

Пареева Елена Юрьевна

инструктор по физической культуре

Кондрашева Нелли Александровна

воспитатель

Боровенская Ирина Юрьевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №67 «Аистёнок»

г. Старый Оскол, Белгородская область

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Аннотация: число детей с нарушениями зрения достаточно велико. Полная или частичная утрата зрения лишает их традиционных форм познания действительности. В статье рассматривается проблема нарушения развития физических качеств у детей с депривацией зрения.

Ключевые слова: депривация зрения, подвижная игра, физические качества.

Среди самых распространенных нарушения зрения у детей выделяют: близорукость, дальнозоркость, астигматизм, косоглазие, амблиопию, альбинизм, нистагм, микрофтальм и другие. Нарушения и аномалии развития зрительной системы отрицательно сказываются на формировании физических качеств – силы, быстроты, выносливости, ловкости, координации, равновесия; наблюдаются нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие. У многих детей страдает пространственно-ориентировочная деятельность, макро- и микроориентировка в пространстве, заметно снижается двигательная активность. Дети отстают в физическом развитии на всех возрастных этапах. Отсутствие или снижение зрения замедляет естественный ход физического развития.

Замедление процессов развития физических качеств в следствие нарушения зрения приводит к следующим последствиям:

– нарушение двигательной сферы, трудности зрительно-двигательной ориентации, приводящей к гиподинамии, а затем к снижению функциональных возможностей организма;

– нарушение эмоционально-волевой сферы, проявляющееся в неуверенности, скованности, снижении познавательного интереса, проявлении беспомощности в различных видах деятельности, социальных коммуникациях, снижении желаний у ребенка к самопроявлению и возникновение большей зависимости ребенка от помощи и руководства взрослых.

Особенностями физического развития детей с нарушениями зрения являются:

- меньшая подвижность;
- нечеткость координации движений;
- снижение темпа выполнения движений;
- уменьшение ловкости;
- нарушение ритмичности;
- появление неточности движений;
- трудности при ориентировке в пространстве;
- трудности при выполнении движений на равновесие.

Таким образом, слабовидящие дети составляют очень сложную и разнообразную группу, где можно различить детей по степени снижения зрительных функций и зрительным возможностям зрительной патологии, включая течение и степень прогрессирования заболевания, по общему состоянию здоровья, выраженности вторичных отклонений. Важной особенностью этих детей, имеющих нарушения зрения является заметное отставание развития основных физических качеств по сравнению с нормально видящими сверстниками.

Данные физические и психологические отклонения требуют корректировки. С этой целью оптимальным считается использование подвижных игр в работе с данной категорией детей, так как известно, что подвижная игра занимает одно из главных мест в жизни дошкольников и обладает большими возможностями не

только в развитии ребенка, но и выступает средством формирования интереса к занятиям физической культурой [1, с. 224; 22, с. 116].

Подвижная игра является важным средством физического воспитания и одновременно оказывает оздоровительное воздействие на организм детей. Она является и незаменимым средством пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств, в подвижных играх развиваются физические и коммуникативные способности детей, что способствует социализации дошкольников. Поэтому в свою работу инструктор по физической культуре должен включать разнообразные подвижные игры. Поведение ребёнка в подвижной игре существенно меняется: оно становится произвольным, осуществляющимся в соответствии с образцами поведения других людей – детей и взрослых или с установленными и контролируемые правилами [3, с. 28].

Глубочайший смысл подвижных игр заключается в том, что они, функционально нагружая весь организм, все его ткани, органы и системы, структурно их создают, формируют и совершенствуют.

В подвижных играх используются знакомые и доступные виды естественных движений: ходьба, бег, лазанье, перелезание, прыжки, упражнения с мячом, в них несложной техники и тактики, а правила всегда можно изменить соответственно физическим и интеллектуальным возможностям ребенка. Желание играть – главный стимул для ребенка с нарушениями зрения, который побуждает его к игровой деятельности. Замечено, что во время игры дети с удовольствием и интересом выполняют то, что вне игры кажется неинтересным и сложным, поэтому в игре легче преодолеть психические и эмоциональные проблемы.

При подборе и организации подвижных игр для данной категории детей необходимо учитывать, возраст, состояние здоровья, настроение, степень дисфункции. При разучивании подвижных игр необходимо четко объяснять и добиваться соблюдения всеми игроками правил игры.

Технология постановки подвижных игр представляет собой: подготовку к проведению игры, подготовку площадки для игры, подготовку инвентаря для

подвижных игр, предварительный анализ игры, руководство игрой, размещение играющих и место руководителя при объяснении игры, объяснение игры, выделение водящих, распределение команды, выбор капитанов команд, выделение помощников, наблюдение за процессом игры и поведением играющих, судейство, дозировка нагрузки в процессе игры, окончание игры, подведение итогов игры.

Для ребенка с нарушением в развитии крайне важно, из каких двигательных действий состоит игра, с какой интенсивностью (напряженностью) она проводится, как отвечает на полученную нагрузку детский организм. Так, например, слабовидящим детям противопоказаны резкие, сотрясающие тело прыжки, силовые упражнения, заставляющие натуживаться, висы вниз головой, кувырки, так как подобные упражнения могут ослабить остаточное зрение. Поэтому при подборе игр необходимо учитывать характер и глубину дефекта, реальные двигательные возможности ребенка и его индивидуальную реакцию на физическую нагрузку.

Игра должна соответствовать возрасту детей, их физическому развитию и тем навыкам, которыми они владеют. Выбирая инвентарь для детей с ослабленным зрением, руководитель игры должен стремиться к тому, чтобы он был ярким и красочным, учитывать контрастность предметов, использовать цвета (зеленый, красный, оранжевый, желтый), наиболее благоприятно действующие на зрительное восприятие [4, с. 28].

Ребенок с нарушением зрения ощущает всю игру в большей степени посредством слухового анализатора, у него может возникнуть перенапряжение органов слуха, нервной системы, переутомление, поэтому следует регулировать физическую нагрузку при играх. При совместном проведении подвижных игр детей с нарушенным зрением и нормально видящих детей необходимо внести в правила игры небольшие изменения, адаптировать ее для конкретной группы. Например, при игре парами их можно составлять так: зрячий и слабовидящий; воспитатель и незрячий ребенок, слабовидящий и незрячий ребенок и т. д. Вместо простого мяча использовать озвученный мяч. В ряде игр можно ограничивать поле

деятельности зрячих игроков, предварительно объявляя об этом всем играющим. Игроков с нарушенным зрением равномерно распределить по командам, уравновесив шансы команд. Важно, чтобы нормально видящие дети не применяли обманных действий. Это обижает слабовидящих детей и вызывает недоверие к окружающим, что может привести к негативным последствиям. Перед игрой с бегом желательно, чтобы дети с нарушенным зрением показывали рукой направление, куда они побегут во время игры (эстафеты). Руководитель должен находиться там, куда направляются играющие, являясь ориентиром для них.

Таким образом, при организации подвижных игр с детьми, имеющими нарушения зрения, важно обеспечить безопасность и страховку. Оборудование необходимо подбирать в соответствии с возрастом детей, использовать яркие цвета. Руководитель должен присутствовать во время игры и быть направляющим для слабовидящих детей. Использование подвижных игр в работе с детьми с нарушениями зрения способствует развитию их физических особенностей, способности ориентироваться в пространстве, коммуникативных навыков.

Список литературы

1. Галанов А.С. Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников / А.С. Галанов. – СПб.: Речь, 2012. – 16–20 с.
2. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии: Метод. пособие /под ред. Л.В. Шапковой. – СПб., 2012.
3. Страковская В.Л. Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей / В.Л. Страковская. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 2012.
4. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л.С. Выготский, – М.: Просвещение, 2012. – 162 с.
5. Значение подвижных игр в развитии физических качеств у детей младшего школьного возраста с нарушениями зрения [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://lektsia.com/4xb003.html>