

систематическим самостоятельным занятиям, побуждать к желанию посещения спортивных секций, приобщению к здоровому образу жизни как можно большего количества старшеклассников.

Важно уделять достаточно внимания на уроках физической культуры физическому воспитанию, способствовать формированию физической культуры личности через: заботу о собственном здоровье, уровне знаний об организме, а также средствах и способах физического совершенствования.

Литература

1. Солодков А. С. Физиология человека / Солодков А. С. // *Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник для высших учебных заведений физической культуры*, 2016. - С.438-441.

2. Манжелей. И.В. *Возрастные психологические особенности школьников и учет в физкультурном образовании.* / Манжелей. И.В.// *Методические рекомендации к спецкурсу для студентов ФФК*, 1999. – С. 40-42.

3. Чермит К.Д. *Теория и методика физической культуры. Опорные схемы: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100- "Физ. культура"* / Чермит К.Д.// *Советский спорт. Москва: Академия*, 2000. –С.268.

4. Подласый И.П. *Педагогика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений.* Москва: Академия, 2000. –С.268.

5. *Нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) V ступень [Электронный ресурс].* - URL: <https://www.gto.ru/norms> (дата обращения: 26.10.2021).

УДК 796.015.

Ермакова С. М.

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ С ОВЗ СРЕДСТВАМИ НЕСТАНДАРТНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №118, г. Тюмень, Россия, ermakovshome@mail.ru

Аннотация: *Статья посвящена актуальным вопросам укрепления и сохранения здоровья детей с ОВЗ по средствам использования нестандартного оборудования.*

Ключевые слова: *физкультурно-оздоровительная работа, двигательная активность, нестандартное оборудование, цилиндры*

Ermakova S.

DEVELOPMENT OF PHYSICAL ACTIVITY AND COORDINATION OF MOVEMENT OF CHILDREN WITH DISABILITIES USING NON-STANDARD EQUIPMENT

Municipal autonomous preschool educational institution kindergarten No. 118 of the city of Tyumen, Russia, ermakovshome@mail.ru

Abstract: *The article is devoted to topical issues of strengthening and maintaining the health of children with disabilities by means of using non-standard equipment.*

Key words: *Physical culture and health-improving work, physical activity, non-standard equipment, cylinders*

С каждым годом увеличивается количество детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата и это, прежде всего, связано с недостаточной

двигательной активностью («гиподинамией») детей, а так же с каждым годом увеличивается количество детей не только с нарушением речи, но и с неврологическими проблемами. А ситуация, сложившаяся из-за пандемии и карантинных мер, увеличило этот процент. Педагоги и специалисты нашего ДОО одинаково планируют деятельность с детьми, однако именно таким воспитанникам с ОВЗ необходима особая забота и внимание. У таких детей слабо развита мышечная мускулатура, недостаточная координация движений, снижен познавательный интерес.

Опираясь на мнение специалистов в области физического воспитания дошкольников утверждающих, что именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, создаются предпосылки для развития выносливости, скоростно-силовых качеств, координации движения в любом виде двигательной активности происходит совершенствование деятельности основных физиологических систем организма, нами было принято решение: с целью укрепления здоровья детей, формирования у них устойчивой потребности в регулярной физкультурной деятельности, а также в развитии способности ребенка управлять своим телом, контролировать свои действия и при этом не навредить своему здоровью, подобрать средства и методы повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ОВЗ.

Данную проблему можно решить на физкультурных занятиях, а также в играх, эстафетах и самостоятельной двигательной деятельности детей с применением нестандартного оборудования, в нашем случае – это цилиндры.

Использование цилиндров увеличивает кол-во упражнений для разных групп мышц, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с ребятами, имеющими различную патологию.

Целью нашей деятельности было – развитие двигательной активности и координации движения детей с ОВЗ с использованием нестандартного оборудования–цилиндра при сотрудничестве с взрослыми (родители, педагоги).

Правильный подбор и рациональное использование физкультурного инвентаря – цилиндра, поспособствовало: приобретению двигательных умений и навыков детей с ОВЗ, развитию физических качеств, развитию координации при выполнении разных видов движения, оказало положительное влияние на совершенствование функциональных возможностей организма, удовлетворению двигательных потребностей детей с ОВЗ, позволило дифференцировать задания с учетом физических кондиций ребенка, что в конечном итоге повысило интерес детей к занятиям физической культурой; увеличилась моторная плотность физкультурных занятий до 80-90%, дети более успешно освоили основные виды ходьбы, бега, ползания, лазания, упражнений в равновесии, метании и ловли предметов.

Так же хочется, отметить, что использование данного оборудования, по сути, является стимуляцией мозжечковой деятельности, повышают пластичность мозга. Регулируется равновесие, мышечный тонус, координацию всех видов движения, выполняемых организмом. Благодаря этому улучшается

работа нервной системы, в том числе регулируется внимание и наши эмоции через условные сигналы [3].

На первых занятиях мы знакомим детей с нетрадиционным оборудованием – это самодельные балансиры, цилиндры.

Затем прорабатывали легкие формы работы: с детьми проводится беседа «Что я знаю о спортивном балансире, цилиндре?»; теоретическое, практическое изучение использования нетрадиционного оборудования – самодельных балансиров, цилиндров, с родителями и педагогами ДОО.

Заключительными занятиями стали: самостоятельная балансировка на цилиндрах.

Удерживать равновесие и координировать движения на цилиндрах, очень трудная задача для детей с ОВЗ, поэтому все занятия проводились совместно с детьми у которых норма развития (работа велась с группой комбинированной направленности) – это позволило нам мотивировать детей с ОВЗ, а другим детям сформировать такие качества как отзывчивость, взаимопомощь.

На первых занятиях учили детей удерживать равновесие на ровной поверхности, затем ставили детей на балансир, постепенно увеличивая угол раскачивания до максимального, учили детей взаимодействовать с цилиндрами для отработки координации в разных видах движения и для этого использовали игры и упражнения [2].

Проведение совместных игр с использованием цилиндров показывает, что: увеличилась двигательная активность, быстро и качественно формируются двигательные умения и навыки, повышается интерес к занятиям спортом, придает им необходимую эмоциональную окраску.

Использование цилиндров объединяет физкультуру с игрой, что создает условия для наиболее полного самовыражения ребенка в двигательной деятельности.

Использование цилиндров – позволяет удовлетворить потребность детей в движении; создать в детском саду оптимальный двигательный режим, результатом чего будет повышение уровня здоровья детей; воспитанию потребности в ежедневных физических упражнениях будут способствовать оздоровительный бег, физкультурные занятия и гимнастика. Таким образом, наличие в дошкольной образовательной организации рационально подобранного нетрадиционного оборудования дает возможность более успешно решать задачи физического воспитания по формированию жизненно необходимых умений и навыков, развития физических качеств детей, укрепление здоровья и гармоничного развития.

Использование цилиндров в НОД, на прогулках, в совместной и в индивидуальной деятельности.

1. Утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, прогулки, подвижные игры и физические упражнения с цилиндрами выполняют организационно – оздоровительные задачи.

2. Физминутки с цилиндрами снимают утомление у детей и повышают их умственную работоспособность, координационное поведение в окружающей среде.

3. На занятиях дети учатся, приобретают необходимые навыки, умения, знания о том, как пользоваться цилиндрами и самостоятельно придумывать с ними разные действия и движения.

4. Недели здоровья, физкультурный досуг, спортивные праздники с использованием цилиндров – это активный отдых, эмоциональное расслабление и бодрый заряд положительных эмоций.

6. Индивидуальная и дифференцированная работа предназначена для коррекции физического и двигательного развития, а так же для развития координации.

7. Игры с цилиндрами включают различные виды движений (бег, метание, прыжки и пр.) [5].

Главное правило - исключить резкие движения, которые могут вызвать растяжение мышц, перевозбуждение и, как следствие, головокружение.

Спортивно- игровое нетрадиционное оборудование – цилиндры призвано содействовать решению, как специфических задач целенаправленного развития крупной и мелкой моторики детей и их координации при выполнении разных видов движения, так и решению задач их всестороннего развития и формирования личности.

Невозможно представить себе жизнь ребенка в детском саду без веселых, интересных, увлекательных и шумных праздников и соревнований. Одни развивают сообразительность, другие – смекалку, третьи – воображение и творчество, но объединяет их общее – воспитание у ребенка потребности в движениях и эмоциональном восприятии жизни [1].

Правильно двигаясь, соблюдая координацию и равновесие, никого не задевая, ребенок познает окружающий мир, учится любить его и целенаправленно действовать в нем, совершенствуя опыт организации игр, поскольку игра для дошкольника - это не просто воспоминание каких-то действиях, сюжетах, а творческая переработка имевших место впечатлений, комбинирование их и построение новой действительности, отвечающей запросам и впечатлениям ребёнка [4].

В данном вопросе нельзя без взаимодействия с семьей. Одним из приоритетных направлений моей деятельности является развитие новых форм взаимодействия родителей и педагогов в процессе оздоровления и воспитания дошкольников, а именно на данном этапе это создание условия для совершенствования координации движения посредством цилиндров.

Индивидуальная работа с детьми с ОВЗ с привлечением родителей, дает возможность нам более тщательно проанализировать успехи ребенка и скоординировать движения детей.

Таким образом, можно отметить, что использование нетрадиционного оборудования – цилиндров, позволило нам достичь следующих результатов:

1. У детей с ОВЗ, занимающихся с цилиндром к концу года увеличился уровень физического развития, произошла коррекция навыков координации движений.

2. Появилось заинтересованное отношение родителей к совместной активной деятельности с детьми с ОВЗ, с использованием нетрадиционного оборудования.

3. Использование цилиндров позволило нам наряду с развитием координации движения, научить детей с ОВЗ управлять своим телом, овладеть такими важными видами движения как бег, прыжки, ходьба и т.д.

4. Сочетание дифференцированного подхода в обучении основным видам движений с развитием физических качеств и двигательных способностей позволило нам заложить хороший фундамент общей физической подготовленности и достичь гармоничного физического развития на каждом этапе подготовке детей к школе.

Но на этом мы не останавливаемся и продолжаем находить новые приемы использования нетрадиционного оборудования, направленных на развитие координации и двигательной активности у детей дошкольников с ОВЗ.

Литература

1. Хухлаева Д.В. Теория и методика физического воспитания для детей дошкольного возраста. Москва, 1976г.

2. Кочеткова Л.В. Оздоровление детей в условиях детского сада. – Москва, 2007г.

3. Жигалин Г.С. Возрастные особенности координации движений верхних конечностей у детей, автореф. дис. ... канд. мед. наук / Г.С. Жигалин. Москва, 1968г. - 16 с.

4. Козырева Л.А. Развитие двигательных способностей у детей с ОВЗ дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Л.А. Козырев // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-dvigatelnyh-sposobnostey-u-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovyua-doshkolnogo-vozrasta> (Дата обращения: 29.11.2007.11.2021).

5. Козак О.А. Использование тренажеров и нестандартного оборудования в образовательных учреждениях, [Электронный ресурс] / О.А. Козак // URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyuy-obraz-zhizni/2019/12/14/ispolzovanie-trenazhyorov-i-nestandartnogo> (Дата обращения: 29.11.2007.11.2021).