

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ.

У дошкольников с нарушениями речевого развития нередко наблюдаются отклонения в физическом развитии. Чаще это наблюдается у детей с общим недоразвитием речи (ОНР), когда у ребенка с нормальным слухом и первично сохранным интеллектом оказываются несформированными все компоненты языковой системы: фонетика (звукопроизношение и фонематический слух), лексика (словарный запас) и грамматика, а, также, у детей с проявлениями дизартрии, когда нарушена иннервация речедвигательного аппарата. Это происходит потому, что общее недоразвитие речи, как правило, является следствием резидуально-органического поражения (когда патологический процесс уже закончен) центральной нервной системы, вследствие которого была поражена и двигательная сфера. Отставание проявляется в виде плохой координации сложных движений, их недостаточной точности и ловкости, в виде выраженных затруднений при выполнении упражнений по словесной инструкции. Характерными являются некоторая скованность, отсутствие легкости и грациозности при выполнении упражнений. Обращает на себя внимание и особенности мелкой моторики пальцев рук. Связь пальцевой моторики и речевой функции сравнительно недавно была подтверждена исследованиями Института физиологии детей и подростков АПН РФ. Было установлено, что если движения пальцев соответствуют возрасту, то и речь соответствует возрасту, а если развитие движений отстает, то и речь не соответствует возрастным нормам. У значительного большинства детей с ОНР пальцы малоподвижны, движения их отличаются неточностью или несогласованностью. Многие 5-летние дети держат ложку в кулаке, либо с трудом правильно берут кисточку и карандаш, с трудом застегивают и расстегивают пуговицы, зашнуровывают ботинки, а некоторые вообще не умеют этого делать. Кроме того ОНР может сочетаться с рядом неврологических и психопатологических синдромов, наиболее частыми из которых являются следующие:

1. Гипертензионно- гидроцефальный синдром – синдром повышенного внутричерепного давления. Он проявляется прежде всего в нарушениях умственной работоспособности, произвольной деятельности и поведения детей, а также в быстрой истощаемости и пресыщаемости любым видом деятельности, повышенной возбудимости, раздражительности, двигательной расторможенности.

2. Цереброастенический синдром. Он проявляется в виде повышенной нервно-психической истощаемости, эмоциональной неустойчивости, нарушении произвольного внимания и памяти. В одних случаях синдром сочетается с проявлениями гипервозбудимости, в других с преобладанием заторможенности, вялости, пассивности.

3. Синдромы двигательных расстройств. Они характеризуются изменениями мышечного тонуса, нерезко выраженными нарушениями равновесия и координации движений, недостаточностью дифференцированной моторики

пальцев рук, несформированностью общего праксиса (ощущения себя в пространстве). Для детей с нарушениями речевого развития, не имеющих двигательных нарушений, используются в полном объеме упражнения, предусмотренные программой детского сада. Для детей с остаточными явлениями органического поражения ЦНС (центральной нервной системы) рекомендуется уменьшить требования в соответствии с заключением психоневролога. Задания для таких детей, естественно, должны упрощаться. Например, встать ближе к цели во время метания, подняться на меньшую высоту по шведской стенке и т.п. Однако при этом очень важно не ранить самолюбие ребенка, не противопоставить его другим детям, давать задания с изменением общей установки, бережно относиться к личности малыша с моторными трудностями. В дополнение к программе вводятся специальные корректирующие упражнения.

Основными задачами коррекционной работы являются следующие:

1. Научить детей ходить в определенном направлении (по прямой, по кругу) под заданный ритм.
2. Научить детей подниматься на 2-3-4 ступеньки, сначала с помощью взрослых, а затем самостоятельно.
3. Научить детей спускаться с лестницы шагом, а затем небольшими прыжками.
4. Научить детей стоять попеременно на правой (левой) ноге.
5. Научить детей подпрыгивать на двух ногах, затем на правой, левой ноге.
6. Научиться попеременно вставать, приседать под счет.
7. Научить детей фиксировать положения и движения рук, ног, туловища, головы: - поднять руки вверх, вперед, в стороны, на пояс, за голову, на голову; - круговые движения руками попеременно и вместе; - поднимание и опускание плеч попеременно и вместе; - отставить ногу в сторону; выставить правую (левую) ногу на пятку, на носок; - опустить голову вниз; - левую руку к плечу, правую на голову и наоборот; - захватить, сидя на полу, пальцами ног предмет, подтягивая ноги к себе, переключать предметы пальцами ног вправо и влево; - наклоны туловища влево - вправо, вперед - назад; - наклоняться как можно ниже вперед с палкой за плечами, держа ее под мышками; - наклониться, положить с правой, левой стороны предмет на пол и поднять его.
8. Учить детей запоминать и воспроизводить простейшие сочетания из изученных (в №7) движений. Упражнения с мячом.
9. Научить ловить большой и маленький мяч двумя руками, одной рукой.
10. Научить ловить мяч после удара по полу, по стене.
11. Научить «чеканить» мяч об пол правой рукой, левой рукой, с чередованием рук.
12. Научить передавать большой и маленький мяч по кругу с закрытыми глазами.
13. Научить бросать мяч в круг, в корзину, в обруч (расстояние для правой руки не менее 1,5 метра, для левой - не менее 1 метра).
14. Научить перебрасывать мяч с одной руки на другую.

15. Научить катать мяч по полу с попаданием в заданную цель (ворота). Упражнения с флажками и обручем.
16. Перешагивать вперед – назад через находящийся в руках обруч.
17. Прокатывание обруча между ориентирами.
18. Движения руками с флажками в ходьбе.
19. Разнонаправленные движения руками с флажками по показу. Дыхательные упражнения.
20. Выработка длительного плавного выдоха: глубокий вдох через нос – выдох через рот. В дыхательных упражнениях используются пройденные гласные звуки и согласные с, з, в, ф, м, н, л, р. Упражнения для развития моторики пальцев рук.
21. Научить детей расстегивать и застегивать крупные и средние пуговицы, затем перейти к кукольным вещам.
22. Используя ленты, а затем веревочку, научить завязывать и развязывать узел, бант.
23. Научить сжимать и разжимать кулаки, сжимать резиновый мяч, резиновую грушу; пожимать папину, мамину руку.
24. Сжимать резиновую грушу, направляя воздушную струю на ватку, чтобы она плавно двигалась по столу.
25. Научить поочередно сгибать пальцы в кулак и разгибать из зажатого кулака на правой, на левой руке.
26. Научить поочередно соприкасаться большим пальцем с остальными.
27. Перебирать натянутую резинку пальцами правой и левой руки.
28. Научить поочередно ритмично ударять по поверхности стола кулаком, ладонью и ребром ладони. Упражнения проводятся с постепенным увеличением объема и количества повторений.

Инструктор по физической культуре
М.С.

Рощупкина