

«Нейротренажеры как средство физического развития детей с особыми образовательными потребностями»

МАДОУ детский сад №1 г. Нытва
Учитель – дефектолог :
Любовь Владимировна Нефедова



- Дети с ограниченными возможностями здоровья быстро утомляются, устают, раздражаются, часто наблюдается общая моторная неловкость. Недостаточная координация движений отмечается во всех видах моторики. Основные двигательные умения и навыки сформированы недостаточно, движения ритмично не организованы, повышена двигательная истощаемость, снижена двигательная память и внимание.



Координационная лестница – спортивный инвентарь для физического воспитания, при использовании лестницы у детей наблюдается: улучшение координационных способностей и общего функционального состояния организма; развивается скорость, сила и прыгучесть, вестибулярный аппарат, ориентирование в пространстве; формируется правильная осанка; ребенок осознает природу ходьбы, прыжков и бега; развиваются навыки преодоления препятствий и способов сохранения равновесия; формируется привычка вести здоровый образ жизни и заниматься физической культурой и спортом; укрепляется дыхательная, сердечно-сосудистая система и опорно-двигательный аппарат





Цель

- Развитие у детей старшего и подготовительного дошкольного возраста **координационных способностей**, скоростно-силовых навыков, прыгучести, ориентировки в пространстве.



Задачи

▣ **Оздоровительные:**

- ▣ 1. Способствовать укреплению связочно-суставного аппарата, развитию всех групп мышц.
- ▣ 2. Содействие повышению функциональных возможностей вегетативных органов.
- ▣ 3. Развитие двигательных качеств (быстроты, силы, координационных способностей -ловкости.).

▣ **Образовательные:**

- ▣ 1. Познакомить детей со «с координационной лестницей» как способом активного отдыха.
- ▣ 2. Научить детей выполнять упражнения, играть в подвижные игры с использованием «скоростной лестницы»
- ▣ 3. Формирование основных жизненно важных двигательных умений и навыков с использованием «скоростной лестницы».
- ▣ 4. Развивать у детей чувство ритма.

▣ **Воспитательные:**

- ▣ 1. Содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.
- ▣ 2. Воспитывать интерес и потребность к систематическим занятиям физической культурой с использованием «скоростной лестницы».



Этапы обучения

обучение

закрепление

совершенствов
ание



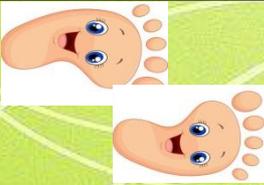


Техника безопасности при выполнении упражнений на координационной лестнице

- правильная постановка ног;
- выполнение упражнений в спортивной обуви помогает предотвратить травмы и повреждения ступней и голеностопных суставов;
- не наступать на планки лестницы;
- начинать выполнять упражнение, когда первые три клетки будут свободны.
- при выполнении упражнения дистанция 1-3 клетки (зависит от упражнения).
- начинать выполнять упражнение с прыжками через клетки после выполнения впереди стоящего ребенка двух прыжков.
- начинать медленно, постепенно увеличивая скорость выполнения движений.
- обязательна разминка перед выполнением упражнений;
- лестницы для выполнения упражнений следует размещать так, чтобы обеспечить достаточно свободного пространства с обоих концов лестниц и по обе стороны от них;
- избегать утомления, которое приводит к ухудшению техники выполнения движений и замедлению работы ног;



Условные обозначения

	Направление движения	ходьба 
Л 	Левая нога	
П 	Правая нога	Скоростная лестница
	Ноги вместе	Высоко поднимая колени
	Приставной шаг	
	Прыжки	
	Бег	



Детям с ОВЗ просто необходимы подвижные игры, которые развивают координацию движения и вестибулярный аппарат. Подвижная игра «Шагаем по дорожке». Движения выполняются согласно тексту. Можно выполнять в разном темпе, выполнять с разных исходных положений (правым и левым боком, в прыжке). Мы шагаем по дорожке, Укрепляем наши ножки! Слушаем внимательно, Делаем старательно! Как услышишь слово нос, стой на месте ты всерьёз. Ногу дружно подними, нос и ухо покажи! Как услышишь слово кот, развернись наоборот, Шагай дружно, не зевай, слова игры запоминай.



Упражнения с мячом на координационной лестнице.
Подбрасывание мяча вверх, броски мяча на каждый шаг с правой и левой стороны, броски мяча перед собой в каждую ячейку.



Детям необходима поддержка инициативы и самостоятельности в различных видах деятельности, в том числе и двигательной. Если координационная лестница находится в спортивном центре группы, то каждый ребенка имеет возможность выбрать упражнение (по схеме), придумать свое, найти партнера для игры, научить другого тому, что умеет сам. Комплекс игровых упражнений положительно влияет на формирование двигательных умений и навыков, способствует повышению уровня развития физических качеств: быстроты и координации движений у детей.

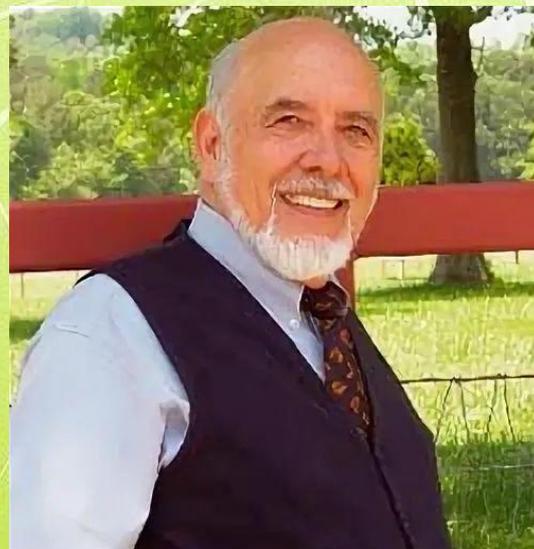


Альтернатива



Балансировочная доска Бильгоу

Педагог из Америки Фрэнк Бильгоу, работая с плохо читающими детьми, заметил взаимосвязь между их двигательной активностью и улучшениями в навыках чтения. Он создал балансировочную доску, которая позже получила название доска Бильгоу. Часто упражнения на балансирах называют мозжечковой стимуляцией.



Доска представляет собой плоскую доску с округлыми ножками. При попытке удержать равновесие на балансире происходит тренировка проприоцепции, то есть способности осознавать положение тела в пространстве, что является ключевым в стимуляции межполушарного взаимодействия и в работе мозжечка у детей и взрослых. Помогая ребенку сконцентрировать внимание на себе и своих действиях, мы напрямую влияем на процессы речи и мышления.



В чем же польза балансира ?

Выполнение различных упражнений на балансировочной доске позволяет улучшить синхронизацию полушарий головного мозга и как следствие вестибулярной, зрительной, тактильной и кинестетической систем. В результате улучшается активность мозговых функций, связанных с процессом обучения.



Комплекс упражнений с телескопической стойкой с мишенями

Программа мозжечкового стимулирования улучшает:

1. уровень концентрации внимания;
2. все виды памяти;
3. развитие речи — как устной, так и письменной, а также навыки чтения;
4. математические и логические способности;
5. анализ и синтез информации;
6. способность к планированию;
7. работу эмоционально-волевой сферы

Комплекс упражнений на освоение балансира

Комплекс упражнений с мешочками с крупой

Комплекс упражнений с мячом-маятником

Комплекс упражнений с цветной рейкой

Комплекс упражнений с набором мячиков

Комплекс упражнений с мишенью обратной связи

Комплекс упражнений с телескопической стойкой с мишенями

Программа мозжечкового стимулирования улучшает:

- 1. уровень концентрации внимания;
- 2. все виды памяти;
- 3. развитие речи — как устной, так и письменной, а также навыки чтения;
- 4. математические и логические способности;
- 5. анализ и синтез информации;
- 6. способность к планированию;
- 7. работу эмоционально-волевой сферы



Упражнения

- Сидеть на балансирах сложив ноги «колачиком»;
- Стоя на балансирах выполнять руками упражнения на переключение вестибулярного аппарата.
- Стоя, ловить мешочки: одноименной рукой,
- Стоя, ловить мешочки: разноименными руками,
- Стоя, ловить мешочки: в зеркальном отражении,
- Перекидывать из руки в руку.
- Ребенок ударами мяча об пол, доску, стену, называет слово, делит его на слоги, ловит мяч двумя (одной) руками. Ребенок ударяет мяч об пол одной рукой, ловит другой, при этом называет слова или слоги на автоматизируемый звук.

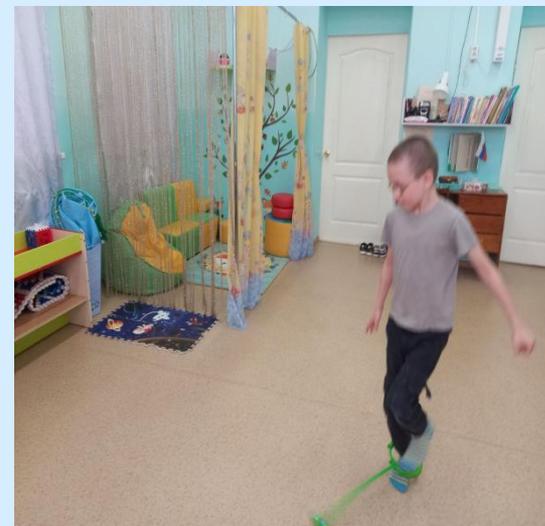


- Ребенок ударами мяча об пол, доску, стену, называет слово, делит его на слоги, ловит мяч двумя (одной) руками.
Ребенок ударяет мяч об пол одной рукой, ловит другой, при этом называет слова или слоги на автоматизируемый звук, также можно рассказывать стихотворение.

Планку держит педагог, а ребенок по сигналу должен мячом попасть в определенный цвет на планке. Либо в середину планки, в левую, в правую стороны.



Виды упражнений для МОЖЖЕЧКОВОЙ СТИМУЛЯЦИИ



Вывод:

Проведенная работа подтвердила, что игровая физкультура по методике Ф. Бильгоу полезна для развития ребенка во всех направлениях, в том числе для развития связной речи, а также интересному способу закрепления речевых навыков.

При постоянной работе на балансире можно заметить много изменений. Ребенок становится более сосредоточенным, усидчивым,. Все дети начинают лучше чувствовать свое тело, гораздо легче начинают ориентироваться в пространстве, многие делают шаг вперед в освоении самоката или велосипеда. Также ускоряется процесс автоматизации, дифференциации и введения звука в речь. А это то, что так необходимо и ребенку, и родителям. Ведь все заинтересованы в скорейшем результате.



Спасибо за внимание!

