**ФИЗКУЛЬТМИНУТКА КАК ФОРМА ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ДОШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.**

**Горбулина Д.С.**

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида «Сказка»

**Аннотация:** В данной статье сформулированы особенности двигательных нарушений детей с задержкой психического развития и раскрыты возможности физкультминуток в развитии двигательных умений и навыков.

**Ключевые слова:** двигательные умения и навыки, физкультминутка, особенности дошкольников с задержкой психического развития.

Нарушения двигательных функций у дошкольников с ЗПР являются составляющей частью ведущего дефекта. Различные данные, полученные в исследованиях о формировании моторного развития у детей с ЗПР, помогают описать основное своеобразие их психофизических особенностей. По мнению многих учёных, у таких детей присутствуют следующие нарушения:

– своеобразная моторная недостаточность; неловкость крупной и мелкой моторики; трудности ориентировки в собственных частях тела;

– задержка мышечной координации;

– затруднения в контроле произвольных движений; непроизвольные движения неточные; сложности переключения и автоматизации;

– неумение выполнять движения в определенном ритме;

– не умение двигаться в колонне;

Всё выше описанное связано с тем, что при задержке созревания ЦНС у детей задерживается и нарушается формирование интегративной деятельности мозга в виде недостаточного развития более сложных форм произвольных движений.

Н.П. Вайзман отмечает, что у детей с ЗПР присутствует особенный двигательный облик: избыточность, излишество и богатство движений, непосредственность игровой моторики. А.Н. Леонтьев (1975 г.) писал, что в движении формируется психика.

Одним из эффективных методов коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР учителя-дефектолога является использование здоровьесберегающих технологий, которые помогают достижению максимально возможной результативности в преодолении трудностей, имеющихся у детей. Для решения этих задач используются различные средства физического воспитания, в том числе и **физкультминутки.**

Применение физкультминуток регламентировано новыми санитарными Правилами и СанПиН: СП 2.4.3648-20 от 28.09.2020 № 28, СанПиН 1.2.36-85-21 от 28.01.2021 № 2.

Что же такое физкультминутки? Это физические упражнения, способствующие оздоровлению организма **детей** формированию его двигательных умений и навыков (восстановление работоспособности, улучшения самочувствия, повышения внимания, предупреждение утомляемости). У детей с ЗПР присутствует недостаток энергетического потенциала, поэтому для них динамические паузы можно проводить как в начале занятий для активизации, так и в середине.

Разнообразием физкультминуток и их регулярным использованием уже никого не удивишь. Но мы хотели бы поделиться несколько иным подходом. Нами были изготовлены фишки-карточки, на которых представлены разные виды физкультминуток: «Ручки-ножки», «Нота», «Танцующая фигурка», «Рот», «Ортопазлы».

В связи с тем, что инициатива должна исходить от детей, дети выбирают сами фишку-карточку и тем самым определяют выбор физкультминутки.

«Ручки-ножки» Развивается общая моторика, профилактика ортопедических проблем, развитие внимания, координации, чувства ритма.

«Нота» Это динамические паузы в музыкальном сопровождении для развития чувства ритма, расширения словарного запаса. Мы используем «Песенки Е. Железновой».

«Танцующая фигура» На этих динамических паузах включается музыка, и дети импровизируют или повторяют движения за ведущим. Они способствуют развитию общей моторики, чувства ритма, импровизации.

«Рот» Это всевозможные словесные физкультминутки с движением. Они способствуют развитию скоординированности речи и движения, развитию всех свойств внимания, мелкой моторики.

«Ортопазлы» Основные преимущества массажного коврика: укрепление мышцей и суставов благодаря рельефной поверхности изделия; стимуляция работы головного мозга (активная циркуляция крови и лимфы); развитие общей моторики, развитие координации движения с речью; совершенствование навыков ориентировки в пространстве и собственном теле; развитие памяти, внимания;

Данная технология вариативна, мобильна и полифункциональна, что обеспечивает высокий потенциал использования физкультминуток в коррекционной работе с детьми с ЗПР в любом режимном моменте.

**Список литературы:**

1. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР: пособие для практических работников дошк. образ.уч. /под общ. ред. Е.М.Мастюковой.-М.:Аркти, 2004.

2. От рождения до школы. Примерная образовательная программа дошкольного образования/ под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.-3 изд.,испрл. и доп.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2014.

3. Особенности физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья[электронный ресурс]: методические рекомендации для педагогов ДОУ / Г.Н. Лаврова, Л.П. Кудрявцева, Н.А. Тулупова. -Челябинск: ЧИППКРО 2019.