

«Коррекция и развитие **ОБЩЕЙ МОТОРИКИ**
у дошкольников с общим недоразвитием речи
с использованием **СТРЕТЧИНГА**»



Коробко Елена Геннадьевна, инструктор по физической культуре,
СП «Детский сад «Кораблик» ГБОУ ООШ №19

ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ-

основная организационная форма физкультурно-оздоровительной работы.



Именно они являются основным **средством оздоровления** детей и профилактики различных заболеваний.

В настоящее время появилось много новых методик проведения физкультурных занятий .

В своей работе мы широко используем **методику игрового СТРЕТЧИНГА**, для коррекции и развития **общей моторики** у детей с общим недоразвитием речи в старшей и подготовительной группе.



Дети с тяжелыми нарушениями речи :

- часто соматически ослаблены,
- физически невыносливы,
- быстро утомляются
- с трудом выдерживают длительное пребывание в коллективе.

**Для детей с
дизартрическими
нарушениями речи
характерна:**

- скованность,
- плохая переключаемость.



Формой организации во всех компонентах адаптивной физической культуры является непосредственно образовательная деятельность, в структуру которой включены:

- сочетание и чередование основных видов движений,
- коррекционные упражнения для развития общей и мелкой моторики, физических качеств с использованием специальных средств и методов адаптивной физической культуры:
- кинезиологических упражнений (с предметами и без предметов),
- мышечной и психической релаксации,
- психогимнастики,
- игровой мотивации с элементами данстерапии и ритмопластики,
- логоритмики ,
- пальчиковой гимнастики,
- подвижных игр,
- интегрированной деятельности.



Формирование полноценных двигательных навыков является необходимым звеном в общей системе коррекционного обучения.



В процессе правильно организованных занятий необходимо устранить нескоординированные, скованные, недостаточно ритмические движения.

Обращается специальное внимание на особенности психомоторного развития детей, которые должны учитываться в процессе занятий.

Среди детей с общим недоразвитием речи могут быть дети с дизартрией, имеющие, как правило, остаточные проявления органического поражения центральной нервной системы в виде стертых парезов, приводящих к двигательной неловкости, малому объему движений, недостаточному их темпу и переключаемости.



Работая с детьми с ОНР на занятиях по физической культуре, мы выявили, что воспитанники с трудом могут сосредоточиться на выполнении задания, не запоминают и не понимают правила игры, быстро утомляются. Кроме того, многие дети не умеют прыгать, ловить мяч, удерживать равновесие.

*Мы решили использовать **СТРЕТЧИНГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ** для развития общей моторики детей с ОНР.*

СТРЕТЧИНГ –

комплекс упражнений
для растягивания
определённых мышц,
связок и сухожилий.

Благодаря ему, увеличивается подвижность суставов, мышцы становятся более эластичными и гибкими, меньше подвержены травмам и дольше сохраняют работоспособность.

СТРЕТЧИНГ - включает в себя сочетание динамических и статичных физических упражнений, что наиболее соответствует природе опорно-двигательного аппарата человека и является, лучшим методом тренировки для выработок силы, выносливости, координации движений. Переход от мышечных упражнений к расслаблениям позволяют в короткое время нормализовать все функции организма, приобрести активное рабочее настроение.



Обучение **СТРЕТЧИНГОВЫМ УПРАЖНЕНИЯМ** на занятиях по физической культуре проводится поэтапно, дети каждом занятии знакомятся с 1-2 стретчинговыми упражнениями, а потом разученные упражнения выполняются в комплексе или выполняются детьми в свободной деятельности по заданию воспитателя.

Комплекс «Сулейман», музыкальное сопровождение «У волшебника Сулеймана», дети сидят на полу по-турецки.

1. «Кувшинчик»
2. «Листочки»
3. «Шарфик»
4. «Цветочки – лепесточки»
5. «Китайский веер»
6. «Змея»



Также **СТРЕТЧИНГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

мы широко используем в подвижных играх «Сделай фигуру», «Море волнуется», «Караси и щука», «Два мороза» и др, в которых дети должны удержать заданную позу на некоторое время.

Занятия СТРЕТЧИНГОМ с детьми ОНР показывают хорошие результаты: дети меньше болеют, становятся более открытыми для общения не только со взрослыми, но и между собой. Упражнения направлены на профилактику различных деформаций позвоночника, укрепление его связочного аппарата, формирование правильной осанки. Кроме этого, развиваются эластичность мышц, координация движений, воспитываются выносливость и старательность.

У детей с ОНР отмечается улучшение качества выполнения упражнений, их точность и чёткость.





В результате у дошкольников
данной категории
выработалась

устойчивая мотивация к систематическим занятиям физической культурой: они ориентированы на здоровый образ жизни, имеют прочные знания о здоровьесбережении, средствах укрепления здоровья, о потребностях и возможностях организма.

СТРЕТЧИНГ позволил не только совершенствовать двигательную сферу ребенка, но и сформировать его личностные качества, позитивно повлиять на физическое развитие и его психофизическое здоровье.