выявить уровень развития равновесие за счет удержания статической позы.

Оборудование: секундомер.

Процедура проведения: исследование проводится с каждым ребенком индивидуально. По команде "можно" ребенок становится на левую ногу, правую сгибает в колене, поставив ее на опорную ногу чуть выше колена и развернув ее вправо. Руки на поясе, глаза закрыты.

Секундомер включается тогда, когда ребёнок становится на одну ногу, выключается – при потере равновесия. При выполнении теста необходима страховка.

Обработка данных: из двух попыток засчитывается лучший результат.

Норма для мальчиков удержания равновесия от 11 и больше секунд (высокий), от 7 до 11 секунд – средний уровень, от 7 и ниже секунд – низкий уровень.

Норма для девочек удержания равновесия от 14 и больше секунд (высокий), от 9 до 14 секунд - средний уровень, от 9 и ниже секунд – низкий уровень.

Таблица 8 – Результаты исследования по диагностическому заданию 2

Количество детей	НУ	СУ	ВУ
12	2	7	3
100%	17%	58%	25%

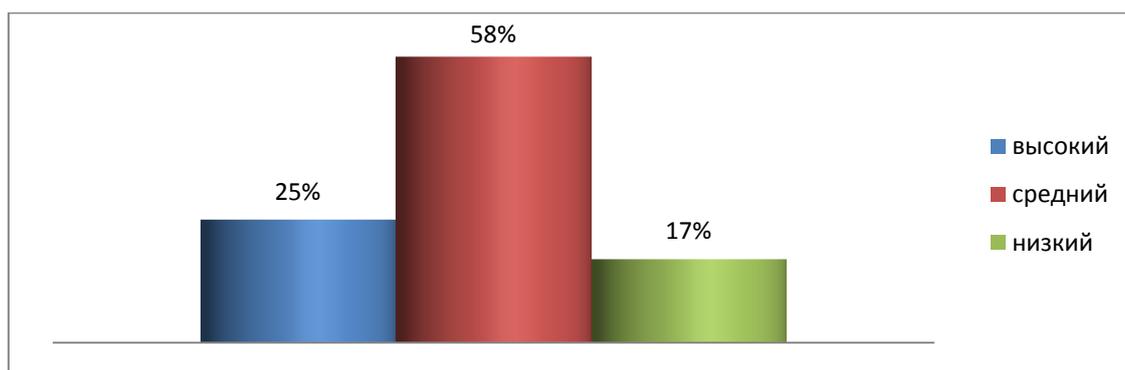


Рисунок 8 – Результаты диагностического задания «Аист»

Дети (25%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Егор Г.

Дети (58%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Макар И., Роман Р., Илья Т., Соня К., Маша Л., Артём П., Михаил Л.

Дети (17%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Иршат К., Кристина Б.

Диагностическое задание 3. Ходьба по гимнастической скамейке.

Цель: выявить уровень развития равновесия при ходьбе по повышенной опоры.

Оборудование: скамейка, секундомер, маты.

Процедура проведения: стоя на скамье пройти от одного края скамейки до другого, руки на поясе. Задание выполняется с открытыми глазами. Время прохождения фиксируется секундомером.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Норма для мальчиков удержания равновесия от 3-х секунд и меньше секунд (высокий), от 4-х до 5 секунд – средний уровень, от 5 секунд и выше секунд – низкий уровень.

Норма для девочек удержания равновесия от 2-х секунд и меньше секунд (высокий), от 3-х секунд до 4-х – средний уровень, от 4-х секунд и выше – низкий уровень.

Количественные результаты проведенного диагностического задания представлены в таблице 9 и на рисунке 9.

Таблица 9 – Результаты исследования по диагностическому заданию 3

Количество детей	НУ	СУ	ВУ
12	1	6	5
100%	8%	50%	42%

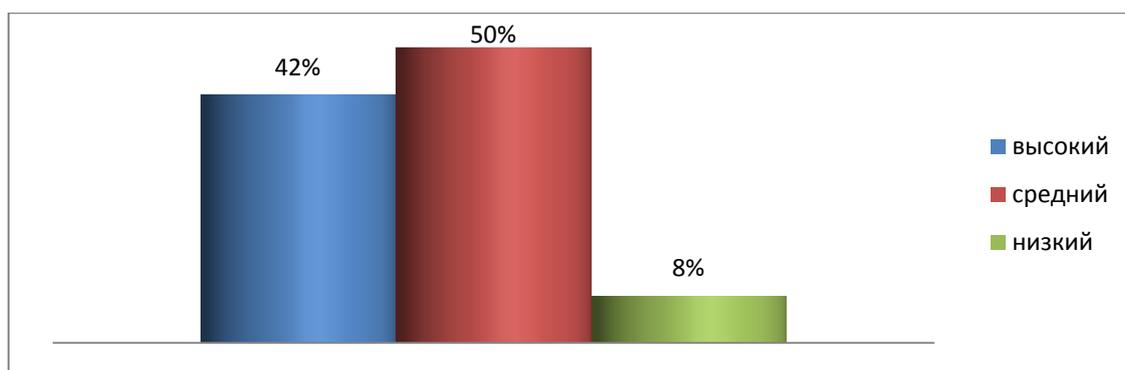


Рисунок 9 – Результаты диагностического задания ходьба по гимнастической скамейке

Дети (42%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Илья Т., Михаил Л. Роман Р.

Дети (50%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Макар И., Кристина Б., Иршат К., Соня К., Маша Л., Артём П.

Дети (8%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия. Это продемонстрировал: Егор Г.

Диагностическое задание 4. Бег на 30 метров.

Цель: выявить уровень развития равновесия при помощи бега по прямой дорожке.

Оборудование: секундомер, флажок, ориентиры (конусы).

Процедура проведения: фиксируется время пробега дистанции, отмечаются качественные особенности. По команде "Марш!" дети с высокого старта бегут до конусов, которые размещаются на 2-3 м. дальше финишной линии. Это предупреждает раннюю остановку и снижение скорости перед финишем.

Во время начала движения ребенка включают секундомер, останавливают после пересечения ребенком линии финиша. Дети выполняют это движение в парах.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Из двух попыток засчитывается лучший результат.

Норма для мальчиков 7,6-7,5 секунд (высокий), 7,7-8,2 секунд – средний уровень, 8,3-8,5 секунд – низкий уровень.

Норма для девочек 8,2-7,8 секунд (высокий), 8,3-8,8 секунд – средний уровень, 8,9-9,2 – низкий уровень.

Таблица 10 – Результаты исследования по диагностическому заданию 4

Количество детей	НУ	СУ	ВУ
12	3	6	3
100%	25%	50%	25%

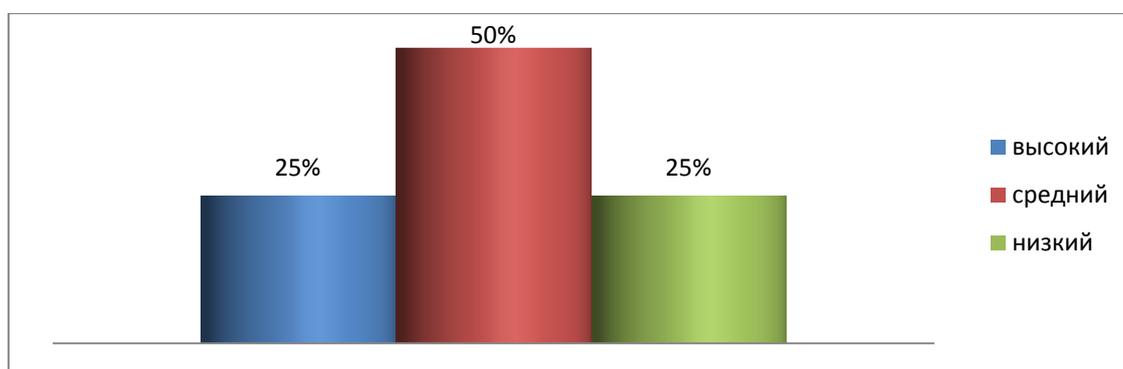


Рисунок 10 – Результаты диагностического задания бег на 30 метров.

Дети (25%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия.

Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Роман Р.

Дети (50%), которых отнесли к среднему уровню развития равновесия.

Это продемонстрировали: Макар И., Кристина Б., Маша Л., Артём П., Илья Т., Михаил Л.

Дети (25%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия.

Это продемонстрировали: Иршат К., Соня К., Егор Г.

Диагностическое задание 5. Бросок мяча от груди в баскетбольное кольцо.

Цель: выявить уровень развития глазомера при помощи попадания в кольцо.

Оборудование: баскетбольное кольцо

Процедура проведения: дети строятся в 2 колонны на расстоянии 3 метров от корзины, способом от груди стараются забросить мяч в корзину.

Обработка данных: исследование проводится индивидуально с каждым ребенком. Всего 10 попыток. Норма для мальчиков забросить 7-10 мячей (высокий), 4-6 мячей – средний уровень, 0-3 мяча – низкий уровень. Норма для девочек забросить 6-10 мячей (высокий), 3-5 мячей - средний уровень, 0-2 мяча – низкий уровень.

Таблица 11 – Результаты исследования по диагностическому заданию 5

Количество детей	НУ	СУ	ВУ
12	4	5	3
100%	33%	42%	25%

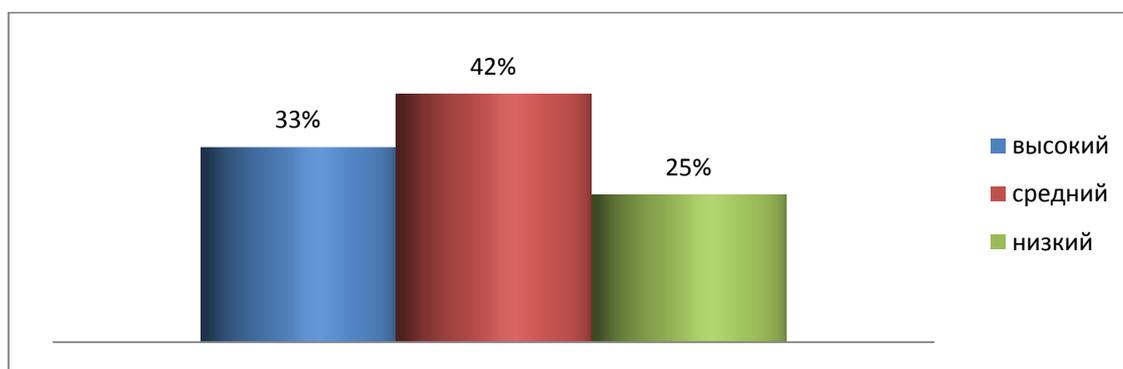


Рисунок 11 – Результаты диагностического задания бросок в корзину Дети (25%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия, Это продемонстрировали: Никита В., Леонид Л., Роман Р.

Дети (42%), которых отнесли к высокому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Макар И., Илья Т., Соня К., Артём П., Михаил Л.

Дети (33%), которых отнесли к низкому уровню развития равновесия. Это продемонстрировали: Иршат К., Егор Г., Маша Л., Кристина Б.

Таким образом, после проведения контрольного исследования по диагностическому заданию бросок в корзину можно отметить, что в экспериментальной группе показатели высокого уровня увеличились на 8%, низкий уровень уменьшился на 25%, а средний уровень увеличился на 17%. Средний уровень увеличился за счет снижения низкого уровня.

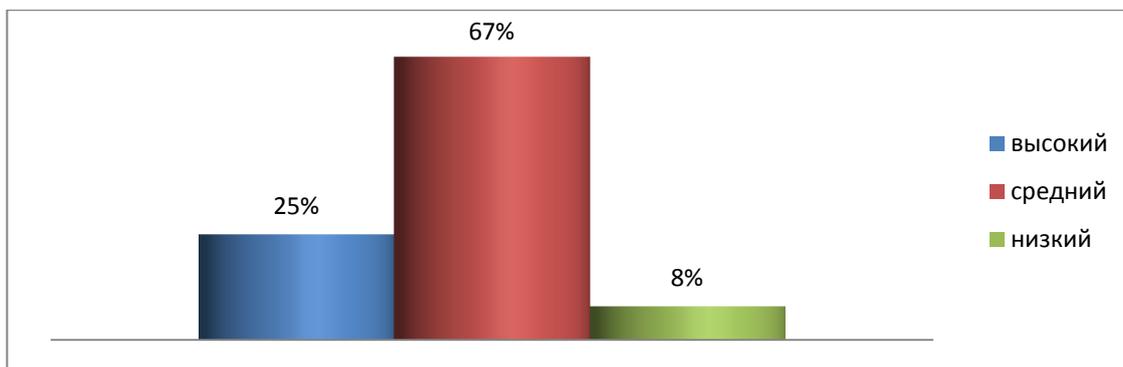


Рисунок 12 – Результаты контрольного эксперимента

Результаты контрольного исследования показали, что высокий уровень развития равновесия у детей с общим недоразвитием речи 2-го уровня в ЭГ был выявлен у 3-х детей (25%), на среднем уровне был выявлен у 8 детей (67%), а на низкий уровень выявлен у 1-го ребенка (8%). Это говорит о том, что эти дети улучшили свои показатели.

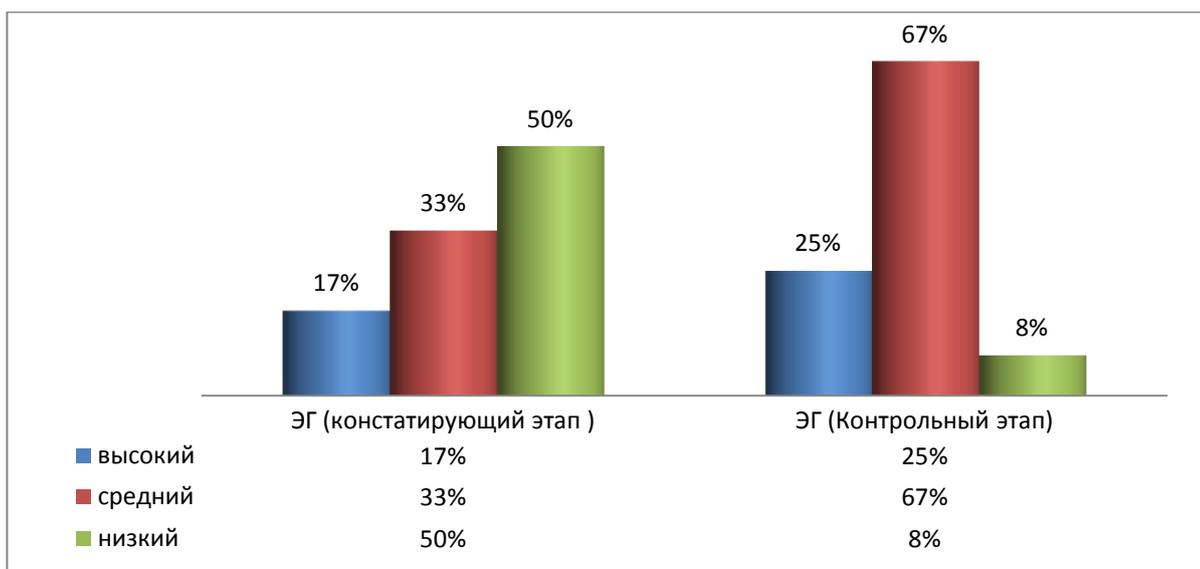


Рисунок 13 – Сравнительные результаты констатирующего и контрольного этапов эксперимента

Таким образом, можно сделать вывод о том, что педагогические условия по развитию равновесия, предполагающие введение в формирующую работу наглядной основы (наглядных средств) разных видов, этапной работы над развитием равновесия.

Заключение

Теоретический анализ исследований свидетельствует об актуальности рассматриваемой проблемы. Равновесие необходимо в жизни каждого ребенка. Удержание равновесия особо необходимо детям с нарушением речи, так как недоразвитие органов речи сказывается на недостаточном развитии органов равновесия. Ученые считают, что для развития равновесия у детей с общим недоразвитием речи II уровня требуется принцип постепенности и использовании наглядных основ.

Результаты констатирующего эксперимента свидетельствуют, что в основном дети находятся на низком уровне развития равновесия у детей с общим недоразвитием речи II уровня. Для обследуемых детей характерно неправильная постановка ног, нетерпеливость, постоянная смена ног, требуется помощь взрослого.

Формирующий эксперимент доказал, что организация и реализация педагогических условий (этиология, механизм и структура при общем недоразвитие речи II уровня; использование оборудования; организация поэтапного формирования равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня) обеспечивает формирование равновесия у детей 5-6 лет с общим недоразвитием речи II уровня.

Контрольный эксперимент показал динамику в сформированности равновесия, дети более осознанно удерживают равновесия, выполняют задания самостоятельно.

Использование предложенных упражнений для развития способности к равновесию привело к улучшению результатов, что доказало выдвинутую гипотезу.

Список используемой литературы

1. Буцинская, П.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду [Текст] / П.П. Буцинская, В.И. Васюкова, Г.П. Лескова. – М. : Просвещение, 1990. – С. 2.
2. Вавилова, Е.Н. Учите бегать, прыгать, лазать, метать [Текст] / Е.Н. Вавилова. – М. : Просвещение, 1983. – С. 126-138.
3. Васильевой, М.А. Программа воспитания и обучения в детском саду [Текст] / М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – М. : Просвещение, 2005. – С. 13-17.
4. Власенко, Н.Э. Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста [Текст] / Н.Э. Власенко. – СПб. : Детство-Пресс, 2015. – С. 55-71.
5. Верещагина, Н.В. Диагностика педагогического процесса в старшей группе дошкольной образовательной организации [Текст] / Н.В. Верещагина. – СПб. : Детство-Пресс, 2014. – С. 41- 50.
6. Волкова, Л.С. Логопедия [Текст] / Л.С. Волкова. – СПб. : Детство-Пресс, 2005. – С. 10-19.
7. Волкова, Л.С. Логопедия [Текст] / Л.С. Волковой, С.Н. Шаховской. – М.: ВЛАДОС, 1998. – С. 90-94.
8. Жукова, Н.С. Основы теории и практики [Текст] / Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева. – М.: Эксмо, 2011. – 223 с.
9. Карелина, И.О. Методика обучения и воспитания в области дошкольного образования [Текст] / И.О. Карелина. – Рыбинск. : филиал ЯГПУ, 2012. – 27-31.
10. Кенеман, А.В. Тория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст] / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева – М. : Просвещение, 1985. – С. 1-5.
11. Кириллова, Ю.А. Парциальная программа физического развития в группе компенсирующей направленности для детей с тяжелыми

нарушениями речи (ОНР) с 3 до 7 лет [Текст] / Ю.А. Кириллова. – СПб. : Детство-Пресс, 2017. – С. 5-15.

12. Кириллова, Ю.А. Комплексы упражнений и подвижные игры на свежем воздухе для детей логопедических групп (ОНР) с 3 до 7 лет [Текст] / Ю.А Кириллова. – СПб. : Детство-Пресс, 2008. – С. 17-28.

13. Кириллова, Ю.А Интегрированные физкультурно-речевые занятия для дошкольников с ОНР 4-7 лет [Текст] / Ю.А Кириллова. – СПб. : Детство-Пресс, 2005. – С. 47-56.

14. Керносенко, А.Ю. Формирование у детей 4-5 лет с общим недоразвитием речи навыков словообразования средствами информационно-коммуникационных технологий [Текст] / А.Ю. Керносенко. – Тольятти. : Тольяттинский государственный университет 2017. – 95 с.

15. Леви-Гориневская, Е.Г. Развитие основных движений у детей дошкольного возраста [Текст] / Е.Г. Леви-Гориневская. – М. : Академия 1955. – С. 108-110.

16. Левиной, Р.Е. Основы теории и практики логопедии [Текст] / Р.Е. Левиной. М. : Просвещение, 1968. – С. 75-90.

17. Мартынова, Е.А. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет. [Текст] / Е.А. Мартынова. – М. : Просвещение, 2013. – С. 41-43.

18. Муталлапова, Е.Г. Коррекция трудностей межличностного общения у детей 6-7 лет с общим недоразвитием речи [Текст] / Е.Г. Муталлапова. – Тольятти. : Тольяттинский государственный университет 2017. – 95 с.

19. Нищева Н.В. Комплексная образовательная программа дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи [Текст] / Н. В. Нищева. – СПб. : Детство-Пресс, 2015. – С. 41-43.

20. Нищева, Н.В. Система коррекционной работы в логопедической группе для детей с общим недоразвитием речи [Текст] / Н.В Нищева. – СПб. : Детство-Пресс, 2015. – С. 33-45.

21. Новокрещенова, С.С. Педагогические условия коррекции звукопроизношения у детей 4-5 лет с фонетико-фонематическим недоразвитием речи [Текст] / С.С. Новокрещенова. – Тольятти. : Тольяттинский государственный университет 2017. – 57 с.
22. Осокина, Т.И. Физическая культура в детском саду [Текст] / Т.И. Осокина. – М. : Просвещение 1986. – С. 21-23.
23. Правдина, О.В. Логопедия. [Текст] / О. В. Правдина. – М. : Просвещение, 1973. – С. 53-57.
24. Панов, В.А. Методика развития координационных способностей на основе применения стандартной тренировочной программы. [Текст] / В.А. Панов. – М. : ФиС, 2006. – 98 с.
25. Рунова, М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду [Текст] / М.А. Рунова. – М. : Просвещение, 2000. – С. 42-56.
26. Светлакова, И.В. Психолого-педагогические условия формирования у детей 6-7 лет с общим недоразвитием речи неречевых предпосылок к овладению грамотой [Текст] / И.В. Светлакова. – Тольятти. : Тольяттинский государственный университет 2017. – 123 с.
27. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка [Текст] / Э.Я. Степаненкова. – М. : Академия, 2001. – С. 180-182.
28. Трауготт, Н.Н. Как помочь детям, которые плохо говорят [Текст] / Н.Н. Трауготт. – СПб. : Просвещение, 1994. – С. 21.
29. Филичева, Т.Б. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. [Текст] / Т.Б. Филичева, Т.В. Туманова, Г.В. Чиркина. М. : Просвещение, 2009. – С. 33-37
30. Филичева, Т.Б. Коррекционное обучение и воспитание детей 5-летнего возраста с общим недоразвитием речи [Текст] / Т.Б. Филичева, Г.В. Чиркина. – М. : Просвещение, 1991. – С. 269-270.

31. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М. : Академия, 2000. – С. 4-140

32. Шаховской, С.Н. Преодоление общего недоразвития речи у дошкольников [Текст] / С.Н. Шаховской, Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева. – Екатеринбург. : АРД ЛТД, 2011. – С. 76-78.

Приложение А

Список участвующих в эксперименте

№	Имя, Ф. ребенка
1.	Макар И.
2.	Иршат К.
3.	Кристина Б.
4.	Никита В.
5.	Илья Т.
6.	Роман Р.
7.	Леонид Л.
8.	Михаил Л.
9.	Артём П.
10.	Егор Г.
11.	Соня К.
12.	Маша Л.

Приложение Б

Общие количественные результаты констатирующего эксперимента

№	Имя, Ф. ребенка	Диагностическое задание					Общий уровень развития равновесия
		№1	№2	№3	№4	№5	
1.	Макар И.	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	НУ
2.	Иршат К.	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
3.	Кристина Б.	СУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ
4.	Никита В.	ВУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
5.	Илья Т.	СУ	НУ	СУ	СУ	СУ	СУ
6.	Роман Р.	НУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	СУ
7.	Леонид Л.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
8.	Михаил Л.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ
9.	Артём П.	НУ	НУ	СУ	СУ	НУ	НУ
10.	Егор Г.	ВУ	ВУ	НУ	НУ	НУ	СУ
11.	Соня К.	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	НУ
12.	Маша Л.	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ	НУ

Общие результаты количественные результаты контрольного эксперимента

№	Имя, Ф. ребенка	Диагностическое задание					Общий уровень развития равновесия
		№1	№2	№3	№4	№5	
1.	Макар И.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ
2.	Иршат К.	НУ	НУ	СУ	НУ	НУ	НУ
3.	Кристина Б.	СУ	НУ	СУ	СУ	НУ	СУ

4.	Никита В.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
5.	Илья Т.	ВУ	СУ	ВУ	СУ	СУ	СУ
6.	Роман Р.	НУ	СУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
7.	Леонид Л.	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ	ВУ
8.	Михаил Л.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ
9.	Артём П.	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ	СУ
10.	Егор Г.	ВУ	ВУ	НУ	НУ	НУ	СУ
11.	Соня К.	НУ	СУ	ВУ	НУ	СУ	СУ
12.	Маша Л.	СУ	СУ	СУ	СУ	НУ	СУ

Приложение В

Перспективный план формирующего эксперимента

Неделя	Содержание психолого-педагогической деятельности	Время проведения
1 неделя	Комплекс №1 «Деревце» Ноги вместе, руки за спиной, подняться на носках, стоять 10-15 секунд.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
2 неделя	Комплекс №2 «Деревце» Ноги вместе, за спиной, подняться на носках, стоять 10-15 секунд. «Деревце» Ноги вместе, руки в стороны, подняться на носках, но с закрытыми глазами, стоять 5-10 секунд.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
3 неделя	Комплекс №3 «Деревце» Ноги вместе, руки в стороны, подняться на носках, но с закрытыми глазами, стоять 5-10 секунд. «Аист» руки в стороны, левую ногу согнуть в колене, оторвав от пола, стоять 5-10 секунд. То же другой ногой.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
4 неделя	Комплекс №4 «Аист» руки в стороны, левую ногу согнуть в колене, оторвав от пола, стоять 5-10 секунд. То же другой ногой. «Аист» руки на поясе, левую ногу согнуть в коленном суставе, оторвав от пола, подняться на носке правой ноги, стоять 3-5 секунд. То же	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
5 неделя	Комплекс №5 «Аист» руки на поясе, левую ногу согнуть в коленном суставе, оторвав от пола, подняться на носке правой ноги, стоять 3-5 секунд. То же другой ногой. «Бегун» стоя, руки на поясе, выполнить 6-8 маховых движений прямой ногой вперед (с полной амплитудой движений). То же другой ногой.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
6 неделя	Комплекс №6 «Бегун» стоя, руки на поясе, выполнить 6-8 маховых движений прямой ногой вперед – назад (с полной амплитудой движений). То же другой ногой. «Пенечек» Сидя на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек в течение 10-15 секунд. Сохранять равновесие в неподвижном положении.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
7 неделя	Комплекс №7 «Пенечек» Сидя на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек в течение 10-15 секунд.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность

	Сохранять равновесие в неподвижном положении и покачиваясь на мяче вверх-вниз. «Часы» стоя на стопе (ноги вместе), выполнить 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), один наклон в две секунды.	
8 неделя	Комплекс №8 «Часы» стоя на стопе (ноги вместе), выполнить 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), один наклон в две секунды. «Часы» стоя на носках (ноги вместе), 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), (маятникообразные движения), один наклон в секунду.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
9 неделя	Комплекс №9 «Часы» стоя на носках (ноги вместе), 5-8 наклонов туловища вперед, (горизонтальное положение), (маятникообразные движения), один наклон в секунду. «Наклонись». Сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову. Наклон вперед, руками коснуться пола;	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность
10 неделя	Комплекс №10 «Наклонись». Сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову, наклон, руками коснуться пола, три шага на руках вперед, назад.	Утренняя гимнастика, двигательная деятельность

Комплекс совместной деятельности с детьми.

№1

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	Общеразвивающие упражнения 1) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной 1 – подняться на носках. 2 – и. п. 2) «Деревце» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1 – подняться на носки. 2 – и. п. 3) И. п. – наклон ноги на ширине	6–8 раз Удержание 10–15сек. 6–8 раз	Выше на носки Стараемся удержать равновесие Спина прямая

	плеч, руки на пояс. 1 – наклон, левая рука вверху; 2 – и. п. 3 – наклон, правая рука вверху; 4 – и. п. 4) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки в стороны.	6–8 раз	Спина прямая, руки точно в стороны
	1 – присесть; 2 – и. п. 5) «Бегун» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – мах право ногой, левой рукой до носка; 2 – мах левой ногой, правой рукой до носка;	6–8 раз	Спина прямая, ноги не роняем
	6) Прыжки на двух ногах с хлопком в ладоши перед собой и за спиной. Чередованием с ходьбой.	на счет 1–8 (2–3 раза)	Удерживаться на одном месте

№2

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	Общеразвивающие упражнения 1) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной 1– подняться на носках. 2 – и. п.	6–8 раз	Выше на носки
	2) «Деревце» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за спиной. 1 – подняться на носки. 2 – и. п.	Удержание 10–15сек.	Стараемся удержать равновесие
	3) «Деревце» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс 1 – подняться на носках, но с закрытыми глазами.	Удержание 5–10сек.	Стараемся удержать равновесие
	4) И. п. – наклон ноги на ширине плеч, руки на пояс.	6–8 раз	Спина прямая

	<p>1 – наклон, левая рука вверх;</p> <p>2 – и. п.</p> <p>3 – наклон, правая рука вверх;</p> <p>4 – и. п.</p> <p>5) И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки в стороны.</p> <p>1– присесть;</p> <p>2 – и. п.</p> <p>6) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс.</p> <p>1 – колено к груди, руками обняли;</p> <p>2 – и.п.;</p> <p>3–4 то же самое другой.</p> <p>7) Прыжки на двух ногах с хлопком в ладоши перед собой и за спиной. Чередованием с ходьбой.</p>	<p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>на счет 1–8 (2–3 раза)</p>	<p>Спина прямая, руки точно в стороны</p> <p>Спина прямая, ноги не роняем</p> <p>Удерживаться на одном месте</p>
--	--	---	--

№3

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>1) И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки за головой.</p> <p>1 – подняться на носки.</p> <p>2 – и. п.</p> <p>2) «Древце»</p> <p>И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс</p> <p>1 – подняться на носках, но с закрытыми глазами.</p> <p>2 – и. п.</p> <p>3) «Аист»</p> <p>И. п. – стойка лицом к мячу ноги на ширине плеч, руки на пояс.</p> <p>1 – руки на поясе, левую ногу согнуть, оторвав от пола;</p> <p>2 – и. п.;</p> <p>3–4 тоже на другой ноге.</p>	<p>6–8 раз</p> <p>Удержание 5–10 сек.</p> <p>Удержание 5–10сек.</p>	<p>Выше на носки</p> <p>Стараемся удержать равновесие</p> <p>Выше на носки Удерживаем равновесие</p>

	4) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки сзади. 1 – присесть; 2 – и. п.	6–8 раз	Спина прямая
	5) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки вниз. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, коснуться пальцами рук правого носка; 3 – выпрямится, руки в стороны; 4 – и. п.	6–8 раз	Спина прямая, руки точно в стороны
	6) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – левую ногу согнуть, оторвав от пола подняться на носке правой ноги; 2 – и. п. 3–4 то же другой ногой	6–8 раз	Спина прямая, ноги не роняем
	7) Прыжки на двух ногах руки на пояс в стороны. Чередованием с ходьбой	на счет 1–8 (2–3 раза)	Удерживаться на одном месте

№4

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	Общеразвивающие упражнения 1) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки за головой. 1 – подняться на носки. 2 – и. п. 2) «Аист» И. п. – стойка лицом к мячу ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – руки на поясе, левую ногу согнуть, оторвав от пола; 2 – и. п.; 3–4 тоже на другой ноге.	6–8 раз Удержание 10–15сек.	Выше на носки Стараемся удержать равновесие

	<p>3) «Аист» И. п. – стойка лицом к мячу ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – руки на поясе, левую ногу согнуть, оторвав от пола, подняться на носке правой ноги; 2 – и. п.; 3–4 тоже на другой ноге.</p> <p>4) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки сзади. 1 — присесть; 2 — и. п.</p> <p>5) И. п. — стойка ноги на ширине плеч, руки вниз. 1 – руки в стороны; 2 – наклон вперед, коснуться пальцами рук правого носка; 3 – выпрямится, руки в стороны; 4 – и. п.</p> <p>6) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – левую ногу согнуть, оторвав от пола подняться на носке правой ноги; 2 – и. п. 3–4 то же другой ногой.</p> <p>7) Прыжки на двух ногах руки на пояс в стороны. Чередованием с ходьбой</p>	<p>Удержание 3–5 сек.</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>на счет 1–8 (2–3 раза)</p>	<p>Выше на носки Удерживаем равновесие</p> <p>Спина прямая</p> <p>Спина прямая, руки точно в стороны</p> <p>Спина прямая, ноги не роняем</p> <p>Удерживаться на одном месте</p>
--	---	--	---

№5

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения с футболом</p> <p>1) «Аист» И. п. – стойка лицом к мячу ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – руки на поясе, левую ногу согнуть, оторвав от пола, подняться на носке правой ноги;</p>	<p>Удержание 3–5 сек.</p>	<p>Выше на носки Удерживаем равновесие</p>

	2 – и. п.; 3–4 тоже на другой ноге. 2) «Бегун» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – мах право ногой, левой рукой до носка;	6–8 раз	Спина прямая, ноги не роняем
	2 – мах левой ногой, правой рукой до носка; 3) И. п. – узкая стойка лицом к мячу, мяч на полу. 1 – перемахни правой ногой влево через мяч; 2 – обратно и. п. 3–4 то же другой ногой.	5–6 раз	Ноги в коленях не сгибать.
	4) И. п. – стойка на правой, левая, согнутая в колене, на мяче. Прокатывать мяч правой ногой по полу по часовой стрелке и обратно. То же другой ногой.	5–6раз	Удерживать равновесие
	5) И. п. – стоя лицом к футболу 1 – правая нога на фитбол; 2 – и.п. 3 – то же самое другой ногой.	5–6раз	Удерживать равновесие
	б) «Пружинка» И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, стопы параллельны. Перемещаться приставным шагом вокруг мяча.	8–10 раз.	Активно отталкиваться тазом от мяча, изменять положение рук.

№6

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	Общеразвивающие упражнения с футболом 1) «Бегун» И. п. – стойка ноги на ширине плеч, руки на пояс. 1 – мах право ногой, левой рукой до носка; 2 – мах левой ногой, правой рукой	6–8 раз	Спина прямая, ноги не роняем

<p>до носка; 2) И. п. – узкая стойка лицом к мячу, мяч на полу.</p>	5–6 раз	Ноги в коленях не сгибать.
<p>1 – перемахни правой ногой влево через мяч; 2 – обратно и. п. 3–4 то же другой ногой.</p>	5–6раз	Удерживать равновесие
<p>3) И. п. – стойка на правой, левая, согнутая в колене, на мяче. Прокатывать мяч правой ногой по полу по часовой стрелке и обратно. То же другой ногой.</p>	5–6раз	Удерживать равновесие
<p>4) И. п. – стоя лицом к фитболу 1 – правая нога на фитбол; 2 – и.п. 3 – то же самое другой ногой. 2 – и. п.</p>	3–4 раз	Смотреть вперед не наклоняться.
<p>5) «Пенечек» И. п. – сед на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек. Сохранять равновесие в неподвижном положении и покачиваясь на мяче вверх-вниз. 1–Разгибаем ноги вперед, удерживать равновесие. 2 – и. п.</p>	8–10 раз.	Активно отталкиваться тазом от мяча, изменять положение рук.
<p>6) «Пружинка» И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, стопы параллельны. Перемещаться приставным шагом вокруг мяча</p>		

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения с фитболом</p> <p>1) «Пенечек» И. п. – сед на мяче, согнув ноги, руки в стороны, удерживая на голове набивной мешочек. Сохранять равновесие в неподвижном положении и покачиваясь на мяче вверх-вниз. 1–Разгибаем ноги вперед, удерживать равновесие. 2 – и. п.</p> <p>2) «Часы» И.п – стоя на стопе, ноги вместе, 1–2 наклон туловища вперед, 2– и.п.</p> <p>3) И. п. – сидя на мяче, согнув ноги врозь, руки на поясе. 1 – повернуть туловище направо, руки в стороны; 2 – и. п.</p> <p>4) И. п. – сидя на мяче, руки на поясе. 1 – правую ногу вперед на пятку, руки за голову; 2 – и. п. 3–4 то же другой ногой</p> <p>5) «Кроль» И. п. – упор лежа, бедра на мяче. Поочередно поднимать и опускать прямые ноги вверх - вниз, имитируя движения ног при плавании кролем</p> <p>6) И. п. – сед на мяче, согнув ноги. 1–Разгибаем ноги вперед, удерживать равновесие. 2 – и. п.</p> <p>7) «Попрыгунчики» И. п. – сед на мяче, согнув ноги, держась руками за «рожки». Прыгать в разных направлениях.</p>	<p>3–4 раз</p> <p>5–8 раз</p> <p>5–6 раз</p> <p>5–6раз</p> <p>8–10 раз</p> <p>4–5 раз</p> <p>20–30 сек.</p>	<p>Смотреть вперед не наклоняться.</p> <p>Один наклон в две секунды.</p> <p>Пружинить мяч туловищем</p> <p>Пружинить мяч туловищем</p> <p>Голову не опускать, смотреть вперед. Ноги в коленях не сгибать</p> <p>Руки в стороны, стопы не касаются пола Активнее отталкиваться тазом от мяча, не отклонять спину назад.</p>

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения с фитболом</p> <p>1) «Часы» И.п – стоя на стопе, ноги вместе, 1–2 наклон туловища вперед, 2– и.п.</p> <p>2) «Часы» И.п – стоя на стопе, ноги вместе, 1 наклон туловища вперед; 2 наклон туловища вперед.</p> <p>2) И. п. – сидя на мяче, согнув ноги врозь, руки на поясе. 1 – повернуть туловище направо, руки в стороны; 2 – и. п.</p> <p>3) И. п. – сидя на мяче, руки на поясе. 1 – правую ногу вперед на пятку, руки за голову; 2 – и. п. 3–4 то же другой ногой</p> <p>4) «Кроль» И. п. – упор лежа, бедра на мяче. Поочередно поднимать и опускать прямые ноги вверх - вниз, имитируя движения ног при плавании кролем</p> <p>5) И. п. – сед на мяче, согнув ноги. 1–Разгибаем ноги вперед, удерживать равновесие. 2 – и. п.</p> <p>6) «Попрыгунчики» И. п. – сед на мяче, согнув ноги, держась руками за «рожки». Прыгать в разных направлениях.</p>	<p>5–8 раз</p> <p>5–8 раз</p> <p>5–6 раз</p> <p>5–6раз</p> <p>8–10 раз</p> <p>4–5 раз</p> <p>20–30 сек.</p>	<p>Один наклон в две секунды.</p> <p>Наклон в секунду.</p> <p>Пружинить мяч туловищем</p> <p>Пружинить мяч туловищем</p> <p>Голову не опускать, смотреть вперед. Ноги в коленях не сгибать</p> <p>Руки в стороны, стопы не касаются пола</p> <p>Активнее отталкиваться тазом от мяча, не отклонять спину назад.</p>

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>1) И. п. – о.с. Палка вниз. 1 – палка вверх, подняться на носки 2 – и. п.</p> <p>2) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка у груди. 1 – палка вверх. 2 – наклон вправо. 3 – выпрямиться, палка вверх 4 – и. п.</p> <p>3) И. п. – о.с. Палка вниз. 1–2 присесть, палка вперед; 3–4 – и. п.</p> <p>4) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка внизу. 1 – палка вверх; 2 – наклон вперед, коснуться пола; 3 – выпрямится, палка вверх; 4 – и. п.</p> <p>5) «Наклонись». И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову. 1 – наклониться, руками коснуться пола; 2 – и. п.</p> <p>6) «Часы» И.п – стоя на стопе, ноги вместе, 1 наклон туловища вперед; 2 наклон туловища вперед.</p> <p>7) И. п. – о.с. Палка вниз. 1 – прыжок ноги врозь, палку вперед; 2 – прыжком в и. п. 3–4 то же другой ногой Чередовать с ходьбой.</p>	<p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>3–4 раз</p> <p>5–8 раз</p> <p>на счет 1–8 (2–3 раза)</p>	<p>Выше на носки.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Спина прямая, ноги не сгибать.</p> <p>Удерживать равновесие</p> <p>Наклон в секунду.</p> <p>Удерживаться на одном месте.</p>

№	Содержание	Дозировка	Организационно-методические рекомендации
II	<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p>1) И. п. – о.с. Палка вниз. 1 – палка вверх, подняться на носки 2 – и. п.</p> <p>2) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка у груди. 1 – палка вверх. 2 – наклон вправо. 3 – выпрямиться, палка вверх 4 – и. п.</p> <p>3) И. п. – о.с. Палка вниз. 1–2 присесть, палка вперед; 3–4 – и. п.</p> <p>4) И. п. – стойка ноги на ширине плеч, палка внизу. 1 – палка вверх; 2 – наклон вперед, коснуться пола; 3 – выпрямиться, палка вверх; 4 – и. п.</p> <p>5) «Наклонись». И. п. – сидя на мяче, согнув ноги, руки за голову, 1-2 наклониться, руками коснуться пола, 3-4 три шага на руках вперед, 5-6 назад, 7-8 – и. п.</p> <p>6) И. п. – о.с. Палка вниз. 1 – прыжок ноги врозь, палку вперед; 2 – прыжком в и. п. 3–4 то же другой ногой Чередовать с ходьбой.</p> <p>7) И. п. – о.с. Палка вверх. 1 – правую ногу в сторону на носок, палка вверх; 2 – и. п. То же влево.</p>	<p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>6–8 раз</p> <p>3–4 раз</p> <p>на счет 1–8 (2–3 раза)</p> <p>6–8 раз.</p>	<p>Выше на носки.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Спина прямая, ноги не сгибать.</p> <p>Удерживать равновесие</p> <p>Удерживаться на одном месте. на</p> <p>Удерживать равновесие</p>