

Громыко Татьяна Сергеевна

воспитатель

Звягина Светлана Александровна

воспитатель

Панова Юлия Анатольевна

воспитатель

Филинцева Зинаида Алексеевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №124»

г. Череповец, Вологодская область

**УПРАЖНЕНИЯ И ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИИ,
ИХ ЗНАЧЕНИЕ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ
С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ**

***Аннотация:** одной из наиболее актуальных проблем физического воспитания дошкольников является влияние координационных функций на деятельность и досуг ребенка. В этой статье мы дадим точные характеристики для выявления отклонений у детей, страдающих проблемами с балансом и координацией, так же проблемы моторики у детей с ТНР. Так же будут представлены некоторые советы, способные помочь и улучшить ситуацию ребенка.*

***Ключевые слова:** координация, баланс, диагностика, мероприятия для развития баланса, терапевтическое вмешательство.*

Тяжелые нарушения речи характеризуются различными отклонениями ее развития стойкого характера. В последнее время процент детей с подобными патологиями растет, составляя 10% от общего числа дисфункций артикуляционного аппарата. Расстройство требует комплексного подхода для его устранения. На фоне отсутствия проблем со слухом пациенты могут заикаться, с трудом читать и писать, их словарный запас скудный. Общее недоразвитие речи (ОНР) проявляется специфическими отклонениями стойкого характера. Степень дефекта у детей с тяжелыми нарушениями речи определяется их окружением: чем больше с ними

проводят времени и общаются, тем менее он выражен. Такой ребенок не понимает, как склонять слова во фразах, составлять предложения. Ему сложнее в сравнении с обычными детьми дается письмо и грамматика. На фоне снижения успеваемости у него возникают проблемы с адаптацией в социуме. Если нарушение речи тяжелое, это отражается на состоянии детской психики. Помимо психики речевой аппарат тесно связан с координационными функциями мозга, если продумать систему работы с такими детьми в этом направлении, то можно заметить улучшения во всех областях (речевой аппарат и координации) [3].

Почему важны баланс и координация?

Соответствующее возрасту равновесие и координация позволяют ребенку участвовать в занятиях спортом с разумной степенью успеха, поскольку это помогает движению текучего тела для выполнения физических навыков (например, ходьба на бревне или игра в футбол). Участие в спорте помогает поддерживать саморегуляцию для выполнения повседневных задач, а также развивать социальную сеть и достигать чувства принадлежности к сообществу или социальной среде, что является наиболее значимым фактором для детей с ТНР, ведь их будущие успехи в развитии речевого аппарата напрямую зависят от социализации и количества общения с социумом. Спорт и игры также помогают детям развивать и поддерживать соответствующее контролируемое движение тела во время выполнения задания, которое, когда это эффективно, ограничивает необходимую энергию, тем самым сводя к минимуму усталость.

При хорошем балансе и координации существует меньшая вероятность травм, поскольку ребенок, вероятно, будет иметь соответствующий уровень реакции, когда это необходимо (например, вытягивая руки, чтобы защитить себя, когда они падают с велосипеда). Спортивные игры и занятия для дошкольников способствуют последующему успеху в заданиях, требующих развитой мелкой моторики, а также общему развитию.

Что необходимо для развития баланса и координации?

1. *Внимание и концентрация*: способность поддерживать внимание к определенной задаче в течение длительного периода времени является очень важным аспектом.

2. *Осознание тела*: знание частей тела и понимание движения тела в пространстве по отношению к другим конечностям и объектам для ведения переговоров об окружающей среде или навыках игры в мяч и велосипед.

3. *Двусторонняя интеграция*: использование двух рук вместе с одной ведущей руки: например, удержание теннисной ракетки не доминантной рукой с помощью доминантной руки (то есть если ребенок правша, то теннисную ракетку нужно удержать левой рукой и наоборот).

4. *Пересечение средней линии*: способность пересекать воображаемую линию, идущую от носа ребенка к тазу, которая разделяет тело на левую и правую стороны, что также влияет на доминирование руки.

5. *Зрительно-моторная координация рук*: способность обрабатывать информацию, полученную от глаз, контролировать и направлять движения рук при выполнении заданной задачи (например, почерк или ловля мяча).

6. *Доминирование рук*: последовательное использование одной (обычно одной и той же) руки для выполнения задания, которое необходимо для развития уточненных навыков.

7. *Мышечная сила*: способность мышц оказывать силу против сопротивления.

8. *Мышечная выносливость*: способность отдельной мышцы или группы мышц многократно применять силу против сопротивления, чтобы обеспечить устойчивое выполнение физических задач.

9. *Саморегуляция*: способность получать, поддерживать и изменять уровень бдительности, в зависимости от соответствующей задачи или ситуации, которая затем позволяет лучше сосредоточиться на конкретной, определенной задаче.

10. *Постуральный контроль*: способность стабилизировать туловище и шею, чтобы обеспечить координацию конечностей для контролируемого выполнения задачи.

11. *Осознание тела (проприоцепция)*: информация, которую мозг получает от мышц и суставов, чтобы заставить нас осознавать положение тела и движения тела, что в свою очередь позволяет навыкам стать «автоматическими» (рефлексы).

12. *Сенсорная обработка*: точная обработка сенсорной стимуляции в окружающей среде, а также в нашем собственном теле для быстрого и физически целесообразного ответа на движение.

13. *Изолированное движение*: возможность двигать рукой или ногой, сохраняя при этом остальную часть тела неподвижной, все еще необходимую для точенных движений (например, бросание мяча друг другу или плавание вольным стилем) [1].

Для родителей любого ребенка дошкольного возраста, особенно для родителей ребенка с ТНР очень остро стоит вопрос:

Как я могу понять, есть ли у моего ребенка проблемы с балансом и координацией?

Если у ребенка есть трудности с балансом и координацией, то можно будет заметить эти аспекты:

- легко падает, часто спотыкается или не может быстро «восстановиться» от потери равновесия;
- избегает физической активности (например, развлечения на игровой площадке, участие в спортивных мероприятиях);
- достаточно поздно достигли нужных этапов развития (например, поздно начали ползать и ходить);
- требуется больше времени, чем их сверстникам, чтобы овладеть физическими навыками (например, езда на велосипеде, плавание или лазание по деревьям);

- проигрывают своим сверстникам в соревнованиях (например, командные виды спорта);
- толкает сильнее, двигается быстрее или же медленнее чем нужно (не может рассчитать количество прилагаемых усилий);
- вторгается в личное пространство других больше, чем он намеревается;
- боится новых физических игр (например, качелей) или высоты, которая не пугает сверстников;
- есть трудности с одеванием стоя (например, ему нужно сесть, чтобы надеть брюки, так как они теряют равновесие, стоя на одной ноге);
- есть проблемы навигации в некоторых средах (например, шаги, бордюры, неровный грунт);
- утомляется быстрее, чем его сверстники, или нужно регулярно проводить короткие периоды отдыха во время физических нагрузок [2].

Проведя не сложную диагностику и поняв, что проблема существует, возникает вопрос:

Какие мероприятия могут помочь улучшить баланс и координацию?

1. *Неустойчивые поверхности:* Хождение по неустойчивым поверхностям (например, бордюр, дома это могут быть подушки или одеяла на полу), которые заставляют мозг работать активнее и пытаться поддерживать вертикальное положение как можно дольше.

2. *Неустойчивые качели и движущиеся игры:* очень эффективными являются подвесные лестницы для лазания и скалолазные центры для малышей. Так же качели, которые движутся неожиданным образом эффективны так как, это заставляет мышцы туловища работать сильнее и быстрее [4].

3. *Ходьба на тачке:* (ребенок «ходит» на руках, в то время как взрослый держит его ноги над полом).

4. *Плавание:* включает в себя то, что тело должно работать против сопротивления воды, обеспечивая тем самым лучшее понимание того, где оно находится в пространстве.

5. *Классики*: требуют, чтобы ребенок часто и быстро переключал модели движения.

6. *Велосипед и самокат*: оба вида деятельности требуют от ребенка постоянно делать поструральные корректировки для поддержания баланса [5].

Так же для педагога очень важно донести:

Почему так важно найти терапию, если будут выявлены трудности с координацией у ребенка дошкольного возраста.

Терапевтическое вмешательство, чтобы помочь ребенку с трудностями баланса и координации будет способствовать:

– повышению уверенности ребенка в общей двигательной активности (например, игра на детской площадке, бег, прыжки);

– повышению его самооценки (поэтому он не подвергнется остракизму или не станет последним выбранным в спортивную команду из-за своих физических проблем);

– способствует повышению спортивных способностей и уверенности в том, что занятия спортом приносят пользу как его телу, так и социализации. Участие в спорте позволяет ребенку обогатить свою жизнь позитивным взаимодействием с другими людьми и развить крепкую дружбу с помощью возможностей ЗОЖ;

– наличие надлежащего баланса и координации позволит ребенку участвовать в спортивных соревнованиях и играх, и мы знаем, что активные дети с большей вероятностью будут активными взрослыми, что приведет к более здоровой и более длительной успешной жизни;

– физкультура является частью школьной программы, которая включает в себя легкую атлетику и плавание, так же соревнования по всем видам спорта и часто участие является обязательным. Без надлежащего баланса и координации ребенку будет трудно соблюдать школьные правила для участия;

– наличие равновесия и координации для успешного выполнения грубых двигательных навыков снижает вероятность травм и, таким образом, увеличи-

вае продолжительность способности ребенка участвовать в спортивных занятиях, и не нарушит его активную повседневную жизнь (например, прогулки во дворе и игровых площадках) [5].

Список литературы

1. Лях В.И. «Развитие координационных способностей у дошкольников» / Лях В.И. – М.: Спорт, 2016.
2. Китик Е.Е. Дети с тяжелыми нарушениями речи: учебное пособие ФГОС ОВЗ / Е.Е. Китик, Л.Е. Томме. – М.: Просвещение, 2020.
3. Тяжелые нарушения речи (ТНР) в логопедии: виды, симптомы коррекция [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://logopediacentr.ru/narusheniya-rechi/tnr/>