

Развитие физической способности у младших школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата

Никитина Мария Валерьевна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Кирьянцева Людмила Павловна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Доцент, доцент по кафедре физического воспитания

Аннотация

В статье рассматривается сущность курса «Развитие физической способности». Даны упражнения для развития крупной и мелкой моторики учащихся с нарушением опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: физическая способность, младший школьник, нарушение, опорно-двигательный аппарат.

The development of physical ability in younger students with disorders of the musculoskeletal system

Nikitina Maria Valerievna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Kiryantseva Lyudmila Pavlovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Associate professor, associate professor in the department of physical education

Abstract

The article discusses the essence of the course "The development of physical ability." Given the exercises for the development of large and small motor skills of students with disorders of the musculoskeletal system.

Keywords: physical ability, younger student, violation, musculoskeletal system.

В стране актуальным вопросом остается всестороннее развитие учащихся с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ). Категории учащихся с ОВЗ включают различные заболевания, подробнее рассмотрим категорию школьников с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее НОДА). НОДА характеризуется наличием двигательного дефекта, его задержкой в формировании или недоразвитием, утратой двигательных функций.

Во многих школах, где обучаются дети с НОДА присутствует курс «Развитие физической способности», этот курс реализуется с целью развития физических способностей, крупной и мелкой моторики. Вайнер Э.Н. и Кастюнин С.А. под физическими способностями понимают совокупность индивидуальных особенностей человека, которые определяют степень успешности проявления двигательных качеств в двигательной деятельности [1]. Как считает Сиротюк А.Л. мелкая моторика – движение мелких мышц пальцев, способность выполнять ими тонкие координированные манипуляции, движения малой амплитуды [2]. Крупная моторика – осуществление движений крупными мышцами тела.

В Областном государственном автономном учреждении «Центр образования «Ступени»» г. Биробиджан обучаются дети с НОДА. С ними проводятся индивидуальные занятия по развитию физической способности, в специально оборудованном помещении. Продолжительность занятия 40 минут. Педагог на занятии успевает рационально распределить время на проведение игр, упражнений и занятий на развитие крупной и мелкой моторики с учетом особенностей ученика.

Заданий, упражнений и игр, направленных на развитие физической способности, довольно много. Также педагог при работе с учеником может самостоятельно придумать что-то новое и интересное для определенного школьника. Главное – учет индивидуальных особенностей, возраста, желание и возможность работать. При работе по развитию мелкой и крупной моторики необходимо придерживаться определенных правил:

1. подбор заданий, упражнений с постепенно растущей сложностью;
2. учет личностных особенностей, возможностей;
3. проведение занятий системное, постоянное;
4. исключить задания, повышающие переутомление школьника;
5. рациональное использование времени;
6. подкрепление интереса ученика к проводимым играм, упражнениям и заданиям;
7. формирование благоприятной мотивации в образовательном процессе.

Так, при выполнении заданий с мелкими предметами, игрушками, пазлами, крупами, пластилином, школьник успешно реализует коррекционную цель задания – развитие мелкой моторики. Например, выполняя задание «Графический диктант» ученик контролирует и осуществляет мелкие движения пальцев рук. Работа с крупой предполагает различные вариации, так, например, можно смещать крупы и предложить школьнику их разделить, либо спрятать в крупе небольшую игрушку и предложить ее найти и описать на ощупь. С наибольшим интересом учащиеся работают с пластилином, пазлами. Из пластилина создаются различные композиции на листе бумаги, объемные фигуры. При работе с пазлами ученик использует множество мелких манипуляций, поиск нужной детали, соединение и повороты деталей.

Упражнения и игры на развитие крупной моторики различны. Успешно реализуется задание «Письмо в воздухе», где ученик рукой в воздухе «прописывает» буквы, цифры, целые слова. Задания с мячом различны и предполагают движения рук, ног, туловища. Примерный список упражнений:

1. Упражнения для рук – поднятие и опускание рук с мячом, подбрасывание мяча вверх, придерживание мяча одной рукой, похлопывание руками по мячу, надавливание на мяч сначала одной, а затем двумя руками, сдавливание мяча двумя руками, прокатывание мяча по горизонтальной поверхности;
2. Упражнения для ног – ходьба с мячом приставными шагами, на носочках, на пятках;
3. Упражнения для туловища – держа мяч в руках осуществляются движения туловищем в левую и правую стороны, наклоны вперед.

Приведенные упражнения по развитию мелкой и крупной моторики при систематическом и целенаправленном использовании окажут коррекционное воздействие, помогут развить точность, координацию и пластичность движений.

Библиографический список

1. Вайнер Э.Н., Кастюнин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура. М.: Флинта, 2012. 144 с.
2. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. М: ТЦ Сфера, 2001. 48 с.