

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Детский сад №7»
города Смоленска (МБДОУ «Детский сад №7»)

«Специфика физического воспитания детей с ОВЗ по зрению»



Составитель:
Хлыновская Ю. В.
Инструктор по ФК

«Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»

В. А. Сухомлинский

Воспитание здорового ребенка – сложнейшая задача, поставленная нам природой. Известно, что здоровье определяется многочисленными внутренними и внешними факторами. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние организма, при котором отсутствие заболеваний сочетается с физическим, психическим, и социальным благополучием человека.

За последнее десятилетие значительно увеличилось число детей с отклонениями в психическом и физическом развитии. Помимо врожденных отклонений отмечается увеличение числа хронических заболеваний различных органов и систем. Особое место в детской патологии занимают различные виды нарушения зрения, которые могут привести к полной слепоте, остаточному зрению, слабовидению или отклонениям в формировании полноценной функциональной зрительной системы. В настоящее время значительную часть в структуре глазной патологии занимают аномалии рефракции (*близорукость, дальнозоркость, астигматизм*). Помимо этого, многие дошкольники страдают косоглазием, амблиопией и многими другими видами нарушения зрения.

Для правильной организации физического воспитания детей с нарушения зрения необходимо правильно оценивать состояние здоровья и знать особенности психофизического развития детей. У детей с нарушением зрения довольно часто наблюдаются болезни опорно – двигательного аппарата, так же довольно часто можно обнаружить искривление шейных позвонков. Это осложняется монокулярным характером зрения, привычкой детей поворачивать голову чуть в сторону для улучшения визуальной ориентации в пространстве одним глазом.

На фоне нарушения осанки у детей наблюдается диспластика движений, нарушение координации, аритмичности двигательных актов. Это отягощается и трудностями зрительно пространственной ориентировки, так как монокулярный характер зрения не позволяет выделить такие важные признаки пространства, как глубина, удаленность, протяженность, объёмность. В связи с этим у детей наблюдается укороченный шаг, приводящий к нарушению равновесия и уплощению стопы.

Известно, что основную роль в восприятии движения играют и кинестетические анализаторы. Параметром движения объекта является скорость, ускорение и направление. Недоразвитие и нарушение зрения затрудняют восприятие движения. Наличие яркого оборудования и зрительных ориентиров повышает функциональную активность зрения и зрительную двигательную ориентацию. Организация подвижных игр, игр спортивного содержания и игровых заданий позволяют решать задачи

прослеживания, видения всего игрового пространства с учетом зрительных возможностей детей.

Передвижение по шведской стенке, прыжки по клеткам, прокатывание предметов по разным поверхностям горизонтальным и вертикальным, выполнение общеразвивающих упражнений, позволяет развивать ориентировку ребенка с нарушением зрения в микроплоскости. Так как физическое воспитание, а непосредственно занятие физкультурой связано со зрительным поиском не только по направлениям, но и на разном расстоянии в глубину, с движением в пространстве, сменой положения тела, расчетом времени характеристик движений, оно позволяет развивать и совершенствовать в макроплоскости и макропространстве.

У детей с нарушением зрения существует такое понятие как зрительно двигательно – пространственная ориентировка (ЗДПО), это ориентировка, в которой функция зрения играет существенную роль в координации движений. В развитии зрительно – двигательной – пространственной ориентировки первостепенную роль отводится физическому воспитанию. Для лучшего понимания условий, обеспечивающих ЗДПО, надо приставить такие виды спорта, как футбол, волейбол, баскетбол. В этих играх дети находятся в постоянном разнообразном движении, им приходится ориентироваться в пространстве.

Организационные формы физической культуры в детском саду для детей с нарушением зрения (занятия, утренняя гимнастика, подвижные игры, спортивные упражнения, физкультминутки, физкультурные праздники, индивидуальная работа, самостоятельная двигательная деятельность и др.) имеют коррекционную направленность, предполагающую создание условий для исправления или ослабления недостатков психофизического развития детей, развития средствами физической культуры, охрану зрения и формирования положительных двигательных качеств.

Специфику форм занятий физической культуры определяет организацию двигательного режима, который строится на основе офтальмологического режима, показаний и противопоказаний к выполнению детьми отдельных движений, а также зрительных возможностей детей.

Занятия физической культурой – основная форма организации физического воспитания детей с нарушением зрения, которые проводятся в соответствии с требованиями программ для детского сада по показаниям врача – офтальмолога.

Структура занятий, их содержание, методы проведения зависят от характера зрительных нарушений, вторичных отклонений, уровня развития двигательных умений, навыков и особенностей лечебно – воспитательного процесса. На занятиях ребенку приходится работать с опорой на зрение. Постоянный зрительный контроль приводит к быстрой утомляемости детей, что следует учитывать при организации занятий и строить с учетом зрительной нагрузки. Это необходимо в связи с тем, что основным методом плеоптического лечения детей с нарушением зрения является окклюзия со стороны видящего глаза. Ребенок в этих условиях вынужденно оказывается в

состоянии искусственного слабовидения и слепоты. Дети в этот период находятся в состоянии психического стресса: плачут, пытаются снять окклюдор. Всю работу надо проводить, ориентируя их не на зрение, а на то, что может заменить его хотя бы в некоторой степени. Например, в ходьбе по ограниченной плоскости можно использовать мягкие дорожки из поролона. Хорошо дети ориентируются на различные звуковые сигналы (хлопки, удары в бубен, звон колокольчика, разные музыкальные звуки). Можно использовать озвученные мячи.

Особенность работы, конечно, и в индивидуальном подходе. Это не означает, что на занятии каждому ребенку должны даваться разные упражнения. Со всеми детьми группы осваивается один и тоже программный материал, перед всеми детьми ставится одна и та же задача. В большинстве случаев дается одно и тоже упражнение, но результата добиваются разными путями.

Детям слабее других уменьшается нагрузка путем сокращения количества повторений, дистанций, снижения темпа выполнения упражнений.

Больше внимания уделяется детям, имеющим противопоказания к занятиям. При некоторых глазных заболеваниях (глаукома, высокая осложненность близорукость, афакия, заболевания сетчатки и др.) противопоказаны движения, связанные с резкими и длительными наклонами головы в низ, сотрясением тела, резкими прыжками. Под особым наблюдением во время физкультурных занятий находятся дети, оперированные по поводу сходящего и расходящегося косоглазия. Такие дети нуждаются в «охранительном» режиме. Им противопоказаны упражнения с внезапными и значительными усилиями (сопротивления, прыжки). Следует избегать упражнений, игр, где ставится задача попадания мяча в цель. Таким детям рекомендуется чаще устраивать зрительный отдых.

Если в группе всего 1-2 слабовидящих ребенка, то это сказывается на работе всей группы. Прежде всего, нужно держать в поле зрения таких детей, определять их местонахождение таким образом, что они чувствовали себя свободно и не мешали остальным. При ходьбе в колонне целесообразно поставить таких детей в конце. При построении в звенья ставить в первый ряд звена или в отдельное звено. Давать посильные задания, что бы они не чувствовали себя худшими.

Пропедевтические занятия эффективны в преодолении двигательных пространственных нарушений, так как создают условия для усвоения целостного двигательного акта, помогают поэтапно овладеть элементами техники движений. Пропедевтическая работа может включать в себя индивидуальные игры – задания.

Подвижные игры для детей с нарушением зрения имеют огромное значение не только как средство сохранения функций, навыков ориентировки в пространстве, совершенствования движений. В процессе игры ребенок учится добиваться успеха, подчинять свои желания правилам игры. Эффективное решение задач игры способствует преодолению дефектов зрения, его компенсации. Специальных подвижных игр для детей с глазной

патологией нет. Но нужно учитывать ряд противопоказаний по выполнению отдельных движений, упражнений, которые отмечались выше. Учитывая трудности зрительного восприятия и нарушения движений у детей, игра должна быть хорошо организована и разъяснена. Начинать игру необходимо по условному сигналу (свистку, хлопку, команде, удару в бубен и др.), о чем дети предупреждаются заранее. В процессе игры целесообразно делать остановки с тем, чтобы снять напряжение, избежать переутомления, используя это время для анализа игры. Осуществляется индивидуальная дозировка нагрузки (уменьшение дистанции, число повторений, время нахождения в игре, облегчение задания, ограничение движений). В подвижных играх не допускается встречный бег, резкие остановки во время бега, не разрешается держаться друг за друга во время движения. Для детей со сходящимся косоглазием используются игры, требующие направления взгляд вверх, вдаль, с расходящимся – вниз, в близь.

Особенности двигательной сферы у детей с нарушением зрения проявляются в действиях с мячом. Характерным является то, что дети фиксируют взглядом принятие исходной позы, долго устанавливают ноги в нужное место, меняют положение рук. При замахе отводят глаза в сторону бросающей руки, но сам бросок взглядом не сопровождается.

Метание вдаль. Метание правой и левой рукой вдаль характеризуется слабой силой броска, недостаточным замахом. Навыки фиксации взором выполняемых действий у детей с нарушением зрения сдерживается в развитии. Метание набивного мяча на дальность двумя руками из – за головы также имеет свои особенности, проявляющиеся в слабости мышечной силы, снижении функции прослеживания действий, трудностях в принятии исходного положения.

Метание в цель. Специфика движений у детей в точности выполнения задания особенно заметна в разных видах метания. При метании в горизонтальную цель наблюдаются ошибки, которые зависели от неумения принять правильное исходное положение. Ноги, как правило, ставятся параллельно, взором фиксируются положение ног и положение рук при замахе, а взгляд в сторону бросающей руки не направляется.

У всех детей отмечается слабая сила броска и относительно снижены количественные показатели. Часто дети в нарушение инструкции сокращают расстояние до цели. Перед метанием в цель неоднократно заглядывают в нее это связано с тем, что нарушенное зрение не обеспечивает восприятия удаленных предметов, в данном случае целей метания.

Заключение

К детям с нарушением зрения относятся: слепые с полным отсутствием зрения и дети с остаточным зрением; слабовидящие; дети с косоглазием и амблиопией. Особенности развития слепых и слабовидящих детей обусловлены системным характером нарушения зрения и вторичным отклонением в развитии слепых и слабовидящих детей. Психическое развитие слепых и слабовидящих детей по темпам и качественным характеристикам отличается от развития зрячих детей.

Развитие зрительного восприятия и двигательной сферы ребенка тесно связаны с момента его рождения. Двигательная сфера детей с нарушениями зрения развивается иначе, чаще запаздывает в развитии, в координации движений, их точности, так как нарушенное зрение не обеспечивает ребенку необходимый контроль за движениями.

Занятия физического воспитания для детей с нарушением зрения варьируются в зависимости от состояния зрения, уровня физической подготовленности и возраста занимающихся. Физическое воспитание строится с учетом индивидуального и дифференцированного подхода к регулированию физической нагрузки, физической подготовленности и сенсорных возможностей детей, а также с учетом эмоциональной насыщенности.

В работе с данными категориями детей используются все методы обучения, однако, учитывая особенности восприятия ими учебного материала, есть некоторые различия в приемах. Они изменяются в зависимости от физических возможностей ребенка, запаса знаний и умений, наличия предыдущего зрительного и двигательного опыта, навыка пространственной ориентировки, умения пользоваться остаточным зрением.

Список использованных источников

1. Андрющенко, Е. В. Развитие осязания и мелкой моторики рук у детей с нарушениями зрения (5-7 лет) : метод. пособие для тифлопедагогов ДОУ / Е. В. Андрющенко, Н. Я. Ратанова, Л. Б. Осипова. – Челябинск: Цицеро, 2010. – 127 с.
2. Балаболкин, М. И. Лечебная физическая культура: справочник / М. И. Балаболкин, Д. М. Аронов, А. А. Аронов; под ред. В. А. Епифанова, И. Б. Героева. – М. : Медицина, 2004. – 587 с.
3. Бернштейн, И. А. О построении движения / И. А. Бернштейн. – М. : Просвещение, 2005. – 213 с.
4. Вопросы обучения и воспитания слепых и слабовидящих : сб. науч. трудов / под редакцией А. Г. Литвак. – СПб.: Невское время, 2011. – 122 с.
5. Воронина, Ф. Пособия для развития мелкой моторики рук / Ф. Воронина // Ребенок в детском саду. – 2009. – № 4. – С. 19–22.
6. Гареева, Н. Коррекция развития мелкой моторики и осязания у детей с нарушением зрения / Н. Гареева // Дошкольное воспитание. – 2002. – № 6. – С. 75–79.
7. Григорьева, Л. П. Роль перцептивного обучения в преодолении последствий зрительной депривации у детей с низким зрением / Л. П. Григорьева // Физиология человека. – 2006. – Т. 22, № 5. – С. 85–91.
8. Григорьева, Л. П. Развитие восприятия у ребенка: пособие для коррекционных занятий с детьми с ослабленным зрением в семье, детском саду, начальной школе / Л. П. Григорьева, М. Э. Бернадская, И. В. Блинникова. – М.: Школа – Пресс, 2004. – 96 с.
9. Дети с глубокими нарушениями зрения / под ред. М. И. Земцовой, А. И. Каплан, М. С. Певзнер. – М.: Педагогика, 2006. – 264 с.

10. Дмитриев, А. А. Физическая культура в специальном образовании / А. А. Дмитриев. – М.: Академия, 2002. – 176 с.
11. Дмитриев, А. А. Физическая культура в специальном образовании: уч. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А. А. Дмитриев. – М.: Академия, 2012. – 210 с.
12. Дружинина, Л. А. Коррекционная работа в детском саду для детей с нарушением зрения: методическое пособие / Л. А. Дружинина. – М.: Экзамен, 2006. – 185 с.
13. Дружинина, Л. А. Содержание и методика работы тифлопедагога ДОУ: учебно-методическое пособие / Л. А. Дружинина. – Челябинск, 2006. – 113с.
14. Дубровский, В. И. Лечебная физическая культура и врачебный контроль / В. И. Дубровский. – М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2006. – 596 с.
15. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
16. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и массаж / В. А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР-МЕД, 2002. – 558 с.
17. Ермаков, В. П. Основы тифлопедагогтики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 240 с.
18. Забазлай, Е. Н. Формирование полного образа зрительного восприятия у детей с нарушением зрения / Е. Н. Забазлай // Коррекционная педагогика. – 2011. – № 1. – С. 44–46.
19. Занятия по развитию ориентировки в пространстве у дошкольников с нарушениями зрения. Методические рекомендации / сост. А. Л. Дружинина. – Челябинск: АЛИМ, изд-во Марины Волковой, 2008. – 134 с.
20. Земцова, М. И. Обучение и воспитание дошкольников с нарушениями зрения / М. И. Земцова. – М.: Просвет, 2008. – 160 с.
21. Кольцова, М. М. Ребенок учится говорить : пальчиковый игротренинг / М. М. Кольцова, М. С. Рузина. – СПб: Детство, 2004. – 132 с.
22. Коррекционная педагогика / И. А. Зайцева, В. С. Кукушин, Г. Г. Ларин и др. – Ростов н/Д: МарТ, 2002. – 301 с.
23. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / под ред. Л. В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.
24. Лечебная физическая культура: учебн. для студ. высш. учеб. завед. / С. Н. Попов, Н. М. Валеев, Т. С. Гарасева; под ред. С. Н. Попова. – М.: Академия, 2008. – 416 с.
25. Лечебная физическая культура: учебн. пособие / В. А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР – Медиа, 2006. – 568 с.
26. Литвак, А. Г. Психология слепых и слабовидящих : учеб. пособие / А. Г. Литвак ; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. – СПб.: Изд-во РГПУ, 2011. – 271 с.

27. Мишустина, И. С. Сенсомоторное воспитание детей дошкольного возраста с нарушением зрения / И. С. Мишустина. – М.: Владос, 2002. – 243 с.
28. Мясникова, Л. В. Развитие осязания и мелкой моторики у дошкольников с нарушением зрения / Л. В. Мясникова. – Саратов, 2006. – 19 с.
29. Осипова, Л. Б. Развитие осязания и мелкой моторики как средства компенсации зрительной недостаточности у младших школьников с нарушением зрения: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Осипова Лариса Борисовна. – Екатеринбург, 2010. – 23 с.
30. Основы специальной педагогики и психологии / Н. М. Трофимова, С. П. Дуванова, Н. Б. Трофимова, Т. Ф. Пушкина. – СПб.: Питер, 2006. – 304 с.
31. Плаксина, Л. И. Содержание медико-педагогической помощи детям с нарушением зрения / Л. И. Плаксина. – М.: Академия, 2009. – 231 с.
32. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения). Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду / под ред. Л. И. Плаксиной. – М. : Экзамен, 2003. – 256 с.
33. Ремезова, Л. А. Формирование геометрических представлений у дошкольников с нарушением зрения: методическое пособие / Л. А. Ремезова. – Тольятти, 2002. – 154 с.
34. Солнцева, Л. И. Введение в тифлопсихологию раннего, дошкольного и школьного возраста / Л. И. Солнцева. – М.: Полиграф-Сервис, 2007. – 121 с.
35. Содержание и методика работы тифлопедагога ДОУ: учеб.-метод. пособие / сост. Л. А. Дружинина, Л. Б. Осипова. – Челябинск: «Букватор», 2006. – 113 с.
36. Специальная дошкольная педагогика / под ред. Е. А. Стребелевой. – М.: Академия, 2001. – 312 с.
37. Специальная психология / под ред. В. И. Лубовского. – М.: Академия, 2006. – 464 с.
38. Тодис, К. Н. Особенности воспитания детей дошкольного возраста с нарушением зрения: практ. пособие для родителей / К. Н. Тодис, О. Т. Тодис. – Ставрополь: Параграф, 2011. – 107 с.
39. Фомина, Л. О развитии микроориентировки у дошкольников с нарушением зрения / Л. Фомина // Дошкольное воспитание. – 2007. – № 9. – С. 98–99.
40. Шапкова, Л. В. Средства адаптивной физической культуры / Л. С. Шапкова; под ред. С. П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.