

Методическое объединение инструкторов по физкультуре

На тему: «Развитие координации движений у детей дошкольного возраста с ТНР»

Подготовили: Никольская Ю.Н. инструктор по физической культуре

Головина Т. С. учитель-логопед

МДОУ «Детский сад №140»

План проведения:

Координационные способности (кС) - это сложное двигательное качество, которое представлено несколькими способностями:

1. Способность к равновесию (динамическому и статическому)
2. Способность к балансированию
3. Способность к двигательной реакции
4. Способность дифференцировать пространственные, временные и силовые параметры движения.
5. Способность к ориентировке в пространстве.
6. Способность к ритму
7. Способность к согласованности движений.

Рассматривать проблему развития координационных способностей нельзя без понятия ловкости.

Ловкость-способность быстро овладевать новыми движениями, способность быстро обучаться, перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки.

Компоненты ловкости:

1. быстрота реакции на сигнал.
2. координация движений
3. быстрота усвоения нового
4. осознанность выполнения движений и использование двигательного опыта.

История вопроса:

Теория уровневого построения движений Н.В. Бернштейна.

Исследователи:

Л.В.Матвеев, В.С. Фарфель., В.С. Филиппович, Л.Б.Ковман, Л.Н.Голынская, П. Хиртц, В.И. Лях, А.М. Шлемин, Е.Я. Бондаревский,
В. Зациорский, В Староста

Обследование координационных способностей.

- Статическое и динамическое равновесие. Тесты основаны на методике Н.Озерецкого, М.Гуревич.

Адаптированы как игровые упражнения: «паровоз», «балерина», «цапля». [5,6,7]

- Координация движений, динамическое равновесие. Упражнения с мячом: подбрасывание, отбивание. [3,6]

- Динамическое равновесие. Прыжки на одной ноге продвигая коробок, дистанция 5 метров. [6,7]

- Полоса препятствий (скамейка, прокатывание мяча, подлезание под дугой) [3,6].

- Бег зигзагом[6]

Список рекомендуемой литературы:

1. В.Лях, Н. Панфилова Развитие координационных способностей. Дошкольное воспитание №7,1991 с16-17 (теория, упражнения).
2. М.Прадов, С. Бесшапошникова. Координатр: равновесие в мире. Обруч №5, 2005
3. М.А. Рунова Двигательная активность детей в детском саду. «004 с 50-51 (тесты).
4. Н Ноткина Оценка физической и нейро-психического развития детей раннего и дошкольного возраста. 1995 с 8-11 (тесты).
5. С Прищепа, Н Попкова, Т Коняхина. Как прогнозировать физическую подготовленность дошкольников. Дошкольное воспитание №1, 2004 с37-46 (тесты)
6. Э.Я. Степаненкова Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. 2001 с 355-359 (теория, обследование).
7. Т.С. Овчинникова, А.А. Патапчук. Двигательной игротренинг Спб 2002 (фитболы, обследование).
8. Инструктор по физкультуре научно-практический журнал №1/2008

По слайдам:

1. Тема

2. Актуальность выбранной темы.

С каждым годом происходит прогресс во всех областях человеческой жизни: в производстве, науке, технике, технологии, культуре, искусстве, и следовательно возрастают и требования к уровню как психического так и физического развития будущих граждан, т.е. подрастающего поколения, которые должны быть всесторонне развитыми, способными социализироваться в меняющихся, усложняющихся, развивающихся социальных условиях, быть востребованными и способными самореализоваться.

Координационные способности рассматривают как ведущую функцию моторного развития детей старшего дошкольного возраста.

Наши дети живут в условиях постоянно меняющейся действительности. На смену увлекательным подвижным играм пришли не менее увлекательные – компьютерные.

Всё чаще можно встретить во дворе скучающих, равнодушных к спортивным и подвижным играм, слабых и неумелых мальчишек и девчонок. Многие ребята перестали выходить во двор, отдавая предпочтение малоподвижным видам деятельности: занятиям с компьютером, играм с конструктором, просмотру мультфильмов.

Это вызывает озабоченность педагогов и врачей: очень мало двигаются дети! А для ребёнка малоподвижный образ жизни – это потеря здоровья, нарушение физического и интеллектуального развития. (Статистика). Именно в подвижных играх ребёнок получает уникальную возможность максимально проявить собственную активность и творчество, ликвидировать дефицит движений, реализоваться и утвердить себя, получить массу положительных эмоций и переживаний.

Мы сталкиваемся с такой проблемой (прикладная направленность), что дети испытывают трудности не только при выполнении ФУ, но и в элементарных навыках самообслуживания:

- при одевании и раздевании (пуговицы, шнурки),
- прием пищи (проливают, проносят мимо рта, не умеют жевать),
- вялая осанка (на руках, колясках) и тд.

Про таких детей мы можем услышать: нарушена координация движений, неловкий, неуклюжий. Но это может быть не только «Избалованность родителями». Трудности в движениях испытывают дети с нарушениями речи.

Высокий уровень развития координации движений – основная база для успешного приспособления к трудовым действиям и бытовым операциям.

Сегодня мы разберем:

- Что такое ловкость и координация движений.
- Контингент детей с ТНР.
- Особенности формирования данного физического качества у детей с ТНР.

3. Слово «координация» латинского происхождения. Оно означает согласованность, объединение, упорядочение. КООРДИНАЦИЯ – это способность человека рационально согласовывать движения звеньев тела при решении конкретных двигательных задач.

Координация характеризуется возможностью людей управлять своими движениями. Сложность управления опорно-двигательным аппаратом заключается в том, что тело человека состоит из значительного количества биозвеньев, которые имеют более ста степеней свободы. По точному выражению Н.А.Берштейна (1947), («Физиология движений и активность») координация движений и есть не что иное, как преодоление чрезмерных степеней свободы наших органов движения, то есть превращение их в управляемые системы. Относительно двигательной деятельности человека употребляется для определения степени согласованности его движений с реальными требованиями окружающей среды. Например, поскольку зная, что один человек с помощью компенсаторных

движений восстанавливает равновесие, а другой – падает. Очевидно, первый из них имеет более высокий уровень согласованности движений, а следовательно, и более развитые координационные способности. Для характеристики координационных возможностей человека при выполнении какой-либо деятельности в отечественной теории и методике физической культуры долгое время применялся термин «ловкость». Начиная с 70-х годов для их обозначения все чаще используют термин «координационные способности»

4. Ловкость представляет собой сложное комплексное физическое качество. По определению основоположника отечественной биомеханики Берштейна (1947), ЛОВКОСТЬ - это единство взаимодействия функций центрального и периферического управления двигательной системой человека, позволяющих перестраивать биомеханическую структуру действий в соответствии с меняющимися условиями решения двигательной задачи.

Основу ловкости составляют координационные способности (КС). В последнее время было проведено множество исследований, касающихся изучения проявлений координационных способностей.

Ловкость – способность человека быстро, целесообразно осваивать двигательные действия или успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях.

Проблема формирования такого сложного психофизического качества, как ловкость, вызывает множество дискуссионных вопросов. Наиболее полное и глубокое изучение проблемы ловкости принадлежит выдающемуся физиологу Н.А.Бернштейну.

Ловкость теснейшим образом связана с функцией управления, а это значит, что главную роль в проявлении этого качества играет центральная нервная система. Этим обстоятельством обусловлен также и тот факт, что ловкость является более разносторонним, гибким и универсальным качеством по сравнению с другими.

Ловкость как качество обусловлено степенью пластичности нервных процессов в коре больших полушарий головного мозга, позволяющих ребенку менять темп, амплитуду и направление движений, степень напряжения и расслабления мышц, проявлять умение ориентироваться в окружающей среде, сохраняя равновесие.

Но ловкость, не является чисто физическим качеством, как, например, сила, выносливость или быстрота. Говоря об этом качестве, трудно определить чего в нём больше - физического или психического. Она образует, как бы, мостик к умственной деятельности и представляет собой концентрат жизненного опыта в области двигательной активности. Именно поэтому ловкость, нередко, повышается с годами, в то время как другие физические качества заметно снижаются и деградируют. Понятие «**координация**» нередко путают с понятием «**ловкость**», однако смысловая нагрузка у них разная. **Ловкость** выступает как интегральное проявление разновидностей координации. Различие между координацией и ловкостью в том, что координация проявляется во всех видах деятельности, связанных с управлением согласованностью и соразмерностью движений, а ловкость – в тех, которым присуща не только регуляция движений, но и элементы неожиданности, внезапности, что требует находчивости. Недаром в обиходно-бытовой и разговорной речи о ловком человеке говорят: сноровистый, изворотливый, складный, юркий и т.д. **ЛОВКОСТЬ** – это комплексное психофизическое качество человека. Уровень его развития определяется степенью развития психомоторных способностей, участвующих в решении сложных координационных задач, требующих, в свою очередь, высокого уровня психической и физической готовности.

5. Координационные способности:

- Способности точно соизмерять и регулировать пространственные, динамические (силовые) и временные параметры движения
- Способность поддерживать статическое или динамическое равновесие
- .Способность выполнять двигательные действия без излишней мышечной напряженности

- способность к выполнению движений в заданном ритме;
- способность к переключению с одних двигательных действий на другие и преобразованию их в конкретной ситуации.

6. Средства развития координационных способностей

Развитию ловкости и координации движений способствует систематическое разучивание новых усложненных движений. Именно в дошкольном возрасте, развиваются мышечно – двигательные ощущения, зрительный и осязательный контроль над выполнением движений, координация между зрительными ощущениями и выполнением движений. «Согласованность движений рук и глаз человека разучивается с детства» И.М. Сеченов.

Ведущими методами являются

- строгорегламентированного упражнения
- игровой метод
- соревновательный

Средствами развития ловкости служат упражнения, которые представляют определенную координационную сложность для занимающихся, содержат элементы новизны, отличаются многообразием форм выполнения, включают задания по регулированию и самооценке различных параметров движений. Сложность ФУ можно достичь за счет изменения пространственных, временных, и динамических параметров, за счет внешних условий, изменения порядка расположения снарядов, их веса, высоты, площади опоры и ее подвижности.

- **Развитие способности к дифференцированию различных параметров** движений основано на сопоставлении их субъективной оценки с объективным результатом.
- **При формировании «чувства пространства»** эффективно введение в обстановку действия дополнительных ориентиров, указывающих направление, амплитуду и траекторию движений. Следует учитывать, что точность анализа усилий уступает точности анализа длительности движений, а последняя — точности различения пространственных характеристик.
- **Развитие способности к сохранению равновесия** осуществляется при создании условий, затрудняющих достижение устойчивого положения тела. Это может быть стойка и перемещение на высокой, уменьшенной и подвижной опоре (на гимнастическом бревне, рейке гимнастической скамейки), в необычном положении (на руках), в условиях дополнительных помех (после серии кувырков, с закрытыми глазами). Важное место при развитии функции равновесия занимают упражнения, избирательно направленные на совершенствование вестибулярного, аппарата. Они включают многократные повороты, наклоны, круговые движения головой и туловищем, кувырки, а также пассивные упражнения на специальных тренажерах: подвесных качелях, вращающихся креслах, и др.
- **Развитие способности к выполнению движений в заданном ритме** достигается посредством специально организованных звуковых сигналов или музыкального сопровождения физических упражнений. Используются упражнения на месте, ходьба, бег с движениями рук, головы и туловища под счет, определенные команды или музыкальный аккомпанемент. Применяются также танцевальные упражнения и двигательные импровизации в заданном ритме.
- **Развитие способности к произвольному расслаблению мышц** строится на чередовании напряжения и расслабления соответствующих мышечных групп. Важно добиться отсутствия напряжения мышц, не принимающих непосредственного участия в работе, например, мышц плечевого пояса при беге.

- **Избегать скованности помогает** контроль за мимической мускулатурой лица. Полезно сочетать фазы движения с фазами дыхания.

Важным средством развития моторной функции служат упражнения с мячом, поскольку именно предметно - манипулятивная деятельность лежит, главным образом, в основе развития двигательных функций рук. Двигательные навыки, приобретаемые детьми в процессе упражнений с мячом, используются ими затем в своей игровой деятельности, переносятся на действия с предметами в быту, т.е. становятся важным составным компонентом их повседневного двигательного поведения. Все это содействует улучшению ориентировки в пространстве, что так важно для общего развития, активизации их умственной сенсорной деятельности.

Упражнения эффективны до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически. Затем они теряют свою ценность.

На основании чего можно строить систему развития ловкости? Ловкость и координационные способности являются фундаментом (мощным и надёжным) обучения техническим приёмам в ЛЮБОМ виде спорта. Для детей с ТНР кор работа, компенсаторные возможности

Анализатор человека — подсистема центральной нервной системы, обеспечивающая приём и первичный анализ информации. Периферийная часть анализатора — рецептор, центральная часть анализатора — мозг.

Анализаторы, в биологии, - сложные системы чувствительных нервных образований, воспринимающие и анализирующие раздражения, действующие на человека. Обеспечивают приспособительные реакции организма к изменениям внешней и внутренней среды. Анализаторы представляют собой сложно организованные структуры, снабжающие мозг точной и достаточно подробной информацией о многих биологически значимых событиях, как вне организма, так и внутри него.

Важными для обеспечения двигательной активности человека являются двигательный и вестибулярный анализаторы.

Двигательный анализатор — нейрофизиологическая система, за счет работы которой осуществляется анализ и синтез сигналов, идущих от органов движения. Включает в себя: периферический отдел, состоящий из проприорецепторов, специфические проводящие нервные волокна, несущие импульсы к головному мозгу, подкорковые структуры и корковой отдел. Принимает участие в поддержании постоянного тонуса мышц тела и координации движений.

Вестибулярный анализатор орган, воспринимающий изменения положения головы и тела в пространстве и направление движения тела у человека. Окончательное ее развитие завершается к 10 – 12. С физиологической точки зрения этот аппарат - часть сложнейшего механизма, позволяющего нам ориентироваться в любом трехмерном, даже в безопорном пространстве, а также поддерживать равновесие тела.

Как в теории, так и в практике физического воспитания сложилось однозначное мнение, касающееся наиболее благоприятного возрастного периода для развития ловкости. Ряд авторов подтверждают, что наиболее приемлемым для развития координационных способностей является дошкольный возраст (4-6 лет). В этот период происходит наиболее интенсивное формирование моторики ребенка. Быстрое освоение упражнений в детском возрасте зависит не только от координационных возможностей человека, но и от ряда психических процессов: объема восприятия, концентрации внимания и др.

В исследованиях некоторых специалистов выявлена достоверная связь координационных движений с некоторыми показателями логического мышления, объема и быстроты запоминания движения, умственной работоспособности.

Развитие координационных движений благоприятно сказывается на проявлении психических процессов, а применение специальных упражнений для развития психических процессов является дополнительным резервом совершенствования координации движений.

7. Характеристика детей с ТНР

"Работа над координацией движения как средство коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста с ТНР"

ТНР – тяжелые нарушения речи - это стойкие специфические отклонения формирования компонентов речевой системы (лексического и грамматического строя речи, фонематических процессов, звукопроизношения, просодической организации звукового потока), отмечающихся у детей при сохранном слухе и интеллекте.

Речь - такой вид деятельности, для которого необходима сформированность слуховых и зрительных функций, а также двигательных навыков. Для правильного произнесения звука ребенку требуется произнести артикуляторный уклад, состоящий из сложного комплекса движений, при этом артикуляция, голос и дыхание должны быть координированы в работе. И.М.Сеченов писал, что «...всякое ощущение по природе смешанное... К нему обязательно примешивается мышечное ощущение, которое является более сильным по сравнению с другими».

Как правило, тяжелые формы речевых отклонений чаще всего встречаются в детстве.

Именно в этот период жизни у человека формируются навыки овладения родным языком.

Слух у таких детей в норме, как правило, базовые **интеллектуальные показатели** тоже соответствуют возрасту.

Дети с ТНР

- не говорят совсем
- либо имеют скудный словарный запас
- проблемы в произношении звуков, сложности их восприятия на слух
- с трудом строят речевые конструкции- фразы, предложения
- отстают в психическом развитии
- с трудом овладевают письменной речью, страдает грамотность
- наблюдается отставание во всех сферах познавательной деятельности- памяти, мышления, восприятия

Таким мальчикам и девочкам сложно переключать внимание, удерживать и распределять его, а также включаться в процесс какой-либо деятельности.

Сложно абстрагироваться, производить мыслительные операции, обобщать материал.

Эмоционально-волевая сфера имеет ряд отклонений (заниженная самооценка, коммуникативные нарушения, проявления тревожности и агрессивности разной степени выраженности.)

Страдает моторика:

- неловки, неуклюжи, двигаются хаотично и импульсивно
- физически быстро утомляются

Им сложно общаться с людьми, а это чревато комплексами и трудностями с социализацией. Исследователи придавали особое значение связи состояния моторики и речи. Ещё Гиляровский В.А. (1932) отмечал, что запоздалое развитие речи может быть проявлением общего недоразвития моторики. В.И. Дресвянников (1972) указывал на параллельность и взаимосвязь речевого и общемоторного онтогенеза, подчеркивал, что развитие моторики и экспрессивной речи происходит у ребенка в тесном единстве. При исследовании произвольных движений, Запорожец А.В. (1990), доказал, что формирование произвольных движений у человека происходит при участии речи. Можно сказать, что связь общей моторики и речи позволяет развивать необходимые качества движений органов артикуляционного аппарата путем развития аналогичных свойств общей моторики (Л.О. Бадалян, 1998).

Характеристика двигательной сферы детей с ТНР

Двигательная сфера детей с общим недоразвитием речи характеризуется своеобразием **развития**, проявляющимся в диспропорции всех компонентов моторики и различных параметров каждого из компонента.

Диагностика таких детей выявляет:

Недостаточность общих движений по многим параметрам.

В большей степени затруднения детей проявлялись при **удержании равновесия**: возникало общее напряжение и покачивание туловища, балансирование руками, схождение с места.

При ходьбе, поворотах в движении отмечалась **несогласованность работы рук и ног**, шаркающая походка, плохая осанка.

При переключении с одного движения на другое, **наблюдались скованность, зажатость движений**, неточность, нечеткость **двигательных актов**, нарушение их порядка и количества.

В пробах темпо-ритмического характера обнаруживались **недостатки плавности**, ритмичности, трудности регулирования смены темпа движений

У многих детей наблюдается появление **содружественных движений** при попытке выполнить произвольные движения (участие мышц лба, щеки или губ при подмигивании одним глазом).

Так же наблюдались явления **моторной истощаемости** (*усталость рук*): замедление темпа, смазанность, неточность движений к концу выполнения занятий.

Отмечаются трудности в выполнении движения по словесной и особенно **многоступенчатой** инструкциями (может нарушаться последовательность, опускаться одна из составных частей серии, отсутствовать самоконтроль при выполнении задания).

Различные **синкинезии** (*в артикуляционном аппарате, в мышцах лица, в противоположной руке*) дополняли картину несформированности тонких движений кистей и пальцев рук, ручной неловкости. Слабое **развитие** моторики сказывается на других видах деятельности у **детей с ТНР**. Так, их рисунки выполнены нетвердыми, кривыми линиями, отдаленно передающими контур предмета.

Если вовремя не принять меры и не исправить тяжелые нарушения речи у детей, им сложно будет распознать и раскрыть свои природные таланты и склонности

8-9. Особенности моторно-двигательного развития детей с ТНР:

Двигательный анализатор играет исключительную роль в развитии высшей нервной деятельности и психических функций человека.

Двигательные нарушения, возникающие у ребенка, могут оказывать неблагоприятное влияние на его психическое развитие, на умственную деятельность.

Двигательные нарушения у детей с ТНР – составная часть ведущего дефекта. Полученные в различных исследованиях сведения о развитии движений у детей с ТНР дают возможность охарактеризовать основное своеобразие их психофизического развития. У таких детей, по мнению многих ученых, отмечаются следующие нарушения:

- своеобразная моторная недостаточность;
- несформированность сложных координаторных схем;
- недостаточная ориентировка в частях собственного тела;
- неловкость ручной моторики;
- нарушение произвольной регуляции движений;
- недостаточная координированность и нечеткость произвольных движений;
- трудности переключения и автоматизации;
- наряду с общей психической недостаточностью, у них наблюдается общая физическая ослабленность и не редко нарушение здоровья (по своему физическому развитию многие напоминают детей более раннего возраста);
- перекрестная или невыраженная латеральность;
- недостаточность таких двигательных качеств как точность, выносливость, гибкость, координация;
- задержка проявляется при езде на велосипеде, при беге, прыжках;
- такие дети с трудом сохраняют равновесие, стоя на одной ноге, при ходьбе по прямой линии
- повышенная двигательная активность из-за недостаточности тормозных механизмов, а медлительность и двигательная пассивность встречаются реже;
- неумение подчиняться заданному (музыкальному или словесному) ритму;
- усложнение характера двигательной реакции сопровождается увеличением времени реакции;
- у многих детей наблюдаются гиперкинезы;
- не умеют двигаться в группе, в строю, с трудом выполняют даже самые простые движения согласованно с коллективом;
- характерна неправильная ходьба с одновременным движением одноименными рукой и ногой.

10. Исследователи придавали особое значение связи состояния моторики и речи.

Ещё Гиляровский В.А. (1932) отмечал, что запоздалое развитие речи может быть проявлением общего недоразвития моторики. В.И. Дресвянников (1972) указывал на параллельность и

взаимосвязь речевого и общемоторного онтогенеза, подчеркивал, что развитие моторики и экспрессивной речи происходит у ребенка в тесном единстве. При исследовании произвольных движений, Запорожец А.В. (1990), доказал, что формирование произвольных движений у человека происходит при участии речи. Можно сказать, что связь общей моторики и речи позволяет развивать необходимые качества движений органов артикуляционного аппарата путем развития аналогичных свойств общей моторики (Л.О. Бадалян, 1998).

11. Специальные упражнения для развития двигательной сферы

Для преодоления имеющихся нарушений необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы.

- Кинезиологические упражнения. (Наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. Улучшается память, внимание, речь, пространственные представления.) Положительное влияние на развитие системы межполушарного взаимодействия оказывают упражнения, включающие сочетанные движения правой и левой половин тела, верхней и нижней частей тела.

Движения туловища, головы, рук и ног производятся в трех плоскостях по отношению к телу: лицевой, боковой, горизонтальной. Движения рук и ног по отношению друг к другу в пространстве могут быть:

- **одноименными** (одновременно выполняется движение правой и левой рукой)
- **разноименными** (правая рука – левая нога)
- **однонаправленными** (обе руки вверх)
- **разнонаправленными** (одна вверх – другая вниз)

Относительно времени:

- одновременными (поднимать обе руки одновременно)
- поочередными (плечо, плечо, пояс, пояс...)
- последовательными (движения следуют одно за другим с небольшим отставанием на половину амплитуды)

Упражнения направленные на развитие зрительно – моторной координации. (Осуществление координированных движений под контролем зрения.) Дети с нарушениями в развитии испытывают трудности когда им приходится выполнять действия требующие точности, синхронности. Плохо развитые двигательные функции рук и отсутствие оформленной ехники движений , **скоординированных** движений глаза и рук вызывает у ребят огромные трудности, которые заставляют его отступать перед задачей связанной с выполнением вышеупомянутых действий. (Недостаточная сформированность зрительно – моторной координации в системе глаз - рука) . Именно в дошкольном возрасте, развиваются мышечно – двигательные ощущения, зрительный и осязательный контроль над выполнением движений, координация между зрительными ощущениями и выполнением движений. «Согласованность движений рук и глаз человека разучивается с детства» И.М. Сеченов.

Зрительно – моторная координация эффективно развивается при выполнении различных ФУ: ходьба и бег по разметкам, передвижение по ограниченной площади, метание в цель, и др.

- Использование стихотворений с движениями

Ритм речи, особенно стихотворный, способствует развитию координации и произвольной моторики, а мтак же вырабатывается правильный ритм дыхания, развивается речеслуховая память.

- Логоритмические упражнения (Речь и движение)
- Танцевальные движения
- **Принципы работы с детьми с ТНР:**
 - - Соответствие ФУ возможностям ребенка
 - - Многократное повторение
 - - Снижение темпа, упрощение
 - - Максимум задействованных анализаторов (зрительный, слуховой, двигат и тактильная помощь)
 - - Постепенное усложнение
 - - Смена деятельности (нескомпенсированы процессы возбуждения и торможения, быстро утомляются)
 - - Упражнения на коррекцию психических функций (память, внимание, зрит и слух восприятие)