«Двигательные игры-разминки»

В ФГОС ДО отмечается, что образовательная и коррекционная работа в группах комбинированной и компенсирующей направленности, а также в условиях инклюзивного образования, должна учитывать особенности развития и специфические образовательные потребности и возможностикаждой категории детей.

Задержка психического развития (ЗПР) – это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты познавательной, коммуникативно-речевой, моторной сфер. Наряду с этим на первый план выступают нарушения в эмоционально-волевой сфере: сниженная работоспособность, несформированность произвольной регуляции поведения, не способность к длительным интеллектуальным усилиям, быстрая истощаемость. Вышеперечисленные особенности обусловливают низкий уровень овладения детьми с ЗПР коммуникативной, предметной, игровой, продуктивной, познавательной, речевой, а в дальнейшем – учебной деятельностью.

На сегодняшний день развития дошкольного образования в условиях внедрения ФГОС  ДО  «Физическое развитие» становится самостоятельной образовательной областью. Одной из задач которой является обеспечение эмоционального благополучия детей, повышение их умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Любая образовательная деятельность, не связанная с движениями — это нагрузка на организм дошкольников. Самый лучший способ снятия утомляемости это смена деятельности — двигательная разминка. Она снимают напряжение мышц, переключают внимание с одной деятельности на другую, успокаивают нервную систему и восстанавливают работоспособность детей. Перед занятием разминка помогает собраться, настроиться на деятельность, а после — восстановить внимание и работоспособность, активизировать память, снять напряжение и расслабиться.
 Чтобы данный процесс проходил организованно, возможно выполнять такие физкультурные минутки со стихотворным сопровождением, которое читает взрослый. Дошкольники быстро запоминают эти стишки, охотно их рассказывают. Таким образом, малыши не путаются, а правильно и последовательно выполняют нужные движения. Так же, в работе с детьми с задержкой психического развития, исходя из их индивидуально-типологических особенностей, широко ис­пользуются упражнения с элементами логоритмики, раз­личные общераз­вивающие упражнения под музыку и т. д.

 В основе всех форм двига­тельной деятельности дошкольников лежит игровой метод, но следует помнить, что для детей с ЗПР характерны снижение уровня развития общей, тонкой моторики, объема движений, нарушения координирован­ности движений, переключаемости, поэтому большое внимание следует уделять выбору разминок.

На начальном этапе работа направлена, прежде всего, на преодоление малышей двигательного негативизма. Необходимо обратить внимание на развитие интереса детей к совместным играм со взрослыми и сверстниками, на то, чтобы вызвать положительный отклик на предложение поиграть.

В дальнейшем основное внимание направлено на становление мотивации ребенка к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании. Взрослые принимают самое активное участие в играх, они показывают детям образцы инициативности, актив­ности, демонстрируют примеры сотрудничества и по­мощи при выполнении игр.

Третий этап посвя­щен в основном побуждению детей к самостоятельной дви­гательной деятельности, совершенствованию культуры дви­жений и техники их выполнения. Особое внимание в этот период обращается на развитие мыслительной деятельности дошкольников в процессе придумывания вместе со взрослыми новых игр, а затем и участия в этих играх.

Продолжительность игры-разминки – 3- 4 минуты. Это могут быть такие игры, как:
«Дождик»

|  |  |
| --- | --- |
| К нам на длинной тонкой ножке Скачет дождик по дорожке. | (Прыжки на одной ноге по кругу.) |
| В лужице — смотри, смотри! — Он пускает пузыри. | (Дети стоят лицом в круг; ритмичные приседания.) |
| Стали мокрыми кусты, | (Руки вверх, потряхивания кистями.) |
| Стали мокрыми цветы. | (Наклон, руки к полу, потряхивания кистями.) |
| Мокрый серый воробей Сушит перышки скорей. | (Встали, руки вдоль тела, потряхивания кистями.) |

«Молоток»

Тук-тук молотком, мы построим птичкам дом.

Тук-тук молотком, поселяйтесь птички в нём.

(стучим правым кулачком по левому, высоко поднимая правую руку)

«Мы поедем»

Мы поедем, мы поедем в лес к лисичке и медведю.

Мы поедем, мы поедем в лес к лисичке и медведю.

(как бы крутим руль машины)

Двигательные упражнения позволят взрослым сделать минутки отдыха не только полезными, но и разнообразными, интересными для детей.

Источник методической литературы:

1. *Л.Б. Баряева* Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития/Л.Б. Баряева, И.Г. Вечканова, О.П. Гаврилушкина и др.; Под ред. Л.Б. Баряевой, Е.А. Логиновой.- Спб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2010.-415 с.
2. *Журбина О.А.* Дети с задержкой психического развития : подго­товка к школе / О.А. Журбина, Н.В. Краснощекова. — Ростов н/Д : Феникс, 2007. — 157 с. ; ил. — (Школа развития).
3. *Морозова И.А., Пушкарева М.А.* Развитие речевого восприятия. Конспекты занятий. Для работы с детьми 5-6 лет с ЗПР. – М.: Мозаика-Синтез, 2008. – 88с.