*Е.В. Ромашко, г. Ставрополь, ГБОУ ВО СГПИ*

*Научный руководитель: доц. Кульчицкий В.Е.*

Физическое воспитание детей с Задержкой психического развития средствами адаптивной физической культуры

Задержка психического развития (ЗПР) характеризуется замедленным темпом формирования познавательной и эмоциональной сфер с их временной фиксацией на более ранних возрастных этапах, незрелостью мыслительных процессов, недостаточностью целенаправленности интеллектуальной деятельности, ее быстрой истощаемостью, преобладанием игровых интересов, ограниченностью представлений об окружающем мире, чрезвычайно низкими уровнями общей осведомленности, социальной и коммуникативной компетентности [4].

Уже в раннем возрасте отмечаются недоразвитие психомоторных функций, наглядно проявляющееся в недоразвитии мелкой моторики, пространственной организации движений, моторной памяти, координационных способностей; наблюдаются недостатки зрительно-моторной координации, ограниченное понимание обращенной речи, недоразвитие навыков самообслуживания, низкая познавательная активность, высокая отвлекаемость, объем внимания и способность к переключению снижены, повышенная утомляемость, истощаемость [1].

Основная цель в коррекционной работе по физическому воспитанию детей с задержкой психического развития – преодоление недостатков в двигательной сфере, развитие двигательных навыков, общей и мелкой моторики, меж-сенсорной интеграции, чувство ритма, координационных способностей, стимуляция двигательной активности [2].

При организации коррекционной работы с детьми, имеющими различные нарушения развития, огромное значение имеет целенаправленное преодоление недостатков моторики, развитие движений, охрана и укрепление здоровья детей. Конечно же, подходы к организации физического воспитания детей с разными отклонениями в развитии неодинаковы. Они учитывают структуру дефекта, степень выраженности нарушений, состояние здоровья детей и многое другое. Однако всегда физическое воспитание является важной частью общей системы обучения, воспитания и лечения детей с нарушениями развития.

Коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» детей с задержкой психического развития подразумевает:

– создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей, физического развития;

– формирование полноценных двигательных навыков и физических качеств;

– применение здоровьесберегающих технологий и методов позитивного воздействия на психомоторное развитие ребенка;

– организацию специальной (коррекционной) работы на занятиях по физическому воспитанию;

– включение членов семьи воспитанников в процесс физического развития и оздоровления детей;

– обеспечение медицинского контроля и профилактики заболеваемости.

Основные требования к содержанию занятий по физической культуре для детей с задержкой психического развития:

1. Постоянно следить за осанкой детей.

2. Проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» – мышцы напряжены, «сосулька весной» – мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приемы релаксации. Например, упражнение «Снеговик». И. п. – стоя. Детям предлагается представить, что они – только что слепленный снеговик. Тело должно быть сильно напряжено, как замерзший снег. Педагог может попробовать «снеговика» на прочность, слегка подталкивая его с разных сторон. Потом снеговик должен постепенно растаять, превратившись в лужицу. Сначала «тает» голова, затем плечи, руки, спина, ноги [7].

3. Планировать специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности – песку, мату...; захват ступнями, пальцами ног предметов).

4. Развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом, правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах.

5. Использовать музыку с целью формирования координированных движений в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения.

6. Формировать навыки выполнения действий по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств общения.

7. Уделять внимание формированию навыков безопасного

поведения на занятиях.

8. Развитие различных видов двигательной активности предполагает организацию развивающей предметно-пространственной среды с соответствующим оборудованием – как внутри помещений организации, так и на внешней ее территории: групповые участки для удовлетворения естественной потребности детей в движении, для развития ловкости, силы, координации и т. п.

Таким образом, установлено, что для коррекции нарушений техники выполнения основных движений у детей с задержкой психического развития недостаточно использования традиционно применяемых средств воздействия. Это, в свою очередь, вызывает необходимость разработки соответствующего комплекса средств и методики [6].

Основой методики является комплексное использование упражнений для коррекции двигательных нарушений, подводящих упражнений и средств, направленных на развитие мелкой моторики; специально подобранных методов и методических приемов. В основном, с детьми с задержкой психического развития, применяется метод строго регламентированного упражнения. Все физкультурные занятия должны проводиться в сюжетной форме. В начале занятия у детей с задержкой психического развития следует формировать положительный настрой, мотивацию к предстоящей деятельности [3].

Важно учитывать, что у детей с задержкой психического развития выявляются трудности при выполнении движений по словесной инструкции. Исходя из этого следует, что на начальных этапах проведения физкультурных занятий движения будут выполняться детьми по подражанию (по показу), далее по словесной инструкции в сочетании с показом, на последнем этапе - по словесной инструкции. При подборе пособий следует помнить, что посторонние раздражители вызывают у детей с задержкой психического развития замедление выполняемой деятельности и увеличение количества ошибок. Длительное и напряженное выполнение физических упражнений детьми данной категории вызывает состояние дискомфорта, так как продолжительность периода восстановления у них больше по сравнению с практически здоровыми детьми [5].

Исходя из вышеизложенного можно говорить об эффективности разработанных практических рекомендаций по коррекции основных двигательных действий у детей с задержкой психического развития средствами адаптивной физической культуры.

Список литературы

1. Борякова, Н. Ю. Коррекционно-педагогическая работа в детском саду для детей с задержкой психического развития (Организационный аспект) [Электронный ресурс] / Н. Ю. Борякова, М. А. Касицына. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2004. – 66 с. – Режим доступа: http://textarchive.ru/c2108282.html.

2. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР: пособие для практических работников дошк. образ. уч. / под общ. ред. Е. М. Мастюковой. М.: Аркти, 2004. – 191 с.

3. Маркова, Л. С. Построение коррекционной среды для до школьников с ЗПР / Л. С. Маркова. – М., 2005. – 160 с.

4. Лебединская К.С., Марковская И.Ф., Растягайлова Л.И. Клинико-нейропсихологическое исследование задержки психического развития // Проблемы медицинской психологии. - Л., 1976. - С.217-218.

5. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии / под ред. Л.В. Шапковой. СПб.: Детство-Пресс, 2002. - 160 с.

6. Содержание и методики адаптивной физической культуры ихарактеристика ее основных видов / под ред. проф. С.П. Евсеева. — М.: Советский спорт, 2005.

7. Запорожец, A.B. Избранные психологические труды. В 2-х т. Т.2. Развитие произвольных движений / под ред. В.В. Давыдова, В.П. Зинченко. -М.: Педагогика, 1986. -296 с.