

РУКОВОДИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ УЧРЕЖДЕНИЯ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ: СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПОДВИЖНЫХ ИГР КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ СЛАБОВИДЯЩИХ ДЕТЕЙ НА ЗАНЯТИЯХ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Т. С. Макарова

Заведующий отделением реабилитации несовершеннолетних
с ограниченными физическими и умственными возможностями

Д. Л. Бесстрашнова

Инструктор-методист по адаптивной физической культуре
отделения реабилитации несовершеннолетних с ограниченными
физическими и умственными возможностями

ГБУ Амурской области «Белогорский комплексный центр
социального обслуживания населения»

*Физические упражнения могут заменить
множество лекарств, но ни одно лекарство
в мире не заменит физические упражнения.*

А. Мюссе

Специальной педагогикой и психологией накоплено немало сведений об особенностях развития личности детей и подростков с нарушениями зрения. Отмечается наличие неадекватной самооценки и уровня притязаний, специфические трудности в общении с людьми. Ряд признаков указывает на наличие повышенной тревожности, неврозов, страхов у детей с сенсорными нарушениями. Нарушения зрения оказывает негативное влияние на развитие когнитивных функций детей, таких как память, мышление и внимание.

В отделении реабилитации несовершеннолетних с ограниченными физическими и умственными возможностями нашего Центра в период десятидневного полустационарного пребывания (интенсив)

дети-инвалиды с различными нозологиями, в том числе с нарушениями зрения, регулярно посещают занятия по адаптивной физической культуре (АФК).

Одним из средств развития внимания на занятиях по адаптивной физической культуре являются подвижные игры. Они — незаменимое средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. Главный признак подвижных игр — наличие активных двигательных действий. При проведении подвижных игр на своих занятиях использую разнообразные методы, направленные на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только отработка уже имеющихся навыков, их закрепление, совершенствование, но и формирование новых качеств личности.

На занятиях по АФК используются различные по содержанию подвижные игры, которые позволяют проследить разнообразие подходов к поиску путей гармоничного развития детей. Каждая выбранная игра по-разному оказывает влияние на физическое и психическое развитие ребёнка. Одни игры направлены на развитие умения быстро сосредоточиваться, а другие стимулируют внимание, учат быстро и точно реагировать на звуковые сигналы.

Так, на занятиях по АФК, на десятидневных интенсивах, активно используются такие игры, как: «Слушай звуки!», «Будь внимателен!», «Найди мячик», «Догони меня», «Узнай фигуру» и др.

Целью игры «Слушай звуки!» является развитие активного внимания. Инструктор-методист договаривается с детьми о том, что, когда он стучит мячом о пол один раз — они должны встать в позу «плакучей ивы», когда два раза — в позу «тополя». Затем начинается игра — дети идут по кругу. Звучит один удар — дети становятся в позу «плакучей ивы» (ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу). На два удара, становятся в позу «тополя» (пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук).

Игра «Будь внимателен!» направлена на стимулирование внимания, обучение быстрому и точному реагированию на звуковые сигналы. Дети шагают на месте. Затем на слово «Зайчики», произнесенное инструктором, они должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться назад, «аист» — стоять на одной ноге.

В игре «Найди мячик» дети развивают способности ориентироваться на локализованный звук без посторонней помощи. Инструктор-методист прячет мяч или прячется вместе с мячом, а дети отправляются на его поиски.

Цель игры «Догони меня» — развитие умения ориентироваться в пространстве на движущийся звук. Инструктор-методист берет на себя роль ведущего. С помощью колокольчика, озвученного мяча или бубна он издает постоянный звук и убегает от ребенка, а тот в свою очередь догоняет, ориентируясь на звук.

Игра «Узнай фигуру» развивает тактильную чувствительность, обучает навыкам узнавания формы и названия геометрических фигур. Большие фигуры выкладываются на полу, маленькие выдаются по одной в руки ребенку. Сначала ребенок рассматривает и ощупывает маленькую фигуру в руках, затем идет искать такую же большую фигуру среди лежащих на полу. Найдя нужную, встает на нее и произносит название фигуры. Игра продолжается до тех пор, пока ребенок не найдет все фигуры.

Так же на занятиях используются элементы подвижных игр (ходьба, бег, подпрыгивания, ползание), так как многие дети, например, с сопутствующими ментальными нарушениями, не могут воспринимать инструкцию полноценной игры.

Таким образом, на занятиях по адаптивной физической культуре задействуются все типы внимания ребёнка. Если на занятиях преобладает произвольное внимание, увеличивается психическое напряжение, то со временем это приводит детей к потере интереса и чувства удовлетворения от занятий. Только умелое чередование активизации произвольного и непроизвольного, внешнего и внутреннего внимания обеспечивает достаточно высокий уровень продуктивности занятий.

Поскольку внимание проявляется в деятельности, внимательность формируют и развивают только в процессе деятельности. Особое значение имеет развитие произвольного внимания, которое возможно только при наличии волевых усилий. Развитие внимания проходит эффективнее, если объем и продолжительность выполняемой работы, требующей внимания, постепенно увеличиваются. Особую роль играет положительное отношение детей к деятельности. Важно, чтобы у них был интерес к занятиям в целом.

На занятия по АФК приходят дети и с глубокими нарушениями зрения, у которых наблюдается снижение активности, наиболее четко проявляющееся в ранние периоды развития. Это связано с невозможностью воспринимать раздражители нарушенным зрительным

анализатором и реагировать на них. Практически все качества внимания оказываются под влиянием нарушенного зрения, но могут достигать уровня развития у зрячих, а порой и превышать его.

Слепому и слабовидящему ребёнку для компенсации зрительной недостаточности необходимо активно использовать информацию, получаемую от всех сохранных и нарушенных анализаторов. Концентрация внимания на анализе информации от одного из видов рецепции не создает адекватного и полного образа, что приводит к снижению точности ориентировочной и трудовой деятельности.

Опыт показал, что подвижные игры — наиболее доступный и эффективный метод воздействия на ребенка при его активной помощи. Подвижные игры всегда вызывают большой интерес у детей — инвалидов любых возрастов и нозологий. При умелом использовании их на занятиях можно достичь положительной динамики в развитии ребёнка и его личностном становлении.

Литература

1 Аксенова О. Э., Евсеев С. П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2004. — 296 с.

2 Артамонова Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура / Л. Л. Артамонова, О. П. Панфилов, В. В. Борисова. — М.: Владос-Пресс, 2017. — 620 с.

3 Вайнер Э. Н. Лечебная физическая культура. — М.: Флинта, Наука, 2017. — 424 с.

4 Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта. — М.: Советский спорт, 2013. — 296 с.