

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение  
детский сад №124 города Пензы «Гномик»

«Современные технологии  
в физкультурно-оздоровительной работе с детьми,  
имеющими нарушения зрения»

# СТЕП-АЭРОБИКА

Пенза  
2019

За последнее десятилетие в России по разным причинам стремительно увеличилось число детей с ограниченными возможностями здоровья. Проблема обучения детей с ОВЗ становится всё более актуальной.

В соответствии с федеральным государственным стандартом, в образовании учитываются индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения образования, учитывающие потребности отдельных категорий детей, в том числе с ограниченными возможностями здоровья. Группа детей с ОВЗ чрезвычайно неоднородна и обширна. В нашем детском саду имеется группа для детей с нарушением зрения. Широкая распространенность зрительных нарушений у детей побуждает к поиску новых подходов к оказанию им всесторонней помощи и поддержки.



Специфика физического воспитания детей с нарушением зрения определяется особенностями развития таких детей.

***Особенности физического развития детей с нарушениями зрения:***

- гипер- или гиподинамия;
- мышечная напряженность или снижение мышечного тонуса;
- нарушение общей моторики, особенно ациклических движений (лазание, прыжки в длину, метание);
- нарушение ручной моторики;
- общая скованность и замедленность выполнения движений;
- нарушение координации движений;
- трудности при выполнении движений на равновесие.
- недостаточное развитие чувства ритма;
- нарушение ориентировки в пространстве;
- замедленность процесса освоения новых движений;
- нарушение осанки, плоскостопие;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

**Основными задачами физического воспитания дошкольников с нарушением зрения являются:**

- развитие детей посредством движения;
- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных игр, подвижных играх, эстафетах, соревнований;
- формирование и развитие компенсаторных навыков.

Необходимым условием коррекционно-педагогической работы средствами физической культуры является разработка специального оборудования для коррекции нарушенных двигательных функций.

В своей работе мы широко используем **степ-платформы**.

Степ-платформа – это шаговая скамейка, высотой не менее 8 см и не более 10 см, шириной — 25 см, длиной — 40 см.



# Основные этапы обучения детей степ – аэробике:

- Этап ознакомления основных движений степ – аэробики;
- Этап разучивания основных движений;
- Этап совершенствования

У большинства детей отмечаются вялая осанка, искривление позвоночника, плоскостопие, поэтому применяем специальные упражнения на формирование осанки и стопы с использованием **степ-платформ**.





Упражнение «Кошечки»



## С целью преодоления нарушений пространственной ориентировки включаем:

- Строевые упражнения, построения и перестроения;
- Ходьба и бег между предметами,
- Ориентировка в физкультурном зале и на спортивной площадке по зрительным ориентирам; («Порядок, беспорядок»)
- Ориентировка с помощью слухового и тактильно-двигательного анализатора.





Игра «Порядок-беспорядок»

Зрительная патология влечет за собой отклонения в **координации движений, развитии чувства ритма**. Используем степ-платформы в процессе исправления нарушенных функций. В структуру занятий включаем коррекционные упражнения для рук, для ног и для совместной работы рук и ног. Используя такие упражнения, добиваемся усвоения детьми различного ритма и согласованности движений рук и ног.





Упражнение «Прыжки»

Специальные упражнения для глаз включены в разные формы занятий по физической культуре. Основная цель таких упражнений – сосредоточение взгляда на предмете, перевод его с одного предмета на другой, фиксацию взглядом действий рук, последовательное прослеживание, зрительная ориентировка в окружающем пространстве.





Игра «Цветные кочки»



Индивидуальные снаряды (степ-платформы), использование ритмичной музыки делают занятия по физической культуре более интересными, насыщенными и доставляют детям большое удовольствие!



Организация двигательной активности детей с нарушением зрения должна учитывать рекомендации офтальмолога о зрительной нагрузке.



***БЕРЕГИТЕ  
ЗДОРОВЬЕ!***