

Физическое воспитание ребенка с комплексными нарушениями дошкольного возраста

Лескова Лариса Константиновна

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Данная статья исследует физическое воспитание и физическое развитие детей с комплексными нарушениями дошкольного возраста. Указаны общие характеристики и особенности данной категории детей. А также приведены примеры комплексного физического развития детей с комплексными нарушениями, и обозначена значимость физического воспитания.

Ключевые слова: физическое воспитание дошкольников с комплексными нарушениями, физическое развитие, дети дошкольники с комплексными нарушениями, задачи физического воспитания.

Physical education of a child with complex disabilities of preschool age

Leskova Larisa Konstantinovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

This article explores the physical education and physical development of children with complex disabilities of preschool age. The general characteristics and features of this category of children are indicated. It also provides examples of the complex physical development of children with complex disabilities, and outlines the importance of physical education

Keywords: physical education of preschool children with complex disabilities, physical development, preschool children with complex disabilities, tasks of physical education.

Двигательная активность играет большую роль в физическом развитии ребёнка с комплексными нарушениями. В настоящее время очень остро стоит вопрос о физическом воспитании дошкольников. Не только нормально развивающихся, но и с комплексными нарушениями.

Ведь от физического воспитания зависит физическое развитие ребёнка, физическое развитие подтягивает за собой развитие интеллектуальное, а также социализирует и адаптирует ребенка.

А.Н. Ивлева в своей статье пишет о значимости систематического использования средств физической культуры, так как использование средств позволяет предупредить возникновение вторичных отклонений в физическом

развитии и способствует интенсивной социальной интеграции детей с ЗПР [1].

Г. А. Бутко, Т. А. Кательсон, С. П. Олту рассматриваются различные модели ранней комплексной помощи детям с отклонениями в развитии в учреждениях здравоохранения и образования, современные подходы к их комплексному сопровождению [2].

Г. А. Бутко, О. В. Суворова, С. Н. Сорокоумова исследовали изучение двигательной сферы дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР). Так же в ней рассматривают вопросы комплексной диагностики физического развития, моторики и психомоторики детей с ЗПР в сравнении с их нормально развивающимися сверстниками [3].

Л. В. Мясников рассказывает об опыте коррекции физического развития младших школьников с комплексными нарушениями (нарушения зрения и интеллекта) средствами коррекционной ритмики. Представлены результаты исследования, выполненного на базе ГБОУ СО «Школа-интернат АОП № 3 г. Саратова», в 2015-2016 г. Прикладной аспект исследуемой проблемы может быть реализован в практике обучения детей с комплексными нарушениями. [4].

Е. А. Еременко рассмотрены и представлены различные средства комплексной программы физической реабилитации, направленные на развитие психических и моторных функций у детей, имеющих нарушения интеллекта [5].

Целью данной статьи является методические рекомендации о развитии детей с комплексными нарушениями, а также сбор информации о детях данной категории.

В наше время увеличилось количество детей с ослабленным иммунитетом, комплексными нарушениями, плохой осанкой, ожирением.

Дети с комплексными нарушениями сильнее многих подвержены всем этим рискам. Ежедневная и трудоёмкая работа над физическим воспитанием ребёнка с комплексными нарушениями помогает бороться с многими осложнениями организма.

На разных этапах дошкольного детства процессы развития роста протекают неодинаково: периоды быстрого темпа сменяются замедленным развитием. Каждый орган, каждая система имеет свои закономерности формирования. Между ними имеется тесная функциональная взаимосвязь.

Формирование структур головного мозга оказывает положительное влияние на развитие высшей нервной деятельности, костно-мышечной, моторной сферы, сердечно-сосудистой, других физиологических систем; совершенствование функций дыхания способствует развитию сердечно-сосудистой системы, и наоборот.

Моторика ребёнка и формирование движений- один из важнейших компонентов его физического развития. Радость ощущений от самостоятельности остаются главными источниками мотивации физической активности детей. Для детей с комплексными нарушениями физическое

развитие — это не только польза организму, но и познание окружающего мира, социализация и конечно адаптация.

Физическое воспитание -это педагогический процесс, направленный на охрану и укрепление здоровья ребёнка, формирование двигательных навыков и физических качеств, а также на освоение культурно-гигиенических навыков и умений. Таким образом, физическое воспитание создает условия для физического развития ребенка [7].

Задачи физического воспитания:

1. Оздоровительные:

– охрана и укрепление здоровья, закаливание, развитие двигательной активности;

2. Воспитательные:

– формирование нравственно-физических навыков;

– формирование потребности в физическом совершенстве;

– воспитание культурно-гигиенических качеств;

3. Образовательные:

– формирование представлений о своем организме, о здоровье;

– формирование навыков выполнения основных движений;

– формирование представлений о режиме, об активности и отдыхе.

Формы организации физического воспитания - это воспитательно-образовательный комплекс разнообразной деятельности ребёнка, основу которой составляет двигательная активность [8].

Использование разнообразных форм двигательной деятельности создает оптимальный двигательный режим, необходимый для полноценного физического развития и укрепления здоровья ребенка.

Специфика работы с детьми с комплексными нарушениями состоит в снижении уровня к возрастным требованиям физических упражнений, уменьшение времени при выполнении задания в отличии от нормально развивающих детей. Каждое занятие подбирается с учетом индивидуальных особенностей ребенка с комплексными нарушениями, включает в себя работу по коррекции функций равновесия, укрепление мышц не только всего тела но свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), формирование правильной осанки, развитие дыхательной структуры и нормализация двигательной активности.

У детей с комплексными нарушениями ослабленный организм, большая подверженность простудным заболеваниям, выраженная ослабленная соматика, общая физическое отставание в весе или росте, нарушение развития в общей мелкой и крупной моторики, нарушение осанки, нарушение координации и нарушение равновесия.

Так же у многих детей с комплексными нарушениями интеллекта возникают сопутствующие движения- синкенезии.

Синкинезией- называют произвольные со дружественные движения. Это врожденное отклонение, которое связано со своеобразным формированием некоторых зон головного мозга. Синкинезия считается признаком недостаточной дифференцированности движений, то есть при

выполнении необходимого движения подключаются ненужные для этого мышцы [9].

У детей данной категории физическое развитие имеет разные нарушения и разный характер нарушений. Выражается в разных сочетаниях. На первый взгляд некоторые дети с комплексными нарушениями выглядят физически здоровы и двигательно сохранены. У таких детей нарушения проявляются при выполнении заданий, в которых требуется целенаправленные двигательные акты.

Большая часть детей с комплексными нарушениями имеют отклонения в физическом развитии. Отклонения таких детей явно выражены. Осанка у таких детей почти всегда нарушена, голова опущена вниз, часто смотрят под ноги и при ходьбе шоркают ногами. Движения ног и рук при ходьбе у некоторых детей с нарушением интеллекта не согласованы между собой, стопы ног развернуты носком внутрь. Некоторые дети вообще не могут вставать на носки, а другие наоборот ходят только на носках. Темп ходьбы не устойчивый, а у кого-то при ходьбе ноги могут быть слегка согнуты в тазобедренном суставе.

При беге у детей с комплексными нарушениями интеллекта также наблюдается мелкий семенящий шаг, полусогнутые ноги опускаются всей стопой на землю или бегают только на носках, движения рук и ног несогласованные, движения неритмичны. При этом у некоторых детей отмечаются боковые раскачивания корпуса. Большинство детей с комплексными нарушениями совсем не могут прыгать - ни на двух, ни на одной ноге. Имеются большие затруднения при ползании, лазании и в метании. Многие дети не могут бросать мяч не только в цель, но и в стоящую непосредственно перед ними корзину, так как любой бросок нарушает равновесие тела [6].

Показатели физического развития детей с комплексными нарушениями имеет большой разброс. Индивидуальны различия очень велики. Физическое развитие каждого ребенка нужно рассматривать индивидуально.

Для примера возьмем ребенка 6 лет с комплексными нарушениями. Ребенок слабовидящий с нарушением интеллекта. По всем показаниям врачей ребёнок физически развит на свой возраст. Но как писалось выше, он не может выполнять физические упражнения имеющие точные указания, так как нарушение интеллекта не дает ему правильно обработать инструкцию. И только наглядный метод, показ взрослого и не однократное повторение инструкции, помогает донести до ребёнка то или иное упражнение. Для таких детей обязательно показаны занятия адаптивной физкультурой 2 раза в неделю, а также занятия по сенсорной интеграции. В сенсорной интеграции задействованы все органы чувств. Это что касается именно обучающей стороны развития.

Повседневно в доступных условиях, родители детей с комплексными нарушениями, могут физически развивать своего ребенка. Почти в каждом дворе имеется детская площадка. На детских площадках всегда есть качели и карусели, которые помогут хорошо развивать ребенку вестибулярный

аппарат, а также ощущения своего тела в пространстве. Чтоб ребёнку раскачаться на качели или раскрутится на карусели, надо задействовать не малые силы.

Подвесные мостики хорошо помогают в балансирование, и сохранение равновесия. Обязательно учить ребёнка залазить и слазить на турники и металлические лестницы. Сейчас в наше время во многих дворах установлены не только детские комплексы, но и спортивные тренажёры. Тренажёр для раскачки ног, помогает развивать тазобедренные суставы, укреплять руки. При занятии на таком тренажере ребенку приходится контролировать не только ноги, но и почти все части тела.

Прогулки тоже несут большую пользу в физическом развитии ребёнка с комплексными нарушениями.

Хожении по бордюру или по тонким мостикам помогают при развитии равновесия, а также концентрации внимания. Больше ходить пешком и учить ребенка бегать. От родителя всегда требуется чёткий контроль и внимание, а также большое терпение и желание научить своего ребенка ориентироваться в пространстве. Чем чаще ребёнок будет подвижен, тем успешнее его физическое развитие. Частые прогулки на свежем воздухе и смена различных детских площадок, помогает ребёнку развить различные физические навыки, и навыки ориентирования.

Обязательно нужно проводить отдых на природе. Выбирать различные тропы. Чтоб ребёнок учился и карабкаться вверх по горке, и спускаться вниз со склона. Выходить к реке кидать камни в воду. Можно регулировать размер камней начала давать маленькие и переходить на более тяжёлым. Так же учить ребенка делать это двумя руками, учить кидать как при подаче сверху, так и снизу, хорошо развивается хват кисти, координацию рук.

Обязательно выезжать на водоёмы для купания и давать ребёнку почувствовать себя в воде. Не держать на берегу, а надеть жилет и поплавать с ребёнком. Чтоб он мог почувствовать свое тело в воде. Плаванье одно из полезных физических упражнений. Только задумайтесь сколько всего надо задействовать чтоб научиться балансировать на поверхности воды, плюс плаванье помогает правильно настроить дыхание ребенка.

Детские площадки, прогулки и отдых на природе, это одни из немногих средств физического развития ребенка которые не требуют затрат.

Теперь можно поговорить о физическое воспитание и физическом развитии дома. Самое важное, это строгое соблюдения режима сна и питания. От этого зависит в каком стоянии и настроении будет ребёнок с комплексными нарушениями.

Ещё одно из важных условий физического воспитания, это соблюдения правил гигиены. Не пропускать не одного из пунктов. Умывание с утра, чистка зубов, гигиена после похода туалета, ежедневное соблюдение правил дает больший процент того, что ребёнок в бытовом плане будет самостоятелен.

Начнет контролировать процессы и соблюдать правила гигиены, что благополучно скажется на здоровье ребёнка.

Умывание прохладной водой. Всегда хорошо проветриваемое помещение. Это поможет укрепить иммунитет. Детей с комплексными нарушениями обязательно надо закаливать, это укрепляет их здоровье

Правильно сбалансированное питание. У многих детей от правильного питания зависит их развитие не только физическое, но и умственно. Правильно питание должно быть полностью сбалансировано, и в одно и тоже время.

В домашних условия, ребёнок с комплексными нарушениями должен не только развиваться интеллектуально, но обязательно и физически. Сейчас в современное время для дома можно приобрести большое количество спорт инвентаря.

В первую очередь, это шведская стенка. Либо есть возможность организовать дома спортивный уголок, изготавливаются целые спортивные комплексы, любые мини тренажеры. Подвесные качели, батут, фитбол, балансиры, сенсорные коврики и мячи.

Про шведскую стенку и качели писалось выше, смысл у них тот же что и у тех которые на улице, просто не у всех есть возможность с ребенком ходить на улице, и это прекрасная альтернатива. Батут очень помогает развитию прыгательной активности, прекрасно развиваются ноги и тело. Ребёнок учится группироваться при прыжке и контролировать свое тело. А так же при прыжках на батуте тренируются мышцы брюшной части тела, укрепляются органы таза.

Фитбол замечательный инструмент для лечебной оздоровительной физкультуры. Ребёнка можно катать на нем, учить балансировать. Есть большое множество различных гимнастик, от занятия с грудничками до детей с разными нарушения здоровья. Сенсорные коврики имеют сильное влияние на нервные окончания, которые находятся на подошве стоп ребенка. Игры с мячами развивают координацию и ловкость.

Опыт воспитания ребёнка с комплексными нарушениями показывает, что при достаточно раннем начале и правильном систематическом проведении физического воспитания с включением системы коррекционно-восстановительных мероприятий можно добиться существенного продвижения. К старшему дошкольному возрасту у детей, не имеющих дополнительных двигательных нарушений (остаточные явления ДЦП, миопии и др.), можно сформировать основные движения, в значительной мере выправить осанку, походку, сформировать координацию движений, научить ориентироваться в знакомом пространстве, укрепить их соматически и приблизить их физическое развитие к средней возрастной норме.

Таким образом, можно сделать вывод, что физическое воспитание очень важно в дошкольном возрасте. Благодаря физической активности ребенок с комплексными нарушениями нормально развивается, приобретает двигательные умения и навыки, самоорганизацию, взаимопомощь и многое другое.

Библиографический список

1. Ивлева А. Н. Роль и содержание системы физического воспитания детей дошкольного возраста с задержкой психического // Современное дошкольное образование. 2020. №3 (99). С. 60-69.
2. Бутко Г. А., Кательсон Т. А., Олту С. П. Развитие системы ранней комплексной помощи детям ограниченными возможностями здоровья в учреждениях образования и здравоохранения // Вестник Мининского университета. 2019. №4 (29). С. 5.
3. Бутко Г.А., Суворова О. В., Сорокоумова С. Н Изучение двигательной сферы дошкольников с задержкой психического развития // Вестник Мининского университета. 2019. №3 (28). С. 6.
4. Мясникова Л. В. Коррекция физического развития детей, имеющих комплексные нарушения, средствами музыкально двигательной терапии // Конфликты в современном мире: Международное, государственное и межличностное измерение. М.: Издательство "Перо", 2016. С. 762-765.
5. Еременко Е. А. Развитие психических и моторных функций у детей с нарушением интеллекта по средствам комплексной программы физической реабилитации // Тезисы докладов XLVII научной конференции студентов и молодых ученых вузов южного федерального округа. Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, 2020. С. 57.
6. Жигорева М.В., Левченко И.Ю. Дети с комплексными нарушениями развития: Диагностика и сопровождение. М.: Национальный книжный центр, 2016. - 208 с.
7. Калюжный Е.А., Маслова В.Ю., Михайлова С.В., Напреев С.Г., Ниретин Н.И., Пищаева М.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. Арзамас: АГПИ, 2009. 284 с.
8. Пащенко Л.Г. Организация физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие. Нижневартовск. Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2014. 115 с.
9. Синкenezия у детей // Детский центр нейропсихологической коррекции "Выше радуги" URL: <https://vyshe-radugi.ru/index.php/nejrokopilochka/141-zadanie-bukvy-spryatalis-vozzrast-6> (дата обращения: 18.06.2024).