

*Двигательное развитие детей с нарушением интеллекта с использованием дистанционных технологий.*

*Хомова С.Н.*

Физическая культура и спорт играют большую роль в двигательном развитии детей с интеллектуальными нарушениями, способствуя их физической реабилитации. На физическое развитие, двигательные способности, оказывает влияние тяжесть интеллектуального развития, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и эмоционально-волевой сферы детей.

Дети кто в силу разных причин не может воспользоваться традиционными формами обучения и находясь на домашнем обучении, ведут малоподвижный образ жизни.

У меня много детей с нарушением интеллекта и их двигательное развитие проявляется в замедленном темпе развития локомоторных функций, непродуктивности движений, двигательном беспокойстве и суетливости. Движения бедны, угловаты, недостаточно плавны. Плохо сформированы тонкие и точные движения рук, жесты, мимика. Часто бывает, что на самых первых занятиях дети не могут выполнить обычную ходьбу на месте. Затрудняются скоординировать движение рук и ног.

Дистанционные технологии помогают вовлечь ребенка в разные формы активности, в том числе регулярные занятия физической культурой. Цель организации моих занятий физической культурой - укрепление психофизического здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, формирование потребности детей с нарушением интеллекта в физическом самосовершенствовании, воспитании патриотизма, потребности вести здоровый, спортивный образ жизни.

К нарушениям в развитии двигательных способностей относятся нарушение координационных способностей и отставание в развитии физических качеств.

Использую на своих занятиях комплексы упражнений с мячом, силовые упражнения (поднимание туловища из положения лежа) , ходьбу (темп

различный), бег на месте, прыжки. Все это благотворно влияет на точность движений в пространстве, координацию движений, ритм движений, пространственную ориентировку, равновесие. Для того что бы повысить мотивацию к двигательному процессу часто использую игровую форму. Которая дает возможность быстрее установить контакт с ребенком и помогает ему преодолеть страх, неуверенность в выполнении упражнений. Чтобы переключить ребенка с одной деятельности на другую или отвлечь его от каких либо обстоятельств (усталости, капризов) предлагаю поиграть в подвижные игры с элементами имитации "Снежки" , "Дагонялки", "Прятки" Систематически занимаясь с детьми с нарушениями интеллекта вижу , что значительно увеличивается двигательная активность ребенка, согласованность координации и точности движений, укрепляется мышечный тонус. Упражнения благоприятно влияют на организм, помогая ребенку совершенствовать свое тело. У детей с интеллектуальными нарушениями развивается ценное отношение к своему организму и организации двигательного режима. Ребенок приобщается к систематическим, регулярным занятиям лечебной физкультурой. (Пример МАШИ)

Организация моих занятий физической культурой направлена не только на развитие двигательных качеств , но и на расширение кругозора обучающихся , развитие познавательной деятельности, формирование положительных личностных качеств: смелости, собранности, упорства, настойчивости. Стараюсь знакомить с изучением организма человека, дать представление о здоровом образе жизни, зпознакомить со способами профилактики простудных заболеваний и т.д. Просматривая и обсуждая презентации о спорте в России, спортсменах (олимпийцах и параолимпийцах) у обучающихся формируются гордость, патриотизм, любовь к Родине.

Формирую индивидуальный учебный план, подбирается индивидуальный комплекс упражнений, разрабатываются рекомендации. Для коррекции сочетанных нарушений у детей с нарушением интеллекта используется многообразие физических упражнений. У многих детей есть проблемы не

только с нарушением интеллекта , но еще и со зрением, осанкой, поэтому используются кратковременные перерывы на занятиях (1-3 мин.), физкультминутки. Также в работе используются изображения разного рода траекторий, по которым дети “бегают” глазами; игру “Весёлые человечки”, “Бабочка”. Используются упражнения для тренировки мышц век, улучшения кровообращения и расслабления глаз, снятия утомления глаз. Теоретический материал преподносится в форме бесед, презентаций, видеофильмов.