

Физическая культура

Формирование полноценных двигательных навыков, активная деятельность в процессе конструирования, сюжетной игры, трудовой деятельности, овладение тонко координированными движениями рук являются необходимыми звеньями в общей системе коррекционного обучения.

В процессе правильно организованных занятий необходимо устранить нескоординированные, скованные, недостаточно ритмические движения детей, научить их дифференцированным навыкам, связанным с употреблением некоторых орудий труда и инструментов (кисточка, ножницы, карандаш и др.).

Обращается специальное внимание на особенности психомоторного развития детей, которые должны учитываться в процессе занятий. Дети с речевой патологией, имеющей органическую природу нарушения, обычно различаются по состоянию двигательной сферы на возбудимых (они легко отвлекаются, нетерпеливы) и заторможенных.

В группе с общим недоразвитием речи могут быть дети с дизартрией, имеющие, как правило, остаточные проявления органического поражения центральной нервной системы в виде стертых парезов, приводящих к двигательной неловкости, малому объему движений, недостаточному их темпу и переключаемому.

Моторные навыки:

- 1) прыжки на 1 ноге, на 2 ногах, на 2 ногах с продвижением, вперед, назад, перепрыгивание;
- 2) удар мяча о землю. Умение его подбросить вверх и поймать, перебрасывать мячи друг другу, прокатывать их в ворота, попадать в цель
- 3) лазание по гимнастической лесенке вверх и вниз, с одной лесенки на другую;
- 4) равновесие (ходьба по доске прямо, боком, по наклонной доске; стояние на одной ноге).

Общекорректирующие упражнения

Коррекция особенностей моторного развития детей осуществляется путем специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Она направлена на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, развитие статической выносливости, упорядочение темпа движений, синхронного взаимодействия между движениями и речью, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции, развитие тонких двигательных координации, необходимых для полноценного становления навыков письма.

Для основной части детей доступна большая часть упражнений, рекомендованных в типовой программе «Физическая культура в детском саду» для средней группы.

В специальной группе особое внимание - уделяется развитию мелкой моторики пальцев рук. Этому служат следующие упражнения типа:

- сжимать резиновую грушу или теннисный мячик;
- разгибать и загибать поочередно пальцы из кулака и в кулак;
- отхлопывать ритм ладонями по столу, затем чередовать положение руки: ладонь-ребро (одной и двумя руками);
- поочередно каждым пальцем отстукивать в заданном темпе по поверхности стола;
- перебирать разными пальцами натянутую резинку или шнурок;
- отстреливать каждым пальцем поочередно пинг-понговый шарик;
- тренировать руку в захвате мячей различного диаметра;
- вырабатывать переключение движений правой и левой руки (ладонь—кулак, ладонь—ребро ладони и т. п.);
- воспроизводить различные положения руки (кулак—ладонь — ребро), пальцев (колечко—цепь, щепоть);
- захватывать поочередно мелкие предметы небольшого диаметра различными пальцами.

Подвижные игры для детей с общим недоразвитием речи

Дети с тяжелыми нарушениями речи часто соматически ослаблены, физически невыносливы, быстро утомляются. Многие с трудом выдерживают длительное пребывание в коллективе. Для детей с дизартрическими нарушениями речи характерна скованность, плохая переключаемость различных действий. Отрицательно сказывается на здоровье детей и то, что немало времени они проводят в сидячем положении. Поэтому многим из них в начале обучения непосильны требования, которые предъявляет программа по физическому воспитанию для детей с нормальным развитием. В связи с этим важно в I—II периодах обучения уделить серьезное внимание тем видам работы, которые помогли бы детям закрепить моторные навыки, догнать своих сверстников по физическому развитию. Лучшее средство от гиподинамии — подвижная игра. Планируя работу, воспитатели должны четко представлять реальность подбирать подвижные игры.

Подвижные игры, которые являются составной частью физкультурных, музыкальных занятий, могут быть проведены на праздничных утренниках, в часы развлечений, на прогулке. Ниже приводится описание игр, которые можно рекомендовать воспитателю в группе с ОНР.

Игры с движениями необходимо сочетать с другими видами деятельности детей. Подвижная игра с ее выраженным эмоциональным характером—одно из самых любимых занятий дошкольников. И если она правильно подобрана педагогом с учетом возможностей ребенка (как физических, так и речевых), с пониманием 14 каждого

этапа работы с ним при правильном, умелом руководстве со стороны взрослого, то окажет неоценимую помощь в работе с детьми.

Характер подвижной игры, ее содержание должны быть разнообразны. Это может быть сюжетная игра типа «Поезд», «Само может проходить по типу игр-инсценировок («Теремок»), проведение подвижных бессюжетных игр, упражнений, с предметами (с мячом, бубном, прыгалками). Эти игры дают возможность отработать с ребенком наиболее простые движения (ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ребенок учится целенаправленно катать мяч, ловить, бросать сначала большой мяч, потом маленький и т. п.), и постепенно подготовить его к овладению более сложными, комбинированными движениями. Подвижные игры, нормализуя моторную функцию ребенка, помогают решить и ряд других коррекционно-воспитательных задач: повышают активность, развивают подражательность, формируют игровые навыки, компоненты речи, поощряют творческую активность детей.

Подвижные игры одновременно помогают успешному формированию речи. Они способствуют также развитию чувства ритма, гармоничности движений, положительно влияют на психологическое состояние детей. Чтобы игра достигла поставленной цели, необходимо учитывать ее характер и время проведения. Так, например, занятий физическим трудом (работа на участке) лучше поиграть в спокойные малоподвижные игры. Эти игры могут быть направлены на развитие ориентировки в пространстве, развитие внимания, памяти, сообразительности. После подвижных игр хорошо переключиться на умственную работу (занятия математикой, упражнения на формирование грамматических конструкций и т. п.).

У детей с тяжелой речевой патологией недостаточно сформированы пространственные представления, с трудом формируются не только речевые, но и двигательные стереотипы. Все это требует определенной специфики проведения подвижных игр. Рекомендуется иногда обращаться к игровому материалу, предназначенному детям младшей группы, адаптируя, изменяя его с учетом особенностей работы логопедических групп.

Так, прежде чем педагог предложит детям подвижную игру или упражнение с предметом, он должен заблаговременно познакомить их с элементами игры, поупражнять в тех движениях, которые им трудны.

Сам воспитатель принимает активное участие в игре, помогая, подбадривая, отмечая малейшие успехи тех, кто с трудом или частично справляется с заданием. Необходимо проявить терпимость к детям, которые не могут, или не понимают и, в связи с этим, неправильно выполняют задания старшего. Каждый ребенок должен участвовать в игре, выполняя посильные для него игровые действия, по возможности стараясь подражать ведущему и товарищам, выполнять действия вместе с педагогом. Важнее, чтобы у детей появилась уверенность в своих силах.

После того, как большинство детей усвоит правила игры, им будут понятны задания ведущего, их можно объединить в группы для проведения игры.

Предлагаемые игры могут сокращаться, дополняться по усмотрению педагогов в зависимости от коррекционных задач каждого периода. Ниже приводится перечень игр, которые можно рекомендовать воспитателю специальной группы для прогулки.

Спортивные игры

1) "Не теряй равновесия"

Играющие становятся лицом друг к другу на расстоянии вытянутых рук. Стопы их сомкнуты. Подняв руки на уровень груди, каждый поочередно ударяет партнера одной или обеими ладонями. Можно отклониться от удара, неожиданно разводя руки. Кто сдвинется с места хотя бы одной ногой - проигрывает.

2) "Кому достанется кегля"

На табурет ставится кегля или булава. По обе стороны табурета в 8-10 шагах от него становятся двое играющих лицом друг к другу. По сигналу каждый бежит, стараясь первым схватить кеглю.

3) "Тик-так-тук"

Ведущий говорит, обращаясь к детям: "Игра, в которую мы сейчас проведем, требует внимания. Запомните и повторите слова "Тик-так-тук". Дети несколько раз повторяют этот ряд слов и только после этого ведущий продолжает: "Когда я дам один свисток, дети первой команды скажут: Тик. На два свистка вторая команда скажет: Так. Тук,- скажет третья команда, услышав три свистка. Побеждает та команда, в которой участники будут реже ошибаться.

4) "Не перепутай" ("Нос-ухо-нос")

Ведущий объясняет участникам правила игры: при слове НОС нужно дотронуться до носа, при слове ЛОБ - до лба и т.д. Когда дети усвоят правила, будут верно называть части лица, головы, то проводится более усложненный вариант игры.

Ведущий пытается запутать детей: "Нос-нос-нос-ухо". Сказав УХО, ведущий указывает пальцем на подбородок и т.д.

Игра поможет закрепить детям названия различных частей тела, лица, головы, будет воспитывать быстроту реакции.

5) "Узнай по голосу"

Игра развивает внимание играющих, их слуховое восприятие, помогает познакомиться и сблизить детей.

Ребята становятся в круг. В середину встает водящий, глаза у которого завязаны. Дети идут по кругу вслед за педагогом, повторяя его движения (гимнастические или танцевальные), затем останавливаются. Педагог говорит:

Мы немножко поиграли,

А теперь в кружок мы встанем.

Ты загадку отгадай:

Кто тебя позвал, узнай?

Педагог молча показывает на одного из играющих, который восклицает: «Узнай, кто я!» или «Назови меня». Водящий по голосу должен определить того, кто к нему обратился.

6) «Салки» в два круга

Участники игры образуют два круга: один — внутренний, другой — внешний. Оба круга движутся в противоположных направлениях. По сигналу руководителя они останавливаются и все игроки внутреннего круга стараются осалить игроков внешнего круга, т. е. дотронуться рукой до кого-либо раньше, чем те успеют присесть. «Осаленные» дети встают во внутренний круг, а игра начинается сначала. Игра заканчивается, когда во внешнем круге останется мало игроков (4—6).

7) «Нас не слышно и не видно»

Водящий с завязанными глазами садится на траву (пенек). Остальные располагаются по кругу в 20 шагах. Тот из играющих, на кого укажет ведущий, начинает осторожно приближаться к водящему. Водящий, заслышав шаги или шорох, должен указать рукой направление, откуда эти звуки доносятся. Если он укажет направление верно, то сменяет водящего. Победителем окажется тот, кто сумеет приблизиться к водящему, дотронуться до плеча, а потом назвать по имени. Водящий должен по голосу узнать товарища. Игра способствует развитию слухового восприятия, памяти.

8) «Найди флажок»

На небольшом участке (участок, где много кустов, деревьев) ведущий прячет несколько флажков в таких местах, где их не сразу можно найти, но ветками и травой не прикрывает. На поиски флажков отводится 15 мин, после чего подается сигнал и каждый, кто нашел флажок, несет его к педагогу. Выигрывает тот, кто принесет больше флажков.

Вариант: принеся флажки, играющие говорят, где и как они их нашли. Точно так же можно прятать любую игрушку в помещении, на прогулке. В данной игре можно усложнить и речевую задачу. Если ребенок найдет сразу два предмета, он может составить простое предложение с однородными членами: «Вот утка и петух», «Катя, носи утку и петуха», «Вот кубик и домик», «У меня кубики и домик» и т. д.

9) «Передай — садись»

Играющие разбиваются на несколько команд по 5—6 человек в каждой, выбирают капитанов и выстраиваются у черты в колонны по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии сначала 4, потом 5—6 шагов становятся капитаны. Капитаны получают по мячу. По сигналу каждый капитан бросает мяч первому игроку в своей колонне. Поймав мяч, игрок возвращает его капитану и садится на скамеечку. Капитаны бросают мяч вторым, потом третьим игрокам и т. д. Каждый из них, вернув мяч капитану, садится. Получив мяч от последнего игрока команды, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, капитан которой первым поднял мяч.

10) «Передача мяча по кругу»

Две команды выстраиваются в затылок друг другу в два отдельных круга. Каждая команда выбирает капитана, который получает большой мяч. По сигналу капитан поднимает мяч над головой и передает его назад. Мяч переходит по кругу из рук в руки. Когда мяч дойдет до капитана, тот направляет его вперед, т. е. в обратном направлении. Выигрывает команда, у которой мяч ни разу не упадет и быстрее вернется к капитану.

Усложненный вариант игры.

После того, как мяч вернется к капитану, все по команде капитана поворачиваются спиной к центру круга и передают мяч из рук в руки направо, затем все поворачиваются лицом к центру, и передают мяч в обратном направлении. Когда мяч возвращается к капитану, он поднимает его над головой. Сначала воспитатель проводит игру, построив всех в один общий круг. Когда играющие усвоят правила игры (как передавать мяч, когда и как поворачиваться), воспитатель делит их на две команды и проводит соревнования между ними. Чтобы дети лучше усвоили задание, необходимо не только показывать, но и называть каждое движение.

11) «Быстрее шагай»

Играющие строятся в одну шеренгу. Спиной к играющим на другой стороне площадки стоит водящий. Водящий-педагог четко говорит: «Быстрее шагай, смотри не зевай! Стоп!». Пока он произносит эти слова, дети стараются быстрым шагом приблизиться к водящему. При команде «стоп!» они должны замереть на месте. Тот, кто не успеет остановиться, возвращается на свое место. Произнеся команду, водящий быстро оглядывается и следит за тем, как ребята выполняют правила игры. Так играют до тех пор, пока кто-нибудь не «запятнает» водящего раньше, чем тот успеет оглянуться. Тот, кто осалит водящего, становится победителем. Игру можно усложнить. После того, как осалят водящего, тот бежит за детьми, стараясь кого-нибудь поймать.