ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

THERAPEUTIC PHYSICAL CULTURE FOR PRESCHOOL CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES IN AN EDUCATIONAL ORGANIZATION

УДК 376.1

Сухонина Наталья Сергеевна, канд. пед. наук, доц. кафедры специального (дефектологического) образования, ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», РФ, г. Симферополь

Батечко Татьяна Александровна, магистрант кафедры специального (дефектологического) образования, ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», РФ, г. Симферополь

Sukhonina Natalia Sergeevna

Batechko Tatyana Aleksandrovna, missvselenaya26@gmail.com

Аннотация: Двигательная деятельность – это, прежде всего естественная потребность, удовлетворение которых является важнейшим условием и стимулирующим фактором развития основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нем. Коррекция двигательных нарушений средствами лечебной физической культуры является обязательным и важным направлением оздоровительно–коррекционной работы в специальных (коррекционных) учреждениях, поскольку процесс физического воспитания оказывает значительное влияние на развитие личностных качеств

аномального ребенка и в известной мере - на становление его познавательной деятельности.

Annotation: Motor activity is, first of all, a natural need, the satisfaction of which is the most important condition and stimulating factor for the development of the basic structures and functions of the body, one of the ways of knowing the world and orienting in it. Correction of motor disorders by means of therapeutic physical culture is a mandatory and important direction of health-improving and correctional work in special (correctional) institutions, since the process of physical education has a significant impact on the development of the personal qualities of an abnormal child and, to a certain extent, on the formation of his cognitive activity.

Ключевые слова: лечебная физическая культура, дошкольники, умственная отсталость, кинезиологические упражнения, физическое воспитание.

Keywords:therapeutic physical education, preschool children, mental retardation, kinesiological exercises, physical education.

В дошкольном возрасте формируется здоровье ребенка, его общая выносливость, работоспособность, активная жизнедеятельность и другие качества, необходимые для всестороннего физического и духовного развития личности. Этот период наиболее благоприятен для формирования физиологических особенностей и умений, которые тесно связаны с интеллектуальным и психическим развитием ребенка, с воспитанием этических норм личности, упорства, решимости, что является основой всестороннего развития физических качеств, воспитания дошкольников. Этим запасом двигательных навыков и умений дошкольник должен овладеть, к моменту поступления в школу, которые позволят ему адаптироваться к новым требованиям и условиям, предъявляемым к нему[5].

В последнее время медицинские обследования детей выявляют все больше и больше заболеваний. И среди них есть дети с нарушением интеллекта. У детей с интеллектуальной недостаточность в психофизическом

развитии есть общие этапы развития с детьми, у которых развитие в норме. На физическое развитие, двигательные способности, обучаемость и приспособляемость к физической нагрузке оказывает влияние тяжесть интеллектуального дефекта, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и эмоционально-волевой сферы детей.

У детей с органическим поражением центральной нервной системы обнаруживается запаздывание в сроках овладения основными видами движения, скованность движений, нарушение плавности, замедленность темпа и ритма движения, моторная неловкость, недостаточность мышечной силы, плохая координация движений частей тела. Дети не стремятся к самостоятельности и безразличны к своим достижениям, их можно заметить по явно выраженным внешним признакам особенностей развития, в том числе в особенностях основных движений и мелкой моторики. Корпус у них наклонен вперед, голова опущена вниз, они часто смотрят под ноги. При ходьбе они шаркают ногами, движения рук и ног не согласованы между собой, стопы ног развернуты носком внутрь. У некоторых детей при ходьбе отмечается семенящий, неритмичный, неравномерный шаг, темп ходьбы неустойчив, ноги слегка согнуты в тазобедренном суставе. При беге у дошкольников с нарушениями интеллекта также наблюдается мелкий семенящий шаг, полусогнутые ноги опускаются всей стопой на землю, движения рук и ног несогласованны, движения неритмичны. При этом у некоторых детей отмечаются боковые раскачивания корпуса. Большинство детей с нарушениями интеллекта совсем не могут прыгать ни на двух, ни на одной ноге.[1; 3,с.54; 4с.45]. Как известно двигательная деятельность – это, прежде всего естественная потребность, удовлетворение которых является важнейшим условием и стимулирующим фактором развития основных структур и функций организма, одним из способов познания мира и ориентировки в нем. Поэтому формирование движений, моторики ребенка – один из важнейших компонентов его физического развития. Коррекция двигательных нарушений средствами лечебной физической культуры является обязательным и важным

направлением оздоровительно–коррекционной работы в образовательных учреждениях, поскольку процесс физического воспитания оказывает значительное влияние на развитие личностных качеств аномального ребенка и в известной мере - на становление его познавательной деятельности.

Лечебная физическая культура, которая в последнее время начала использоваться в дошкольных учреждениях является новой формой реабилитации дошкольников, имеющих различные психофизические нарушения. Причины внедрения лечебной физкультуры в дошкольные учреждения многообразны более частые это занятость родителей, строгий режим работы поликлиник и кабинетов ЛФК, удаленность их от места проживания детей, нуждающихся в лечении. А в детских садах есть условия, необходимые для своевременной профилактики и реабилитации. В режиме дня ДОУ предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а так же технологии обучения здоровому образу жизни и коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с нарушением интеллекта, а именносистематические,разнообразныезанятияфизическимиупражнениями в процессе всей коррекционно–воспитательной работы, планомерное повышение нагрузок при текущем медико-педагогическом контроле, все это в комплексе дает устойчивое повышение двигательной активности дошкольников с умственной отсталостью, улучшение состояния здоровья[2].

Основной целью занятий ЛФК является развитие и коррекция физических способностей, соединяя различные физические действия, преобразовывать выработанные движения в соответствии с ситуацией или заданием, переключаться с одних движений на другие. Это применительно к требованиям жизни (чтобы ребенок мог ориентироваться в пространстве, обслуживать себя, правильно ходить, бегать и т. д.). Чем больше новых движений будет осваивать ребенок с умственной отсталостью, тем лучше будут развиваться его физические способности.

В структуре занятий по ЛФК большое внимание уделяется развитию моторики (сенсомоторика и координация) и психомоторики (слуховое, зрительное восприятие икинестезические ощущения) умственно отсталых детей. Например, для ощущения своего тела в пространстве, а также ощущения изменения положения отдельных частей тела в пространстве во время движения, необходимо:

— совершать наклоны, круговые движения туловищем и различными частями тела;

— выполнять упражнения на равновесие, на установление равновесия после вращения тела;

— выполнять различные упражнения с закрытыми глазами (поднять левую руку, обе руки положить на живот, правой рукой взять левую ступню);

Все моторные действия управляются психическими процессами, т. е. психика и моторика взаимосвязаны[7].

Поэтому рекомендуется использование кинезиологических упражнений на занятиях лечебной физкультуры в дошкольных учреждениях. Известно, что такой комплекс движений, позволяет активизировать скоординированную работу двух полушарий головного мозга, развивая моторику, речь, память, внимание и мышление.

Для получения эффективных результатов при использовании кинезиологических упражнений, необходимо учитывать и соблюдать определенные условия:

— упражнения необходимо проводить ежедневно от простого к сложному,желательно занятия проводить утром, ежедневно и без пропусков;

— одно упражнение отрабатывается до полного самостоятельного автоматизма в медленном темпе, от детей требуется точное выполнение движений и приемов;

— упражнения проводятся стоя или сидя за столом;

— упражнения проводятся по специально разработанным комплексам;

— длительность занятий по одному комплексу составляет две недели;

— упражнения важно проводить в доброжелательной обстановке с использованием спокойного музыкального сопровождения.

Эффективность педагогического процесса физического воспитания зависит от раннего начала лечебно-коррекционной деятельности, от правильно организованной работы по физическому воспитанию с применением кинезиологических упражнений, от знания состояния здоровья, физических, психических, личностных особенностей детей с интеллектуальными нарушениями, что в дальнейшем обеспечит гармоничное физическое развитие, улучшение психоэмоционального состояния и социализацию их в обществе[6].

Вывод: В ходе изучения средств и методов развития физических качеств путем анализа литературных источников, мы выделили для себя один из наиболее доступных на наш взгляд предположительно наиболее эффективный метод развития физических качеств. В данном методе можно использовать различные средства лечебной физкультуры с элементами сюжета, игр.

В экспериментальной методике необходимо сделать упор на развитие физических качеств посредством физических упражнений для развития крупной моторики тела и межполушарного взаимодействия в игровой форме для дошкольников с нарушением интеллекта.

Список литературы:

1. Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дошкольная олигофренопедагогика: Учеб. для студ. высш. учеб, заведений. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2005. — 208 с.
2. Коняхина Г.П. Лечебная физкультура для детей с ограниченными возможностями здоровья учебно-методическое Коняхина Г.П., Захарова Н.А. – Челябинск : Издательский центр «Уральская академия», 2019 – 81 с.
3. Лаврова Г. Н. Особенности физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] : методические рекомендации для педагогов ДОУ / Г. Н. Лаврова, Л. П. Кудрявцева, Н. А.Тулупова. – Челябинск : ЧИППКРО, 2019. – 176 с.

4. Неретина, Татьяна Геннадиевна. Специальная педагогика и коррекционная психология [Текст] : учеб.-метод. комплекс / Т. Г. Неретина ; Моск. психолого-соц. ин-т. - 2-е изд. - М. : Флинта. - [Б. м.]: МПСИ, 2010. - 375 с.
5. Петрова, В. Г. Практическая и умственная деятельность детей-олигофренов / В. Г. Петрова. – М.: Просвещение, 2018. – 150 с.
6. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. — М.: ТЦ Сфера, 2003. — 288 с.
7. Токарская Л. В. особенности преподавания физической культуры детям и подросткам с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: [учеб. пособие] / Токарская Л. В., Дубровина Н. А., Бабийчук Н. Н.; М-во образования и науки рос. Федерации, Урал. федер. ун-т. — Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2015. — 190 с.

List of literature:

1. Kataeva A. A., Strebeleva E. A. Preschool oligophrenopedagogy: Textbook for students. higher. studies, institutions. - M.: Humanit. izd. tsentr VLADOS, 2005 — - 208 p.
2. Konyakhina G. P. Therapeutic physical education for children with disabilities educational and methodological Konyakhina G. P., Zakharova N. A.- Chelyabinsk: Publishing Center "Ural Academy", 2019-81 p.
3. Lavrova G. N. Features of physical education of children with disabilities [Electronic resource]: methodological recommendations for teachers of preschool educational institutions / G. N. Lavrova, L. P. Kudryavtseva, N. A. Tulupova. - Chelyabinsk : CHIPPKRO, 2019 – - 176 p.
4. Neretina, Tatiana Gennadievna. Special pedagogy and correctional psychology [Text]: textbook.- method. complex / T. G. Neretina; Moscow. psychological and social sciences. in-T.-2nd ed. - M.: Flint. - [B. m.] : MPSI, 2010. - 375 p .
5. Petrova, V. G. Practical and mental activity of children-oligophrenics / V. G. Petrova. - M.: Prosveshchenie, 2018 – - 150 p.
6. Sirotyuk A. L. Neuropsychological and psychophysiological support of training. - M.: SC Sphere, 2003. - 288 p.

7. Tokarskaya L. V. features of teaching physical culture to children and adolescents with moderate and severe mental retardation: [textbook. manual] / Tokarskaya L. V., Dubrovina N. A., Babiychuk N. N.; M-voobrazovaniyainaukiros. Federation, Ural. feder. univ. - Yekaterinburg: Ural Publishing House. un-ta, 2015 — - 190 p.