

Тема выступления: «Использование нетрадиционного физкультурного оборудования – координационной лестницы в работе с детьми ОВЗ»

Дети с ограниченными возможностями здоровья быстро утомляются, устают, раздражаются, часто наблюдается общая моторная неловкость. Недостаточная координация движений отмечается во всех видах моторики.

Основные двигательные умения и навыки сформированы недостаточно, движения ритмично не организованы, повышена двигательная истощаемость, снижена двигательная память и внимание.

Координационная лестница – спортивный инвентарь для физического воспитания, при использовании лестницы у детей наблюдается: улучшение координационных способностей и общего функционального состояния организма; развивается скорость, сила и прыгучесть, вестибулярный аппарат, ориентирование в пространстве; формируется правильная осанка; ребенок осознает природу ходьбы, прыжков и бега; развиваются навыки преодоления препятствий и способов сохранения равновесия; формируется привычка вести здоровый образ жизни и заниматься физической культурой и спортом; укрепляется дыхательная, сердечно-сосудистая система и опорно-двигательный аппарат.

Вначале дети учатся ходьбе и перешагиванию, при этом возникают сложности, поэтому дополнительно используются ориентиры.

Детям с ОВЗ просто необходимы подвижные игры, которые развивают координацию движения и вестибулярный аппарат

Подвижная игра «Шагаем по дорожке»

Движения выполняются согласно тексту. Можно выполнять в разном темпе, выполнять с разных исходных положений (правым и левым боком, в прыжке).

Мы шагаем по дорожке,

Укрепляем наши ножки!

Слушаем внимательно,

Делаем старательно!

Как услышишь слово нос, стой

на месте ты всерьёз.

Ногу дружно подними, нос и ухо покажи!

Как услышишь слово кот, развернись

наоборот,

Шагай дружно, не зевай, слова игры

запоминай.

Подвижная игра «Регулировщик»

Задачи: закреплять навык выполнения движений в соответствии с сигналами «регулировщика», развивать внимание.

Ход игры. Во время ходьбы по «Лесенке» в колонне по одному воспитатель (он идет первым) меняет положение рук: в сторону, на пояс, вверх, за голову, за спину. Дети выполняют за ним все движения, кроме одного – руки на пояс. Это движение – запрещенное. Тот, кто ошибается, выходит из строя, становится в конце колонны и продолжает игру. Через некоторое время запрещенным движением объявляется другое.

Подвижная игра «Гномики все в домики!»

Ход игры: Дети Гномики располагаются в своём «домике» (лесенке).

Выбирается водящий. Водящий обходит «домики», собирая Гномиков в цепочку, приговаривая: «Пошли погулять Гномики, оставили свои домики гномик Миша (например, гномик Саша (и т. д., перечисляя всех игроков, и уводит их подальше от «домиков». Водящий говорит куда ведёт детей: «Пошли они в лес да заблудились, долго-долго ходили и т. д.)». В любом месте рассказа, по команде «Гномики, все в домики!», все бегут в свои «домики». Водящий тоже занимает чей-нибудь «домик». Игрок, который остался без «домика», становится водящим. Игра повторяется 2-3 раза.

Дети учатся выполнять упражнения с мячом на координационной лестнице, подбрасывают мяч вверх, выполняют броски мяча на каждый шаг с правой и левой стороны, броски мяча в каждую ячейку.

Дети ходят, выполняя броски мяча в ячейку; приставным шагом, выполняя броски мяча перед собой. Так же на координационной лестнице можно делать ОРУ с предметами (флажками).

Детям необходима поддержка инициативы и самостоятельности в различных видах деятельности, в том числе и двигательной. Если координационная лестница находится в спортивном уголке группы, то каждый ребенка имеет

возможность выбрать упражнение (по схеме), придумать свое, найти партнера

для игры, научить другого тому, что умеет сам.

Комплекс игровых упражнений положительно влияет на формирование двигательных умений и навыков, способствует повышению уровня развития физических качеств: быстроты и координации движений у детей.

Для ознакомления с упражнениями на координационной лестнице мной проведена консультация для воспитателей, мастер-класс для родителей, на котором родитель знакомится с координационной лестницей и различными упражнениями. Дополнительно к тренажёру изготовлены дорожки для перешагивания, прыжков, развития координации и нестандартное оборудование, с одной стороны которого следы, а с другой числа от 1 до 10 для игры в «Классики».

Результатом использования координационной лестницы является:

1. Укрепление осанки, улучшение физических качеств: координации, силы, общей выносливости, ловкости, гибкости, скорости, сочетания скорости и силы, равновесия.
2. Улучшение техники выполнения различных видов основных движений, оптимально возрастным нормам.
3. Улучшение умственных способностей: внимания, быстроты реакции, памяти, воображения.

Ежедневная тренировка на координационных (скоростных) лестницах, правильно подобранные упражнения и их дозировка, позволяет разнообразить занятия с дошкольниками.

В своей работе я хотела показать, что необходимо развивать скоростные и координационные способности у дошкольников, искать новые средства, повышающие интерес к занятиям физической культуры, спортивным играм и соревнованиям