

**Ровенская Светлана Анатольевна –
учитель физической культуры
ГКОУ школы-интерната № 2 г.Армавира**

4. Результативность деятельности педагогического работника в профессиональном сообществе

4.1. Результаты участия педагогического работника в разработке программно-методического сопровождения образовательного процесса

Рецензия
на дидактический материал
«Кинезиологические и нейропсихологические
игры и упражнения на уроках физической культуры»
учителя ГКОУ школы-интерната №2МО г.Армавир
Ровенской Светланы Анатольевны.

Представленный на рецензию дидактический материал «Кинезиологические и нейропсихологические игры и упражнения на уроках физической культуры» предназначен для использования на уроках, внеклассных занятиях, прогулках учителями начальных классов, учителями-предметниками, воспитателями, а также родителями, интересующиеся проблемами формирования у их детей межполушарных связей головного мозга.

Основная цель данного дидактического материала - создание условий для развития познавательной мотивации, любознательности и коммуникативных навыков детей с нарушением слуха посредством нейрокинезиологических игр и упражнений; развития общей и мелкой моторики; содействие развитию речи; стабилизация психоэмоционального состояния.

Актуальность предложенного комплекса упражнений обусловлена тем, что эти нейрокинезиологические игры универсальны, не требуют какой-либо специальной подготовки. При регулярном выполнении они снимают усталость, повышают концентрацию, умственную и физическую активность детей. В результате ребенок лучше адаптируется к изменениям, начинает легче учиться и усваивать информацию.

Особенностью рецензируемого материала является то, что данный комплекс игр и упражнений является эффективным инструментом работы в развитии детей с нарушением слуха, несмотря на простоту и увлекательность.

Таким образом, нейрокинезиологические игры и упражнения развивают мозговую активность детей с нарушением слуха, повышают их стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий головного мозга, улучшают умственную деятельность ребят, улучшают память и внимание, облегчают процесс обучения.


Дидактический материал «Кинезиологические и нейропсихологические игры и упражнения на уроках физической культуры» апробирован и успешно используется на практике в ГКОУ школе-интернате №2 г. Армавира.

Дидактический материал учителя физической культуры Ровенской Светланы Анатольевны рекомендован к использованию в специальных коррекционных образовательных учреждениях для детей с нарушением слуха.

Рецензент:

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальной, специальной педагогики и психологии ФГБОУ ВО «АГПУ» г. Армавира Краснодарского края

И.Ю. Лебедева
И.Ю. Лебедева
02.05.2023



*Заслуженный работник культуры РФ
Специалист по персоналу отдела
кадровых дел УМНС П. Шелашникова М.С.*

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского
края специальная (коррекционная) школа-интернат № 2 г. Армавира
(ГКОУ школа-интернат № 2 г. Армавира)

Дидактический материал
Кинезиологические и нейропсихологические
игры и упражнения на уроках физической культуры

Составитель
учитель физической культуры
Ровенская Светлана Анатольевна

Армавир, 2023 г

Содержание.

1. Аннотация.
2. Пояснительная записка.
3. Алгоритм использования нейропсихологических и кинезиологических методов в процессе коррекционно-развивающей деятельности.
4. Нейропсихологические и кинезиологические игры и упражнения:
 - 4.1. Игры и упражнения на разно типичное согласование движений рук.
 - 4.2. Нейрокинезиологические упражнения двигательной активности.
 - 4.3. Дыхательные упражнения.
 - 4.4. Самомассаж.
5. Заключение

1. Аннотация.

Представленный материал могут использовать на уроках, внеклассных занятиях, прогулках учителя начальных классов, учителя-предметники, воспитатели, а также родители, интересующиеся проблемами формирования у их детей межполушарных связей головного мозга. Данный сборник дидактического материала поможет оптимизировать работу педагога, внося новые способы их взаимодействия с ребенком, создавая благоприятный эмоциональный фон, для повышения работоспособности и продуктивности.

2. Пояснительная записка.

Физическое воспитание детей с нарушением слуха направлено на всестороннее развитие личности, решение оздоровительных, образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных задач.

Актуальность работы обусловлена тем, что нейропсихологические упражнения универсальны, не требуют какой-либо специальной подготовки. При регулярном выполнении они снимают усталость, повышают концентрацию, умственную и физическую активность детей. В результате ребенок лучше адаптируется к изменениям, начинает легче учиться и усваивать информацию.

Цель и задачи: создавать условия для развития познавательной мотивации, любознательности и коммуникативных навыков детей с нарушением слуха посредством нейрокинезиологических игр и упражнений; развивать общую и мелкую моторику; содействовать развитию речи; стабилизировать психоэмоционального состояния.

Несмотря на простоту и увлекательность, нейрокинезиологический подход в развитии детей с нарушением слуха является эффективным инструментом работы.

Глухота или частичная потеря слуха сказываются на психо-физическом состоянии организма данной категории школьников. Такие дети с самых ранних лет отличаются недостаточностью двигательных координаций. Уже в

младенчестве у них наблюдаются различные задержки и искажения психомоторного развития. Обращает на себя внимание их неловкость, неуклюжесть; постоянные спотыкания и «травмы» на ровном месте. Часто родители и педагоги замечают, что при любом занятии ребенок напрягается всем телом и совершает много ненужных движений. Как правило, при этом «глаза смотрят в одну сторону, руки — в другую, а ноги — в третью». У данной категории детей, наряду с проблемой координации, общей и мелкой моторикой, восприятием, вниманием, памятью есть речевые нарушения. Речь, являясь высшей психической функцией, инструментом мышления и основным средством общения, она тесно связана с другими психическими функциями. Этим детям очень сложно осознать и выполнить сложные инструкции, так как их внимание рассеивается, дети улавливают только какую-то часть. Сейчас появляется много современных прогрессивных методик в системе образования. Жизнь совершенствуется. И нам нужно идти в ногу с современными практиками и результатами научных исследований. Одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование нейрокинезиологических технологий.

Эффективность нейрокинезиологического подхода доказана наукой и практикой. Он является здоровьесберегающей и игровой технологией. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Нейропсихологическая, кинезиологическая коррекция является отличным дополнением к основной коррекционной программе, и

реализуется не вместо неё, а вместе с ней и позволяет выстроить грамотную программу сопровождения.

Основным требованием при выполнении упражнений является точность выполнения специальных движений и приемов. При этом их воздействие имеет как немедленный, так и накопительный эффект, способствующий повышению умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов. Результативность занятий зависит от системности их проведения. С каждым днем задания могут усложняться, увеличиваться в объеме; может повышаться и их темп. Кроме того, для достижения положительного результата важна последовательность выполнения применяемых упражнений.

Нейрокинезиологические игры и упражнения используются систематически как дополнение к основным занятиям. Применение данных методов положительно сказывается на эффективности коррекционно-развивающей работы, что подтверждается динамикой в развитии воспитанников с нарушением слуха.

3. Алгоритм использования нейропсихологических и кинезиологических методов в процессе коррекционно-развивающей деятельности.

Здесь представлены некоторые кинезиологические и нейропсихологические игры, движения и упражнения, которые могут быть применены для успешного развития и обучения ребенка. Эти методы могут быть использованы во время занятия, прогулки, в свободной деятельности (как средство переключения внимания, активизации деятельности), они достаточно просты в исполнении. Можно использовать элементы игр и упражнений как настройку на любой вид деятельности, усвоение информации и снятие психоэмоциональных стрессов или просто как развлечение. Это позволит облегчить взаимодействие всех органов и систем организма ребенка. Первым всегда должно быть выполнение дыхательных упражнений, а затем можно приступать к самомассажу и другим

упражнениям, способствующим повышению уровня психической активности ребенка, увеличению его энергетического и адаптационного потенциала.

В какие занятия целесообразно включать нейрокинезиологические упражнения? Практически в любое занятие. Постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность упражнений. Упражнения дают как немедленный, так и кумулятивный (накапливающийся) эффект для повышения умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов. Занятия проводятся в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке. Занятия, проходящие в ситуации стресса, не имеют своего воздействия. Результативность занятий зависит от систематической и кропотливой работы. С каждым днём задания нужно усложнять, объём заданий увеличивать, наращивать темп выполнения заданий.

Упражнения могут выполняться ежедневно, но без принуждения. Регулярность проведения нейрокинезиологических игр и упражнений, движений — это залог быстрого достижения положительного результата в развитии и обучении ребенка.

Чтобы у ребенка начали развиваться определенные навыки, повысилась функциональность ЦНС, нужно выполнять как минимум по 1-2 упражнения в день. Общая продолжительность всего комплекса упражнений должна находиться в пределах от 5 до 10 мин., так как ребенок может устать. Чтобы дети сохраняли интерес к развивающим занятиям, их необходимо выполнять в разных режимных моментах. Усложнение тренировочного процесса должно происходить постепенно по мере того, как ребенок приобретает навыки, наблюдаются реальные результаты его развития. Основным требованием к использованию кинезиологических и нейропсихологических игр и упражнений является четкое выполнение движений. Перед тем, как внедрять новое упражнение, взрослый должен повторить все движения самостоятельно, изучить их, а потом показывать их ребенку. Затем следует проконтролировать, чтобы ребенок повторил данные действия правильно и

без ошибок. В том случае, если ребенку необходимо выполнить какое-либо задание, либо ему предстоит другая интеллектуальная нагрузка, лучше сначала выполнить упражнения, а уже затем переходить к мыслительному процессу.

4. Нейропсихологические и кинезиологические игры и упражнения.

4.1 Игры и упражнения на разно типичное согласование движений рук.

Цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук. Обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности. Формирование произвольности действий.

Упражнение «Ухо – нос – хлопок»

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

Упражнение «Капитан»

Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.

Упражнение «Ладушки»

Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребенка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, и не только руками, но и лежа — ногами. Затем усложните задачу: хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены), хлопок, хлопок с партнером «левая — правая», хлопок с партнером «правая — левая». Далее увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами.

Упражнение «Передай мячи».

Игра проходит в парах, дети встают друг против друга, в руках у одного ребенка 2 мяча.

- Передают поочередно в руки другому.
- Передают, держа руки крест на крест.
- Передают по одному мячу с хлопком и т.д.

Игра «Нос — пол — потолок»

Педагог показывает рукой на свой нос, затем на потолок, затем на пол, одновременно называя их. Ребёнок повторяет. Затем учитель, увеличивая скорость, начинает путать ребёнка, показывая одно, а называя другое. Ребёнок должен показывать, то, что называет педагог, игнорируя его показывание.

4.2. Нейро-кинезиологические упражнения двигательной активности.

Цель: укрепление здоровья, повышение работоспособности и продуктивности, развитие общей моторики, стабилизация психоэмоционального состояния, формирование произвольности действий, развитие пространственных представлений, психических процессов.

Когнитивное упражнение «Движение».

Педагог предлагает детям несколько последовательных движений (танцевальных, гимнастических и т.д.). Дети должны повторить их как можно точнее и в той же последовательности.

Упражнение «Подвески».

И.п. - сидя на полу. Детям предлагается представить, что они куклы-марионетки, которые после выступления висят на гвоздиках в шкафу. Педагог: «Представьте себе, что вас подвесили за руку, за палец, за шею, за плечо и т.д. Ваше тело фиксировано в одной точке, все остальное - расслаблено, болтается». Упражнение выполняется в произвольном темпе, лучше с закрытыми глазами. Педагог следит за степенью расслабленности тела у детей, акцентируя внимание на напряженных местах.

Функциональное упражнение «Дракон».

Участники стоят друг за другом, держась за талию впереди стоящего ребенка. Первый ребенок — это «голова дракона», последний — «кончик хвоста». Дракон будет ловить свой хвост. Остальные дети должны цепко держаться друг за друга. Если дракон не поймает свой хвост за определенное время, то на место головы дракона встает другой ребенок.

Функциональное упражнение «Каратист»

Цель: развитие двигательного контроля, элиминация импульсивности. Участники образуют круг, в центре которого полулежит физкультурный обруч. Один из участников встает в обруч и превращается в «каратиста», выполняя резкие движения руками и ногами. Остальные дети вместе с инструктором хором произносят: «Сильнее, еще сильнее...», помогая игроку выплеснуть агрессивную энергию интенсивными движениями.

Функциональное упражнение «Пчелка»

Все участники превращаются в пчелок, которые «летают» и громко жужжат. По сигналу взрослого: «Ночь» - «пчелки» садятся и замирают. По сигналу: «День» - «пчелки» снова летают и громко «жужжат».

4.3. Дыхательные упражнения

Цель этих упражнений: улучшение кислородного обмена в организме; стимулирование работы сердечно-сосудистой и пищеварительной систем; Ключевая цель дыхательной гимнастики — научить ребёнка правильно дышать, а значит, укрепить его здоровье.

Дыхательные упражнения всегда должны предшествовать самомассажу и другим заданиям.

Правильное дыхание — это медленное, глубокое, диафрагмальное дыхание, при котором легкие заполняются от самых нижних отделов до верхних.

Упражнение «Вдох-выдох»

И.п. Ребенок лежит на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены, ребенок не должен шевелить ногами. Упражнение выполняется только по

команде взрослого «вдох-выдох». Вовремя команды взрослого «ВДОХ» ребенок делает глубокий вдох через нос (рот закрыт), затем во время команды взрослого «ВЫДОХ» ребенок делает выдох через широко открытый рот (шумно). Выполнить 5 раз

Упражнение «Дышим носом»

Исходное положение – лежа на спине или стоя. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

Упражнение «Нырятьщик»

Стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

Упражнение «Свеча»

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

Упражнение «Поем»

Сидя на полу. Вдох, пауза, выдох, пауза. Ребенку предлагает вокализировать на выдохе, пропевая отдельные звуки («а», «о», «у» и др.) и их сочетания.

4.4. самомассаж.

Цель: благоприятствует психоэмоциональной устойчивости, физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Обучение ребенка самомассажу рекомендуется проводить в несколько этапов. Сначала 1) взрослый массирует (демонстрирует) уши, голову ребенка сам, затем 2) руками самого ребенка, наложив сверху свои руки, только после этого 3) ребенок выполняет самомассаж самостоятельно. Попросите ребенка

описать свои ощущения до и после массажа: «Возможно, что-то изменилось? Что?»

Где? На что это похоже?» Например, массируемые (или иные) части тела стали более теплыми, горячими, легкими или покрылись мурашками, тяжелыми и т.п.

Самомассаж лица, ушей, головы.

а) Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с

открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз.

б) Двумя пальцами правой руки массировать круговыми движениями лоб, а двумя пальцами левой руки – подбородок. Считать до 30.

в) Сжимают пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя сжатие кулака, делают вдох. Повторить 5 раз. Выполнение с закрытыми глазами удваивает эффект.

г) Растопырив пальцы рук, трем ими голову «моем голову»

Упражнение «Точечный массаж»

На полянке стоит дом.

В этом доме умный гном (массажиром точку между бровей)

Он в окошечки глядит,

Что увидит — говорит (массажиром точки на висках)

5. Заключение.

Нейрокинезиологические игры и упражнения развивают мозговую активность, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий головного мозга, улучшают умственную деятельность, улучшают память и внимание, облегчают процесс обучения. При регулярном выполнении они снимают усталость, повышают концентрацию, умственную и физическую активность. Каждое из упражнений (игр) для мозга,

способствует возбуждению определенного его участка и механизма объединения мысли и движения. В результате чего, новое учение становится более естественным и лучше запоминаемым. Вот такие нехитрые игры помогут ребенку в полноценном развитии.

Достаточно использовать ежедневно ряд нейрокинезиологических техник, которые могут с большой пользой применяться в коррекционных учреждениях для детей с нарушением слуха и в повседневной жизни вообще.

РЕЦЕНЗИЯ

на сборник дидактического материала «Упражнения на релаксацию на уроках адаптивной физической культуры» педагога
ГКОУ школа-интернат №2 МО г. Армавир
Ровенской Светланы Анатольевны

Представленный на рецензию сборник дидактического материала «Упражнения на релаксацию на уроках адаптивной физической культуры» учителя физической культуры С.А. Ровенской предназначен для использования учителями начальных классов, учителями-предметниками, учителями-дефектологами, педагогами-психологами, воспитателями на уроках, внеклассных занятиях, прогулках. Объем работы – 10 стр.

Автор разработки указывает на то, что релаксация детей с нарушением слуха требует особого взгляда и подхода. Главное – научиться правильно и умело этим пользоваться. По мнению Светланы Анатольевны актуальность предложенного комплекса упражнений обусловлена тем, что применение данных упражнений позволяет учить снимать напряжение мышц после физических упражнений у неслышащих детей, тренировать умения регулировать свои поведенческие реакции. Важно, что данный сборник дидактического материала поможет оптимизировать работу педагога, помогая создать благоприятный фон для выработки точных и координированных движений артикуляционного аппарата и всего тела.

Основная цель данного дидактического материала - способствование снятию у детей с нарушенной слуховой депривацией внутреннего мышечного напряжения, приведению нервной системы и психики ребенка в состояние покоя. Использование сборника дидактического материала помогает нормализовать фон для выработки точных и координированных движений артикуляционного аппарата и всего тела, поскольку содержит конкретные инструкции и различные варианты заданий, что обеспечивает методическое сопровождение образовательного процесса.

Особенностью рецензируемого материала является то, что данный комплекс упражнений является эффективным инструментом работы в развитии и саморегуляции своего эмоционального состояния детей с нарушением слуха. Расслабляясь, возбужденные и беспокойные неслышащие дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и

терпеливыми. Дети сдержанные, скованные, вялые и робкие, приобретают уверенность и свободу в выражении своих чувств и эмоций. Ценно, что Светлана Анатольевна предлагает разнообразные упражнения (для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног, упражнения на расслабление мышц лица, шеи, на релаксацию с сосредоточением на дыхании и др.), что обуславливает педагогическую значимость и практическую ценность материала.

Дидактический материал «Упражнения на релаксацию на уроках адаптивной физической культуры» апробирован и успешно используется на практике в ГКОУ школе-интернате №2 г. Армавира.

Дидактический материал учителя физической культуры Ровенской Светланы Анатольевны рекомендован к использованию в специальных коррекционных образовательных учреждениях для детей с нарушением слуха.

05.05.2023 г.

к. пед. н., доцент кафедры социальной,
специальной педагогики и психологии
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный
педагогический университет»
г. Армавир, Краснодарский край

И.Ю. Лебедеко

Заслуживает внимания работа Лебедеко И.Ю.
Специалист по кадрам отдела
кадровой политики
Окаймашева



10.05.2023.

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского
края специальная (коррекционная) школа-интернат № 2 г. Армавира
(ГКОУ школа-интернат № 2 г. Армавира)

Сборник дидактического материала
«Упражнения на релаксацию уроках
адаптивной физической культуры»

Составитель
учитель физической культуры
Ровенская Светлана Анатольевна

Армавир, 2023 г

Содержание.

1. Аннотация.
2. Пояснительная записка.
3. Механизм использования релаксационных упражнений в процессе коррекционно-развивающей работы.
4. Релаксационные упражнения:
 - 4.1. Настрои для релаксации
 - 4.2. Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.
 - 4.2. Упражнения на расслабление мышц лица
 - 4.3. Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании
 - 4.4. Упражнение на расслабление мышц шеи
5. Заключение

1. Аннотация.

Представленный материал могут использовать учителя-предметники, учителя начальных классов, учителя-дефектологи, педагоги-психологи, воспитатели на уроках, внеклассных занятиях, прогулках. Данный сборник дидактического материала поможет оптимизировать работу педагога, помогая создать благоприятный фон для выработки точных и координированных движений артикуляционного аппарата и всего тела.

2. Пояснительная записка.

Упражнения на релаксацию необходимо знать и применять на практике для того, чтобы управлять процессами возбуждения детей с нарушением слуха при эмоциональном напряжении, когда у них возникает избыточное напряжение в отдельных группах мышц. Самостоятельно дети младшего школьного возраста не могут избавиться от этого напряжения, начинают нервничать, что приводит к напряжению новых групп мышц. Поэтому педагог должен помочь им.

Цель релаксационных упражнений - способствование снятия у детей с нарушением слуха внутреннего мышечного напряжения, приведению нервной системы и психики ребенка в нормальное состояние покоя.

Использование в работе с детьми релаксационных упражнений на уроках адаптивной физической культуры помогает решить следующие задачи:

- укрепление физического здоровья и формирование красивой осанки;
- снятие напряжения мышц после физических упражнений;
- тренировка умения регулировать свои поведенческие реакции;
- развитие воображения, образного мышления;
- формирование положительных эмоций и чувств.

Для управления процессами возбуждения необходимо научить детей расслаблять мышцы. Также необходимо учить их чувствовать напряжение, снимать его, расслабляя определенные группы мышц. Физиологической

основой упражнений на расслабление является снижение тонического напряжения мускулатуры, т.е. релаксация. В последнее время этот термин применяется как обобщающий и однотипный термину расслабление.

Расслабление содействует хорошему кровообращению в мышце и её питанию. При выполнении упражнений, как правило, достигается снижение тонуса гладкой мускулатуры внутренних органов, развиваются тормозные реакции. Это является основой использования данных упражнений для снижения физической нагрузки, восстановления нарушенной координации движений, нормализации мышечного тонуса.

Именно поэтому релаксационные упражнения очень важны, особенно в младшем школьном возрасте. Их можно проводить на любом уроке, на перемене в течение 3-5 минут.

Релаксация детей с нарушением слуха требует особого взгляда и подхода. Главное – научиться правильно и умело этим пользоваться. Обучить ребенка расслаблению - не такая простая задача, какой она кажется на первый взгляд. Дети хорошо знают, что такое сесть, встать, пробежаться, но что значит расслабиться - им не совсем понятно.

Поэтому в основу некоторых игр для релаксации положен самый простой способ обучения этому состоянию. Он заключается в следующем правиле: после сильного напряжения мышц само собой следует их расслабление.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение. Расслабление вызывается в игровой форме. Образные названия увлекают детей. Они выполняют расслабляющие упражнения, не просто подражая ведущему, а, перевоплощаясь, входя в заданный образ.

Больше половины детей правильно выполняют эти упражнения, хорошо расслабляются. Это можно увидеть по внешнему виду ребенка: у него спокойное выражение лица, ровное ритмичное дыхание, вялые послушные руки, которые тяжело падают. У некоторых появляется зевота,

сонливое состояние и т.д. Регулярное выполнение этих упражнений делает ребёнка более уравновешенным, а также позволяет ребёнку лучше понять свои чувства. В результате ребёнок владеет собой, контролирует свои эмоции и действия. Релаксационные упражнения позволяют ребёнку овладеть навыками саморегуляции и сохранить более ровное эмоциональное состояние.

Расслабление вызывается путем специально подобранных игровых приемов. Каждому дается образное название, это увлекает детей. Они выполняют расслабляющие упражнения, не просто подражая ведущему, а перевоплощаясь, входя в заданный образ. Если «Релаксационные паузы» включить в режим дня, то это благоприятно скажется на нервной системе ребенка. Так как нервная система неслышащего ребёнка далека от своего совершенства. Детям сложно контролировать процессы возбуждения и торможения нервной системы. Нервная система неслышащего ребенка подвержена серьезным нагрузкам особенно в современной среде, когда постоянно происходит увеличение информационного потока, который воздействует на ребенка. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии.

Релаксационные упражнения на начальном этапе работы должны быть направлены на мышечную релаксацию по контрасту с напряжением и может быть использовано в комплексе утренней гимнастики, как физкультминутка в ходе урока адаптивной физической культуры, в любом режимном моменте в течение дня.

Современные глухие/слабослышащие обучающиеся загружены не меньше взрослых. Посещая кружки и секции различной направленности, они получают большое количество информации, устают физически и эмоционально. Ведь всюду нужно успеть!

Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток. Это в равной степени касается любых психических процессов: познавательных, эмоциональных или волевых.

3. Механизм использования релаксационных упражнений в процессе коррекционно-развивающей работы.

Все релаксации проводятся под спокойную расслабляющую музыку.

Текст читается спокойно, достаточно громким голосом, в размеренном темпе, с соблюдением пауз. Некоторые смысловые фразы проговариваются два раза.

Перед проведением релаксации педагог поясняет и показывает, какую позу или исходное положение нужно принять, а в ходе релаксационных упражнений контролирует степень расслабления детей.

Творческий подход и артистичность педагога во время проведения релаксационных упражнений создадут атмосферу доброжелательных отношений, позволят детям научиться владеть мышцами своего тела, а в дальнейшем – самостоятельно контролировать своё состояние, применять в жизни полученные навыки релаксации.

4. Релаксационные упражнения.

4.1. Настрои для релаксации

В использовании приёмов релаксации важно придерживаться техники поэтапного перехода в состояние расслабления.

Вводная часть перед каждым настроем

Дети ложатся на ковёр, устраиваются поудобней. Руки вытянуты вдоль туловища, расслаблены. Ноги прямые, не скрещенные. Педагог. «Ложитесь по удобней. Закройте глаза. Дышим спокойно и ровно. Дадим нашим ногам и рукам отдохнуть, вытянем и расслабим их. Давайте помолчим и прислушаемся к звукам вокруг себя... (пауза). Прислушайтесь к вашему дыханию... (пауза) Дыхание ровное и спокойное. Позвольте своему телу

расслабиться и отдохнуть... (пауза). Послушайте, что я хочу вам рассказать...»

«Воздушные шарики»

Представьте себе, что все вы – воздушные шарики, очень красивые и весёлые. Вас надувают, и вы становитесь всё легче и легче. Все ваше тело становится лёгким, невесомым. И ручки лёгкие, и ножки стали лёгкие, лёгкие. Воздушные шарик поднимаются всё выше и выше. Дует тёплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый шарик ... (пауза – поглаживание детей). Обдувает шарик ..., ласкает шарик ... Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда дует ласковый ветерок. Но вот пришла пора возвращаться домой. Вы снова в этой комнате. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Улыбнитесь своему шарiku.

«Облака»

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вздохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. все ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... (пауза – поглаживание детей). Гладит ..., поглаживает ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.

«Лентяи»

Сегодня мои дети много занимались, играли и, наверное, устали. Я предлагаю вам немного полениться. Представьте себе, что вы – лентяи и нежитесь на мягком, мягком ковре. Вокруг тихо и спокойно, вы дышите

легко и свободно. Ощущение приятного покоя и отдыха охватывает всё ваше тело. Вы спокойно отдыхаете, вы ленитесь. Отдыхают ваши руки, отдыхают ваши ноги ... (пауза – поглаживание детей). Отдыхают ручки у ..., отдыхают ножки у ... Приятное тепло охватывает всё ваше тело, вам лень шевелиться, вам приятно. Ваше дыхание совершенно спокойно. Ваши руки, ноги, всё тело расслаблено. Чувство приятного покоя наполняет вас изнутри. Вы отдыхаете, вы ленитесь. Приятная лень разливается по всем телу. Вы наслаждаетесь полным покоем и отдыхом, который приносит вам силы и хорошее настроение. Потянитесь, сбросьте с себя лень и на счёт «три» откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение.

4.2. Релаксационные упражнения для снятия напряжения с мышц туловища, рук, ног.

Упражнения включают в себя попеременное напряжение и расслабление всего тел

«Спящий котёнок»

Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали... начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повторить 2–3 раза).

«Шишки»

Представьте себе, что вы – медвежата и с вами играет мама – медведица. Она бросает вам шишки. Вы их ловите и с силой сжимаете в лапах. Но вот медвежата устали и роняют свои лапки вдоль тела – лапки отдыхают. А мама – медведица снова кидает шишки медвежатам... (повторить 2–3 раза)

«Холодно – жарко»

Представьте себе, что вы играете на солнечной полянке. Вдруг подул холодный ветер. Вам стало холодно, вы замёрзли, обхватили себя руками, голову прижали к рукам – греетесь. Согрелись, расслабились... Но вот снова подул холодный ветер... (повторить 2–3 раза).

4.2. Упражнения на расслабление мышц лица

Цель — добиться расслабления всех поперечно-полосатых мышц.
Упражнения как бы массируют кожу лица изнутри

«Озорные щечки»

Набрать воздух, сильно надувая щеки. Задержать дыхание, медленно выдохнуть воздух, как бы задувая свечу. Расслабить щеки. Затем сомкнуть губы трубочкой, вдохнуть воздух, втягивая его. Щеки при этом втягиваются. Затем расслабить щеки и губы.

«Рот на замочке»

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на «замочек», сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их:

«Жвачка»

Жуйте жевательную резинку, морковку или хлебную корку. Сжатие челюстей сопровождается вдохом, разжимание — выдохом. «Кусающие усилия» (вертикальной плоскости) следует чередовать с растирающими (горизонтальной плоскости). Движения должны быть неторопливыми, повторять их следует 10–15 раз.

4.3. Упражнения на релаксацию с сосредоточением на дыхании

«Задувай свечу»

Глубоко вдохнуть, набирая в легкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдохнуть, как бы дуя на свечу. При этом длительно произносить звук «у».

«Ленивая кошечка»

Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук «а».

4.4. Упражнение на расслабление мышц шеи

Это упражнение растягивает мышцы спины и шеи, помогают максимально снять напряжение, добиться релаксации шейного отдела позвоночника, расслабить плечевой отдел, избежать сутулости.

«Любопытная Варвара»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо. А потом опять вперед тут немного отдохнет. Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех! Возвращается обратно — расслабление приятно! Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы: А теперь посмотрим вниз — мышцы шеи напряглись! Возвращаемся обратно — расслабление приятно!

5. Заключение.

Дети очень быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

Расслабленные мышцы несовместимы со стрессом, беспокойством и тревогой. Именно поэтому мышечное и эмоциональное расслабление позволяет привести в равновесие напряженное сознание. Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. Это позволяет сделать работу учителя с - неслышащими детьми более эффективной и успешной.

Если мы будем целенаправленно учить детей сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, мы будем способствовать сохранению здоровья наших детей!

Профессиональный рост педагогов специального и инклюзивного образования в условиях цифровой трансформации современного образования

Сборник материалов
I Всероссийской (национальной)
научно-практической конференции
(20 мая 2022 г., г. Армавир)

Киров
2022



© АНО ДПО «Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании», 2022

© ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет», 2022

© Коллектив авторов, 2022

УДК 376
ББК 74.5
П84

Научный редактор –

Ястребова Лариса Александровна, кандидат педагогических наук, доцент
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

Ответственный редактор –

Маслова Ирина Александровна, старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет»

Рецензенты:

Прилепко Юлия Владимировна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры коррекционной психологии и педагогики психолого-педагогического факультета ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»;

Кураева Джульета Анатольевна, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой дошкольной педагогики и психологии ФППК ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

П84 Профессиональный рост педагогов специального и инклюзивного образования в условиях цифровой трансформации современного образования [Электронный ресурс]: сборник материалов I Всероссийской (национальной) научно-практической конференции (20 мая 2022 г., г. Армавир). – Электрон. текст. дан. (4,0 Мб). – Киров: Изд-во МЦИТО, 2022. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). – Систем. требования: PC, Intel 1 ГГц, 512 Мб RAM, 4,0 Мб свобод. диск. пространства; CD-привод; ОС Windows XP и выше, ПО для чтения pdf-файлов. – Загл. с экрана.

ISBN 978-5-907541-94-8

Научное электронное издание

В сборник научно-методических трудов вошли материалы, раскрывающие теоретические, методические и прикладные аспекты профессионального роста педагогов специального и инклюзивного образования в условиях цифровой трансформации современного образования. Он представляет интерес для педагогов-психологов, учителей-логопедов, учителей-дефектологов, педагогов системы образования, бакалавров и магистрантов, обучающихся по направлению «Специальное (дефектологическое) образование».

Представленные материалы могут быть использованы для внедрения в систему непрерывного профессионального образования, создания благоприятных условий профессионального роста и его методического обеспечения в соответствии с запросами и возможностями субъектов образовательного процесса.

Публикация сборника проводится при финансовой поддержке Кубанского научного фонда в рамках научного проекта «Разработка научно-методического обеспечения профессионального роста педагогов специального и инклюзивного образования посредством цифровых технологий» №ППН-21.1/23.

ISBN 978-5-907541-94-8

УДК 376
ББК 74.5

© АНО АТО «Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании», 2022
© ФГБОУ ВО «Армавирский государственный педагогический университет», 2022
© Коллектив авторов, 2022



Содержание

Секция 1. Современные технологии психолого-педагогического сопровождения профессионального роста педагогов специального и инклюзивного образования

Абакумова Н. Н., Тарабыкина Н. В. РАЗРАБОТКА ПРОГРАММНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ КОГНИТИВНОГО РАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ С РАС	10
Вагапова Д. Д. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С ОВЗ В СООТВЕТСТВИИ С ФГОС.....	15
Волкова Г. И., Малолина И. Г. РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ КАК СПОСОБ РАЗВИТИЯ СВЯЗНОГО РЕЧЕВОГО ВЫСКАЗЫВАНИЯ У ДЕТЕЙ С ОБЩИМ НЕДОРАЗВИТИЕМ РЕЧИ	20
Гальцова В. В. ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ МАРШРУТОВ КАК ТЕХНОЛОГИИ ИНДИВИДУАЛИЗАЦИИ В СИСТЕМЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ.....	24
Гречко Т. Н. ИГРЫ С ПЕСКОМ КАК НЕТРАДИЦИОННЫЙ МЕТОД ТЕАТРАЛИЗОВАННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА.....	29
Даянова Л. А. ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	32
Дятлова А. А., Щербинин Т. Я., Фодченко И. Ф. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛФК И ЕЕ ЭЛЕМЕНТОВ В ДЕТСКОМ САДУ	36
Ершова В. Г. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМИРОВАНИИ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ С РАС.....	41
Житникова Н. В. ПРИМЕНЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ	46
Зинковская М. Н. РОЛЬ СРЕДСТВ НАГЛЯДНОСТИ В РАЗВИТИИ МАТЕМАТИЧЕСКИХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ У ГЛУХИХ СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ	52
Иванченко Л. И. ПРИМЕНЕНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ РЕЧИ ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОСТОЯНИИ ПОСЛЕ КОХЛЕАРНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ.....	57
Ильбахтина Т. Ю., Челнокова Т. А. МЕТОДИКИ ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ СФОРМИРОВАННОСТИ СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У ДЕТЕЙ С ОВЗ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	62
Ковалевская В. В. ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	65
Кострова О. И. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК КОМПОНЕНТ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ	71
Криволапова В. В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАЗВИВАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ РЕБЕНКА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ХОРЕОГРАФИИ	77
Лабинская А. В. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФОРИЕНТИРОВАННОЙ ИНОЯЗЫЧНОЙ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ	82



Лебедева А. Д. ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ РАБОТА НАД ОШИБКАМИ ОПТИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА	90
Лысова Н. П. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ РАЗВИВАЮЩЕЙ СРЕДЫ В РАМКАХ ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ	95
Маймасова С. С. ФОРМИРОВАНИЕ СВЯЗНЫХ МОНОЛОГИЧЕСКИХ ВЫСКАЗЫВАНИЙ У ДЕТЕЙ 5–6 ЛЕТ С ОНР С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПАЗЛ-ТЕХНОЛОГИЙ	101
Мамина А. А. РАЗВИТИЕ РИТМИКО-ИНТОНАЦИОННОЙ СТОРОНЫ РЕЧИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ	107
Миронова А. Д. ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ	112
Михайленко В. А. НАГЛЯДНОЕ МОДЕЛИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО РАСШИРЕНИЯ СЛОВАРЯ У ДЕТЕЙ С ОНР ..	118
Москаленко В. Н. АКТУАЛЬНЫЕ МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ У ПОДРОСТКОВ С КОХЛЕАРНЫМ ИМПЛАНТОМ	122
Мубаракшина А. Р. ВЫЯВЛЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ	127
Мурза Д. А. НРАВСТВЕННОЕ ВОСПИТАНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ	132
Мухаметзянова Л. С., Челнокова Т. А. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПРОБЛЕМ В ОБЛАСТИ ФОРМИРОВАНИЯ СОЦИАЛЬНО-КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ В РАМКАХ ИНКЛЮЗИВНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	139
Осипова Е. С. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛОГОРИТМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В КАЧЕСТВЕ СПОСОБА РАЗВИТИЯ РЕЧИ НА КОР РЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ УЧИТЕЛЯ-ДЕФЕКТОЛОГА С УМСТВЕННО ОТСТАЛЫМИ ДОШКОЛЬНИКАМИ	144
Погорелова Е. И. МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ РАЗВИТИЯ МЫСЛИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5–6-х КЛАССОВ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ НА УРОКАХ МАТЕМАТИКИ	150
Рзаева Э. Ч. НЕЙРОГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ С РЕЧЕВЫМИ НАРУШЕНИЯМИ	156
Ровенская С. А. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГЛУХИХ И СЛАБОСЛЫШАЮЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	162
Рогина Е. А., Климко Н. В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ	166
Севастьянова А. Н., Кацера А. А. РАЗВИТИЕ КОМПОНЕНТОВ НАГЛЯДНО-ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ У СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ	171
Семенова Т. Н. К ВОПРОСУ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ В УСЛОВИЯХ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ	176



РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГЛУХИХ И СЛАБОСЛЫШАЩИХ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

С. А. Ровенская

ГКОУ школа-интернат № 2 г. Армавира (г. Армавир)

Аннотация. В статье рассматриваются методы развития двигательной деятельности глухих и слабослышащих обучающихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Ключевые слова: физическое воспитание, координация движений, статическое равновесие, динамическое равновесие, развитие двигательной активности.

Основная цель уроков физической культуры в школе глухих и слабослышащих – это физическое развитие, оздоровление обучающихся, корректировка и компенсирование недостатков в двигательной сфере этой категории школьников.

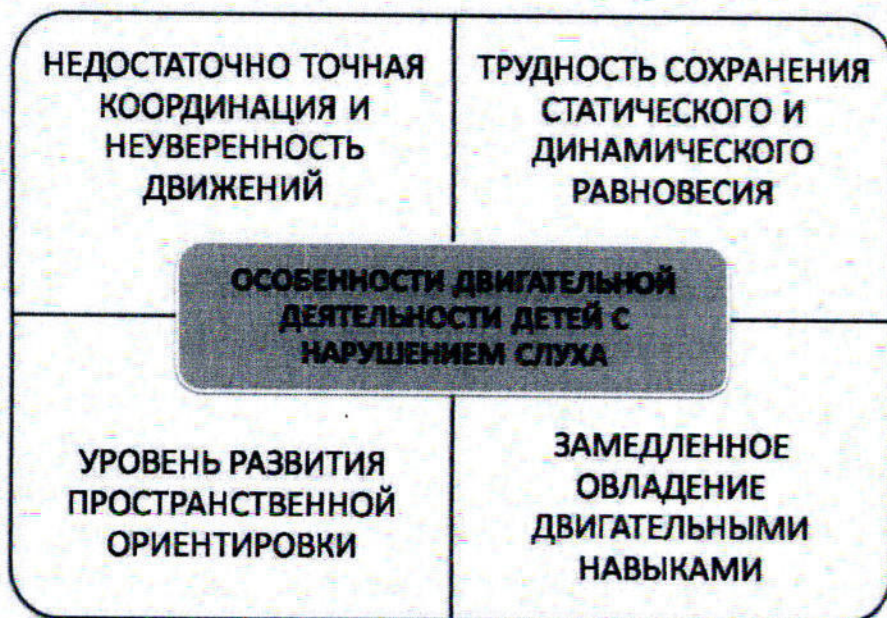


Рис. 1 – Особенности двигательной деятельности детей с нарушением слуха



Особенности познавательной и речевой деятельности детей с нарушенной слуховой депривацией накладывают отпечаток на развитие двигательного анализатора и отражаются на овладении почти всеми видами двигательных навыков и развитии двигательных качеств.

Речевой недостаток детей с нарушением слуха затрудняет эффективность учебно-коррекционного процесса физического воспитания и приводит к замедленному становлению двигательных умений и навыков. В условиях современной системы образования на уроках физической культуры я считаю, что целесообразно в качестве объяснения каких-либо движений применять смешанные средства общения: жестовая, тактильная и устная формы, а также и демонстрация физических упражнений.

Для развития статического равновесия детей с нарушением слуха на уроках физкультуры я использую следующие виды упражнений: на полу, на скамейке стойка на носках, на одной ноге, на носке одной ноги, удерживание гантелей и т. п. Ребята с удовольствием их осваивают в игровых заданиях (типа «Кто дольше простоит» (цапля, аист и др.), а также в общеразвивающих упражнениях: потягивание с подниманием на носки, приседание на носках, поочередные махи ногами, и др.

Для развития динамического равновесия я применяю двигательные задания с установкой на конкретный результат; пройти (пробежать, проскакать, протанцевать) по скамейке и спрыгнуть (сойти) в конце; пройти по скамейке, перешагивая через предметы; пройти по скамейке с предметом в руке; с мешочком на голове; и др.

Для развития пространственной ориентировки мною используются следующие упражнения:

- повороты направо и налево с переступанием ног и прыжками;
- резкое изменение направления движения поворотом направо (налево) или кругом;

ходьба по линиям и по разметкам с резкими поворотами на углах;

поворот кругом, на 180° , при этом, не теряя равновесия и др.



А сейчас хотелось бы остановиться на двигательных качествах: быстрота, ловкость, гибкость, выносливость. Я считаю, что самым эффективным методом по развитию этих двигательных способностей у детей с нарушением слуха на уроках физической культуры, является метод круговой тренировки, который обеспечивает комплексное воздействие на различные мышечные группы. Для развития выносливости я применяю упражнения на сгибание и разгибание туловища; приседание на одной или на двух ногах, упражнения с амортизаторами и эспандерами: движение руками вниз, в сторону, вверх из различных положений, кросс с чередованием бега и ходьбы и т. д. Для развития способности ребёнка с нарушением слуха в определенных условиях молниеносно реагировать на тот или иной раздражитель и совершать нужные действия с минимальной затратой времени я добиваюсь четкого выполнения различных упражнений по сигналу: бег лежа, сидя, с колени, много скоки; бег с высоким подниманием бедра, голени, с максимальной частотой; разнообразные эстафеты. Для развития ловкости отлично подходят подвижные спортивные игры, акробатические упражнения.

Ну и невозможно обойти стороной дыхательные упражнения, которые способствуют нормализации и совершенствованию дыхательного акта. Дыхательные упражнения выполняем на выдохе, с произношением различных звуков. При выполнении дыхательных упражнений наклоны, повороты способствуют лучшей вентиляции лёгких. Во время проведения таких упражнений детский организм неслышащего ребёнка успокаивается, насыщается кислородом. Я учу детей, что регулярное выполнение таких комплексов поможет им противостоять стрессам, подготовиться к экзаменам, спокойно справляться с учебной нагрузкой. В начале каждого учебного года я раздаю педагогам, детям и их родителям Памятки по проведению дыхательной гимнастики.





ПАМЯТКА ПО ПРОВЕДЕНИЮ ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ

1. Дыхательная гимнастика проводится в хорошо проветриваемом помещении.
2. Не рекомендуется проводить дыхательную гимнастику на сытый желудок.
3. Не выполнять дыхательную гимнастику, если ребёнок в плохом настроении или болен.
4. Сначала учим детей общим дыхательным упражнениям: учим дышать при закрытом рте: тренируем носовой выдох; затем тренируем ротовой выдох, закрывая при этом ноздри.
5. Учим задерживать дыхание на 1-2 секунды.
6. На следующем этапе учим направленной воздушной струе (помним, что воздух должен проходить по середине языка, щёки при этом не надуваются).
7. При выполнении дыхательных упражнений не следует переутомлять ребёнка (длительность выполнения упражнений не больше 5 минут), следите за тем, чтобы ребёнок не напрягал плечи, шею.
8. Ребёнок должен быть в свободной одежде, не стесняющей движения.
9. Все дыхательные упражнения проводятся плавно, под счёт, музыку.

Рис. 2 – Памятка по проведению дыхательной гимнастики

Физические упражнения на координацию – это ключ к улучшению спортивных результатов. Я использую упражнения на координацию движения на различных этапах уроках. Такие упражнения как игра «Змейка» (формирование и развитие умения ведению мяча, обходя препятствия); ходьба по линии спиной вперед; стоять на одной ноге, закрыв глаза; удержание предмета на голове, ходьба на месте с закрытыми глазами.

У нас, в школе, используются следующие формы организации двигательной активности:

– ежедневная утренняя зарядка (её проводят утром старшие ребята по заранее предложенному мною комплексу упражнений);

– урок физической культуры (урок-игра, урок-соревнование, урок-турнир, интегрированный урок);

– физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня (физминутки на уроках и переменах, спортивный час в группах продлённого дня);



- спортивные соревнования и праздники (ежегодно, в августе месяце на педагогическом совете утверждается план учебно-воспитательной работы, где неотъемлемой частью являются спортивные соревнования и праздники;
- занятия в спортивных секциях и кружках (на базе школы организованы занятия спортивных секций, проводимые специалистами МБОУ СШ «Лидер»: настольный теннис, шашки, дартс, плавание, пулевая стрельба, вольная борьба, футбол)
- самостоятельные занятия физическими упражнениями (для этого в школьном дворе организована площадка со спортивными тренажёрами).

Литература

1. Байкина, Н.Г. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих/ Н.Г.Байкина, Б.В. Сермеев. – М.: Советский спорт, 1991 – С. 4, 7, 9
2. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни.//Предисл. В.Н.Мошков. – М.: RETORIKA-A: Флинта, 1999 г – 285, 288 с.
3. Шиян Б.М., Ашмарин Б.А., Минаев Б.Н., Гурфинкель А.И., Сермеев Б.В. Теория и методика физического воспитания // Учебное пособие для педагогических институтов и училищ.– М.: «Просвещение», 1988 – с. 127.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

Е. А. Рогина, Н. В. Клишко

ЧОУ ВО «Казанский инновационный университет имени В. Г. Тимирязова
(ИЭУП)» (г. Казань)

Аннотация. В статье раскрыта роль психолого-педагогического сопровождения детей, имеющих особые образовательные потребности, при подготовке к обучению и формированию психологической готовности к школе.

Ключевые слова: психологическая готовность к школе, подготовка к школьному обучению, дети с особыми образовательными потребностями, взаимодействие с семьей.



4.3. Результаты повышения квалификации по профилю (направлению) деятельности педагогического работника

копия
верна
и закон

Образовательное частное учреждение
высшего образования

«Армавирский социально-психологический институт»

УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

232409089160

Документ о квалификации



Регистрационный номер

798

Город

Армавир

Дата выдачи

10.08.2020 года

М. Н. Зинковская

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Ровенская Светлана Анатольевна

прошел(а) повышение квалификации в (на)

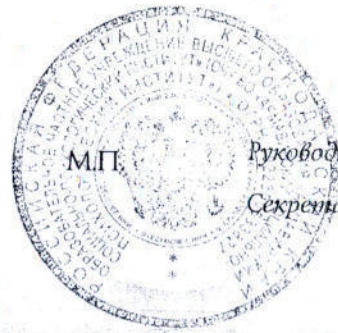
Образовательном частном учреждении
высшего образования

«Армавирский социально-психологический институт»

по дополнительной профессиональной программе

Психолого-педагогические, методические особенности коррекционной работы при преподавании физической культуры, ЛФК для глухих и слабослышащих обучающихся, воспитанников, а также глухих и слабослышащих, имеющих ЗПР, УО в соответствии с ФГОС НОО, ООО, СОО

в объеме 144 часа



Руководитель

Секретарь

(Handwritten signatures)

Д.Н. Недбаев

Ж.А. Сорокина

ДИПЛОМ

О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

363100539767

Документ о квалификации

Регистрационный номер

1512

Город

Воронеж

Дата выдачи

10 мая 2023 года

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

Ровенская

Светлана Анатольевна

с 09 января 2023 года по 10 мая 2023 года

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)

Автономной некоммерческой организации
дополнительного профессионального образования
«Институт современного образования»
по программе

«Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт»

Решением итоговой аттестационной комиссии от

10 мая 2023 года

диплом подтверждает присвоение квалификации
**«Специалист по адаптивной физической культуре
и реабилитации»**

и дает право на ведение
профессиональной деятельности в сфере

адаптивной физической культуры и адаптивного спорта



Председатель комиссии

Мохна Е. И. Мохна

Заместитель

Зайцев А. А. Зайцев

Секретарь

Потапова Е. В. Потапова

Фамилия, имя, отчество **Ровенская**

Светлана Анатольевна

имеет документ об образовании **диплом о высшем образовании**
(высшем, среднем профессиональном)

С « 09 » января 2023 г. по « 10 » мая 2023 г.

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)

Автономной некоммерческой организации дополнительного профессионального образования «Институт современного образования»
(наименование образовательного учреждения (подразделения)

дополнительного профессионального образования
(дополнительного профессионального образования)

по программе **«Адаптивная физическая культура**
(наименование программы)

и адаптивный спорт»

(дополнительного профессионального образования)

прошел(а) стажировку в (на)

(наименование предприятия,

организации, учреждения)

защитил(а) аттестационную работу на тему

(наименование темы)

«История становления и развития АФК для лиц с нарушением зрения»

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по следующим дисциплинам:

№№ п/п	Наименование	Количество часов	Оценка
1	Теория и методика физической культуры и спорта	48	отлично
2	Основы анатомии человека и здорового образа жизни	48	отлично
3	Физиология человека и физкультурно-спортивной деятельности	48	зачтено
4	Специальная педагогика и инклюзивное образование	54	зачтено
5	Психолого-педагогические основы тренировочного процесса в условиях реализации ФГОС	56	зачтено
6	Теория адаптивной физической культуры	50	отлично
7	Тренажерные системы в адаптивной физической культуре и ее материально-техническое обеспечение	50	зачтено
8	Методика адаптивной физической культуры для детей дошкольного и школьного возраста с ОВЗ	54	зачтено
9	Адаптивная физическая культура для лиц пожилого и старшего возраста с ОВЗ	56	зачтено
10	Рекреационная и реабилитационная деятельность	56	зачтено
11	Итоговая аттестационная работа	10	отлично

Всего: **530**



Руководитель _____

Секретарь _____