

Коррекция и развитие двигательной сферы  
подростков с тяжелыми нарушениями  
интеллектуального развития

# Моторная недостаточность

- При умственной отсталости тормозного типа двигательное недоразвитие обнаруживается в бедности, однообразии движений, резкой замедленности их темпа, вялости, неловкости.
- У детей с преобладаем процесса возбуждения отмечается повышенная подвижность, но их движения нецеленаправлены и беспорядочны, им нелегко производить последовательные действия.
- Особенно затруднены у детей тонкие, дифференцированные движения пальцев рук – мелкая моторика.

# Развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению

- Нарушены все стороны психики: внимание, восприятие, память, речь, мышление, эмоционально-волевая сфера.
- Развитие моторики создает предпосылки для становления многих психических процессов: благодаря проприоцепции моторика влияет на психику.
- Занятия физическими упражнениями основаны на одной из главных потребностей человека — влечении к движениям.

# Задачи работы по коррекции психомоторного развития

- Развитие мелкой моторики(тонких движений кистей и пальцев рук, зрительно-двигательной координации)
- Развитие крупной моторики (статической и динамической координации движений, силы и выносливости основных мышечных групп)
- Формирование и совершенствование двигательных умений и навыков профессионально-прикладного характера

# Принципы построения программы психомоторной коррекции

- Доступность
- Систематичность и последовательность
- Индивидуальный и дифференцированный подход
- Практическая направленность

# Основные принципы формирования и коррекции психомоторных умений и навыков у детей с тяжелой умственной отсталостью

- Коррекцию проводим с учетом клинических групп олигофрении: возбудимых (эретичных) подростков и заторможенных (торпидных).
- Для правильного построения работы по коррекции психомоторики необходимо вычленить структуру поражения, а затем формировать плохо развитые или отсутствующие «контингенты движений» того или иного церебрального уровня.

# Коррекция недостаточности организации движений

- **А-уровня**                    Заключается в выработке навыков удержания определенной позы в покое и движении. Совершенствование деятельности этого уровня организации движений осуществляется развитием статической выносливости, равновесия, способности удерживать позу после сбивающего воздействия (кружения)
- Недостаточность **В - уровня**                   организации движений выражается в бедности защитных, вспомогательных, выразительных, мимических, пластических движений.
- Наиболее адекватным методом коррекции являются музыкально-ритмические упражнения

# Коррекция недостаточности организации движений

- Музыкальный ритм изменяет деятельность нервной системы, вызывает рефлекторное усвоение ритма, растормаживает моторные центры, создает бодрое радостное настроение, воспитывает активное внимание и торможение.
- Занятие под музыку позволяет точно дозировать раздражение по силе и длительности, упорядочивает темп движений, который легко увязывается с характером музыки.
- Улучшаются психические процессы, автоматизация двигательных актов.



# Коррекция недостаточности организации движений

- **С-уровня** осуществляется упражнениями, направленными на развитие гибкости, укрепление мышц туловища.
- Полезны лазанья через препятствия, перешагивания, упражнения с партнером.
- В упражнениях используют веревки, мячи, обручи, мешочки с песком.
- **Д-уровня** проявляется в невозможности интеллектуального, с опорой на память, решения двигательной задачи.
- Коррекция осуществляется играми по правилам с опознанием, запоминанием, пересказом содержания.
- Используются игры и упражнения на развитие внимания, сообразительности, находчивости.

# Упражнение как средство овладения двигательными умениями

- Умения формируются в процессе многократного повторения нужного действия, т.е. путем упражнения.
- Последовательность процесса обучения двигательному действию предложена в работах И. П. Ильина

# Стадии формирования двигательного умения (навыка) по И.П. Ильину

- Первая стадия – формирование понятия и зрительного представления о двигательном действии в целом. Главные каналы получения информации – зрительный (показ) и слуховой (объяснение). Возникающее представление о двигательном действии носит обобщенный характер и не подкреплено мышечно-двигательными ощущениями.
- Вторая стадия – связана с начальным этапом выполнения разучиваемого действия, поиском тех двигательных (мышечных) координаций, которые обеспечат выполнение двигательной задачи. Задачей этой и последующей стадий является научение следовать предъявленному образцу.

# Стадии формирования двигательного умения (навыка) по И.П. Ильину

- Третья стадия характеризуется **концентрацией возбуждения в тех нервных центрах**, которые участвуют в управлении данным двигательным актом.
- Правильное выполнение разучиваемых движений снимает чувство неуверенности и боязни. Постепенно устраняются защитные двигательные реакции, мешающие правильному выполнению двигательного действия.
- Начинает формироваться **динамический стереотип**, хотя ошибки еще возможны, т.к. **внимание ещё напряжено** и концентрируется в основном на движениях, при переключении внимания на окружающую обстановку качество выполнения движения ухудшается.

# Стадии формирования двигательного умения (навыка) по И.П. Ильину

- Четвертая стадия - автоматизация действия. Техника движения выполняется стабильно. Контроль движения осуществляется в основном за счет проприоцептивных сигналов, а зрительная обратная связь отходит на второй план.
- Пятая стадия – формирование умений высшего порядка. Подросток научается изменять детали двигательного действия для того, чтобы добиться максимального результата при изменившихся условиях деятельности.

## Каждое занятие по формированию и коррекции психомоторики подростка с выраженной степенью умственного недоразвития состоит с трёх частей

- Вводная часть – игры и упражнения, направленные на **мобилизацию внимания**, подготовку подростка к предстоящим нагрузкам, поддержание **положительного эмоционального настроя**.
- Основная часть – включает в себя игры и упражнения, направленные на решение **социальных задач**. Первоначально все упражнения выполняются **по показу** педагогом, с четким **проговариванием** всех элементов движения как педагогом так и по возможности самим подростком. После того, как движение доведено до **автоматизма**, подросток может выполнять его самостоятельно, без опоры на показ и помощь специалиста.
- Заключительная часть – постепенное снижение нагрузки, релаксирующие упражнения.

## Последовательность процесса обучения двигательному действию (по И.П. Ильину)

	Наименование этапа		
	Начальное разучивание	Углубленное разучивание	Закрепление и совершенствование
Цель этапа	Сформировать умение выполнять основу техники двигательного действия	Сформировать умение выполнять двигательное действие в объеме намеченных технических требований	Закрепить умение и навык, сформировать способность выполнять действие в условиях его практического применения
Задачи	Создать общее представление о двигательном действии и установку на овладение им	Углубить понимание закономерностей техники изучаемого действия и значения её частей, предупредить возникновение значительных ошибок	Закрепить в необходимой мере технику двигательного действия
	Восстановить предшествующий опыт выполнения действий, близких по технике к вновь изучаемому	Последовательно разучить общие детали, усовершенствовать пространственные, временные и динамические характеристики техники действия	Совершенствовать изучаемое действие в соединении с другими двигательными действиями