«ОСОБЕННОСТИ СОДЕРЖАНИЯ И МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ

ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ДОШКОЛЬНИКАМИ 5-6 ЛЕТ,

ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ РЕЧИ»

В настоящее время протекает процесс реформирования системы дошкольного образования и воспитания, обусловленный необходимостью совершенствования коррекционно-педагогической помощи детям дошкольного возраста.

В ходе различных исследований было установлено, что в процессе коррекционно - развивающей работы с детьми дошкольного возраста, имеющими различные речевые нарушения, на физкультурных занятиях следует использовать элементы подвижных игр и спортивных упражнений, упражнений с речитативами, данстерапии, ритмопластики, релаксации. Для детей имеющих различные речевые нарушения можно рекомендовать использовать интегрированные физкультурные занятия, то есть такие, на которых решаются задачи физического воспитания и других разделов программы воспитания и обучения в детском саду (математическое развитие, познавательное, развитие речи ...)

***Характеристика некоторых особенностей проведения физкультурно-оздоровительных занятий с детьми, имеющими речевые нарушения.***

***Игровое физкультурное занятие.***

Принимая во внимание, что ведущим видом деятельности дошкольников является ***игра*,** целесообразно для детей с нарушениями речи использовать физкультурные занятия, построенные на подвижных играх. Они подбираются таким образом, чтобы их содержание было знакомо детям и включало в себя те движения, обучение которым проводилось в течение месяца.

Последовательность проведения подвижных игр определяется с учетом их энергетической стоимости. Например, в водной части занятия используется подвижная игра средней интенсивности (увеличение пульса на 20 -25 % от исходной величины) — «Найди и помолчи».

В основной части 3-4 подвижные игры с элементами основных движений. Интенсивность нагрузки должна увеличиваться постепенно; пик нагрузки (учащение пульса на 70 -80 %) приходится на конец основной части: «Прокати мяч в цель», «Кто скорее до флажка?» (ползанье на четвереньках), «Пингвины с мячом» (прыжки с продвижением вперед). «Бег с препятствиями».

Заключительная часть включает подвижную игру малой интенсивности (превышение пульса не более чем на 15 - 20% от исходного) - «Запрещенное движение».

Физкультурно - оздоровительные занятия на основе подвижных игр рекомендуется проводить 1 раз в месяц, на 4-ой неделе с целью анализа результатов коррекционно - развивающей работы, осуществляемой инструктором по физвоспитанию. Такие физкультурные занятия являются контрольно - учетными.

***Физкультурные занятия с речитативом (логоритмика).***

При коррекции дефектов речи у дошкольников необходимо включать в работу максимальное количество анализаторов - слуховой, зрительный, кинестетический, рече - двигательный. Соответствующие условия можно создавать на физкультурных занятиях. В процессе выполнения общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр детям предлагаются задания для закрепления и активизации звуков Ha автоматизацию в слогах, словах, небольших четверостишиях.

Эффективно использовать стихотворение на дифференциацию звуков.

Занятия с элементами логоритмики осуществляется в тесном контакте с логопедом, который консультирует инструктора по физвоспитанию, на какие звуки следует подбирать речевой материал.

Такая форма может быть рекомендована к проведению 1 раз в 2 месяца. Время между занятиями отводится на постановку и отработку звуков у детей в процессе логопедической работы, а также для разучивания речитативов в повседневной жизни.

|  |  |
| --- | --- |
| Основная часть. Комплекс ОРУ: | Речитатив: |
| 1.И.П. - стоя лицом друг к другу, руки соединены. Повороты головы в стороны | Жили дружно, жили тихо  Еж, ежата и ежиха. |
| 2. И.п. — стойка ноги врозь, руки в стороны. Поочередное сгибание рук. сжимая пальцы. | Еж с ежихой для ежат  Припасали все подряд. |
| 3. И.и. - широкая стойка ноги врозь. Наклоны к правой, левой ноге, вперед; руки вперед. | Вот ежиха у дорожки  Видит гриб на толстой ножке.  Гриб большой ежихе нужен;  Ждут ежата гриб на ужин. |
| 4. И.п. —стоя на коленях, руки внизу в замке. Сед справа и слева с выносом рук в противоположи. Сторону. | Пожелал ежихе ежик: -  Не жалей, ежиха, ножек!  И ежиха убежала.  В лапках гриб она держала. |
| 5. И.п. -лежа на спине, руки внизу. Имитация беговых шагов. | Ежик дальше побежал...  В луже желтый лист лежал. |
| 6. И.п - упор присев. Перекаты назад в группировке. | Еж на иглы лист нанижет,  Подбежит к норе поближе.  Там положит для ежат.  Пусть зимой в тепле лежат |

***Данстерапия (танцевальная терапия).***

Данстерапия для дошкольников с нарушениями речи предполагает осуществление спонтанного танцевального действия, что способствует выработке свободы и выразительности движений, развивает общую подвижность и повышает физические и психические возможности организма детей

Однако следует учитывать, что чем меньше двигательный опыт у детей, чем меньшем запасом движений они обладают, тем сложнее им выполнить задание «Двигайся, как ты хочешь», поэтому следует проводить предварительную подготовку, объясняя и показывая детям варианты движений, которые они в дальнейшем могут творчески преобразовывать. Для повышения эффективности работы можно предлагать игровые сюжеты свободного танца, например «Зимушка - зима», «Забавные лягушата» ...

Данную форму физкультурного занятия следует планировать совместно с музработником 1 раз в 2 месяца.

***Ритмопластика.***

Музыка, игра и разнообразие движений создают благоприятные условия для формирования двигательных, психомоторных функций ребенка.

На физкультурных занятиях с элементами ритмопластики проводятся комплексы ОРУ, заранее разученные на музыкальных занятиях, выполняемые поточно в соответствии с темпом и ритмом музыки. Для развития у детей интереса и восприятия упражнения как законченного «художественно - смыслового образа», комплексы могут носить сюжетно - игровой характер: «На птичьем дворе», «Страна веселых человечков».

Учитывая тот факт, что детям дошкольного возраста с речевой патологией сложно воспринимать словесные инструкции педагога, целесообразно выполнять комплексы вместе с детьми, осуществляя четкий показ и контроль за качеством движений

Занятия рекомендуются к проведению 1 раз в 2 месяца.

***Релаксация.***

Упражнения и игровые задания на расслабление предполагают обучение дошкольников следующим приемам: чувствовать разницу между напряжением и расслаблением (без мышц лица), напрягать и расслаблять отдельные группы мышц; вызывать ощущения расслабления, тяжести, тепла (в мышцах рук); ощущения расслабления, тяжести, тепла (в мышцах ног); сочетать упражнения мышечной (тепло, тяжесть в мышцах рук, ног, живота, спины, лица) и психической релаксации (я отдыхаю, спокоен, здоров, уверен в себе...).

Элементы релаксации, активизируя деятельность нервной системы, регулируют настроение и степень психического возбуждения, позволяют расслабить или нейтрализовать вызванное стрессом напряжение. Такое физиологическое действие релаксации на организм обуславливает целесообразность её проведения в заключительной части физкультурного занятия. Рекомендуется использовать комплексы упражнений на расслабление, знакомые детям, т.е. отработанные на коррекционных занятиях.

***Интегрированное физкультурное занятие.***

Такие занятия проводятся по традиционной схеме, но включает в себя задания на закрепление и совершенствование знаний и умений, полученных на занятиях по другим разделам программы (математика, познавательное, развитие речи, изобразительная деятельность). Данная форма проведения занятий эффективна, так как, развивают координационные и скоростно-силовые способности.

В содержание интегрированных физкультурных занятий можно вводить дидактические игры с движением ( «Вызов номеров», «Дни недели» -математика; «Раз, два, три, - к дереву беги!», «Вершки и корешки» - экология; «Собери букет» - рисование, экология и т.п.), игровые задания («Измерь, кто дальше прыгнул», «Собери из лучиков такую же картинку» и др.), имитационные действия («Ходим, как медведи, лисы, волки». «Подул ветер, деревья качаются»), загадки (дети мимикой и жестами показывают отгадки).

Независимо от особенностей проведения физкультурных занятий с дошкольниками, имеющими нарушения речи, они должны включать в себя специальные коррекционные упражнения для развития общей и мелкой моторики, функций равновесия, ориентировки в пространстве, зрительно - моторной координации движений. Целесообразно использование упражнений преимущественно циклического характера. Применяемые нагрузки должны быть направлены на укрепление основных систем организма.

Все физкультурные занятия должны проводиться в сюжетной форме, в начале занятий у детей следует формировать положительный настрой, мотивацию к предстоящей деятельности.

Для стимуляции развития двигательных функций важное значение имеет широкое использование комплексных афферентных стимулов, в частности зрительных (проведение упражнений перед зеркалом), тактильных (поглаживание конечностей, упражнения с сопротивлением, упражнения с открытыми и закрытыми глазами).

Таким образом, физкультурно-оздоровительные занятия для дошкольников, имеющих нарушения речи должны быть разнообразны, носить преимущественно сюжетно - игровой характер, включать упражнения и игровые задания с речитативами, элементами релаксации, а также средства и методы данстерапии, ритмопластики и иметь место, распределяя их в структуре недели, месяца.