



Физкультурно –
оздоровительная
работа с детьми
с нарушениями
зрения.



Больше всего на свете ребенок хочет двигаться, для него движение — есть способ познания мира. Значит, чем точнее и четче будут детские движения, тем глубже и осмысленнее знакомство ребенка с миром.

Дети с нарушением зрения характеризуются меньшей подвижностью, по сравнению с нормально видящими сверстниками; нечеткостью координации движений; снижением темпа их выполнения, ловкости, ритмичности. Эти дети испытывают трудности при ориентировке в пространстве, выполнении упражнений на равновесие.

У дошкольников с нарушением зрения осложнено формирование понятий об основных движениях, что снижает двигательную активность, сдерживает развитие естественных потребностей.



Опыт работы показывает, что в процессе выполнения специальных упражнений и заданий можно развить у детей координацию, ритм и точность движений. В процессе занятий следует следить за тем, чтобы положение головы и корпуса было прямым, размах рук свободным, с должной амплитудой.

Основные задачи физического воспитания дошкольников с нарушением зрения:

- охрана и укрепление здоровья, совершенствование функций организма;**
- полноценное физическое развитие;**
- воспитание интереса к различным двигательным действиям;**
- формирование нравственных и личностных качеств;**
- обеспечение своевременной подготовки детей к школе.**

Наряду с общими задачами физического воспитания детей с нарушениями зрения решаются специальные задачи с учетом познавательной деятельности и предшествующего двигательного опыта:

- повышение двигательной активности детей путем создания специальных условий, позволяющих преодолевать скованность, ограниченность движений;**
- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков на основе деятельности сохранных анализаторов;**
- коррекция и компенсация недостатков физического развития;**
- воспитание положительной мотивации к самостоятельной двигательной деятельности, преодоление неуверенности в своих силах, коммуникативных свойств личности.**

Специальные разделы работы по физическому воспитанию детей с нарушением зрения включают:

- **Развитие навыков пространственной ориентации**
 - ориентировка на себе (знание частей тела);
 - ориентировка в физкультурном зале и на спортивной площадке (знакомство с залом, оборудованием и их назначением, условиями безопасного передвижения);
 - определение направления (повороты, перемещения);
 - ориентировка с помощью слухового и тактильно-двигательного анализаторов.

- **Коррекция вторичных нарушений**
исправление нарушений осанки, плоскостопия; коррекция скованности, ограниченности и недостаточности движений.

Формирование мотивации движений - положительного интереса к двигательной деятельности.

Развитие элементарных зрительных функций

- прослеживающие функции глаза;
- глазомера;
- гимнастика для снятия зрительного утомления.

Для проведения физкультурно-оздоровительной работы с детьми с нарушением зрения должны быть созданы условия:

- физкультурный, желательны и тренажерный залы;
- специальный инвентарь, пособия, предметы для коррекции преодоления движений и вторичных отклонений;
- рациональное размещение оборудования;
- освещение всей площадки зала и оборудования;
- спортивная форма и обувь;
- личная гигиена (чистые очки, прочность окклюдора, специальные приспособления для держания очков);
- гигиена окружающей среды;
- офтальмо-гигиенический контроль за физическим воспитанием.

При организации двигательной активности детей с нарушением зрения всегда следует помнить о рекомендациях врача-офтальмолога, диагнозе, зрительной нагрузке, чтобы не вызвать негативных последствий от перегрузок на зрение или неправильно подобранных упражнений.

Успех занятий физической культурой в большой мере зависит от оборудования и пособий, а также от форм, методов, приемов индивидуального подхода к детям. Для занятий с детьми с нарушением зрения используется наряду с традиционным, нестандартное оборудование. Эти пособия вносят в каждое занятие элемент необычности, вызывают интерес детей, желание поиграть с ними. Использование этого оборудования увеличивает количество упражнений для разных групп мышц, а также позволяет применять дифференцированный метод работы с детьми, имеющими различные зрительные нарушения, подготовить их к выполнению других, более сложных движений, упражнений, заданий.







Физкультурное занятие с использованием нестандартного многофункционального оборудования – сетки с карточками.



Энергетическая гимнастика



Занятия с использованием фитбол - гимнастики



