**Программа физического воспитания детей 5-6 лет с задержкой психического развития**

Кандидат педагогических наук, доцент Т.А. Банникова, О.В. Решетняк, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар

Введение. В настоящее время наблюдается тенденция к росту количества детей, имеющих нервно-соматические, сенсорные заболевания и отклонения в психическом и физическом развитии. Количество дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР) достигает в среднем по России 25 %.

Деятельность специализированных дошкольных образовательных учреждений (ДОУ) для детей с ЗПР в современных условиях требует разработки новых научно обоснованных организационных, методических и технологических компонентов воспитательно-оздоровительного процесса.

Результаты исследований и их обсуждение. В ходе проведенных педагогических исследований нами были изучены особенности физического, психического и социального аспектов здоровья детей коррекционных групп.

У дошкольников 5-6 лет с ЗПР по сравнению с их сверстниками массовых групп выявлено достоверное отставание в уровне развития координационных, скоростно-силовых и скоростно-координационных способностей, гибкости, общей выносливости. Специалисты отмечают, что к числу характерных особенностей ЗПР у детей относятся неравномерность формирования разных сторон их психической деятельности, наличие инфантильных черт, недоразвитие общей и мелкой моторики.

В ходе пилотажного эксперимента (1999 - 2000 гг.) были апробированы следующие средства и методы физического воспитания дошкольников с ЗПР: организация сюжетных физкультурных занятий на основе игровой мотивации с элементами данстерапии, интегрированной деятельности, релаксации, ритмопластики, логоритмики, психогимнастики, игровой деятельности. Это способствовало увеличению моторной и общей плотности физкультурных занятий (с 52 до 80 % и с 60 до 82 % соответственно), а также улучшению устойчивости внимания у дошкольников на занятиях (до 4,5 балла).

Разработанная и реализованная в условиях ДОУ № 113, 131, 138, 179, 217 г. Краснодара авторская программа физического воспитания детей 5-6 лет с ЗПР включает в себя 4 взаимосвязанных блока: проективный, содержательный, процессуальный и контрольно-учетный (см. рисунок).

Проективный блок включает в себя цель физического воспитания, которая заключается в осуществлении комплексной оздоровительной и коррекционно -развивающей работы с дошкольниками 5-6 лет, имеющими ЗПР, на основе компенсаторных (резервных) возможностей организма. В задачи физического воспитания введены коррекционный, интеллектуальный и социально-психологический компоненты. Планирование работы по физическому воспитанию дошкольников с ЗПР строится по 4 основным этапам (периодам). Последовательность и содержание этих этапов раскрыты в таблице. Представленная модель рассчитана на годичный цикл работы.

Содержательный блок представлен набором специальных средств физического воспитания, содержанием физкультурных знаний, перечнем физических упражнений для детей 5-6 лет с ЗПР, соответствующего физкультурного оборудования и инвентаря.

Процессуальный блок содержит описание организационных подходов, методических приемов и технологических решений процесса физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с ЗПР.

Результаты педагогических наблюдений показали, что на физкультурных занятиях дошкольники с ЗПР не способны выдерживать нагрузку в течение 30 - 35 мин из-за быстрой утомляемости, низкой работоспособности. При анализе кривой устойчивости внимания детей было отмечено, что она имеет скачкообразный характер и не превышает 3 баллов. В связи с этим было рекомендовано уменьшить длительность физкультурных занятий до 20 - 25 мин: вводно-подготовительная часть - 4 - 5 мин (20% от общего времени занятия), основная - 13 - 16 мин (65%), заключительная - 3 - 4 мин (15%).



Структура программы физического воспитания детей 5-6 лет с задержкой психического развития

Необходимо отметить, что независимо от особенностей проведения физкультурных занятий с дошкольниками, имеющими ЗПР, они должны включать в себя специальные коррекционные упражнения для развития общей и мелкой моторики, функции равновесия, ориентировки в пространстве, зрительно-моторной координации движений. Целесообразно использование упражнений преимущественно циклического характера.

Установлено, что у дошкольников с ЗПР выявляются трудности при выполнении движений по словесной инструкции. Исходя из этого следует учесть, что на начальных этапах проведения физкультурных занятий движения выполняются детьми по подражанию (по показу), далее по словесной инструкции в сочетании с показом, на заключительном этапе - по словесной инструкции. Возможно использование схем-моделей, замещающих инструкции (при переключении от одного вида ходьбы или бега к другому, принятии исходного положения и др.), что способствует развитию у дошкольников внимания, мышления, ориентировки в пространстве.

Для осуществления эффективной коррекционно -развивающей работы необходимы четкие координированные действия всех специалистов ДОУ на основе их профессионального взаимодействия, обеспечение сотрудничества в триаде "Педагог - ребенок с ЗПР - семья".

Модель планирования работы по физическому воспитанию дошкольников 5-6 лет с задержкой психического развития

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Месяцы | Периоды (этапы) | Содержание работы |
| Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь | Подготовительный период | I фаза | Адаптационный период к воспитательно-оздоровительным нагрузкам в ДОУ. Физкультурно-оздоровительная работа на основе игровой мотивации. Диагностика уровня физического и психоэмоционального состояния детей. Работа по совершенствованию у детей двигательных действий, сформированных в предыдущей возрастной группе. Комплексное развитие физических качеств в игровой деятельности (скоростных, силовых и координационных способностей, общей выносливости, гибкости) |
| II фаза | Формирование двигательных умений и навыков (в соответствии с разработанным перспективным планированием). Подготовка к спортивному празднику |
| Январь Февраль Март Апрель | Базовый период | Организация специальной работы по коррекции нарушений двигательной деятельности дошкольников с ЗПР Спортивный праздник (февраль) |
| Май | Переходный период | Диагностика уровня физического и психоэмоционального состояния детей |
| ИюньИюльАвгуст | Оздоровительно-рекреационный период | Подвижные игры, закаливающие мероприятия, коррекционно-развивающая работа, физкультурные досуги на свежем воздухе |

Контрольно-учетный блок включает в себя диагностический комплекс психолого-медико -педагогического обследования старших дошкольников, состоящий из 32 показателей физического и психоэмоционального состояния, шкалы оценок физической подготовленности и психомоторного развития.

Заключение. Результаты основного педагогического эксперимента (2000 - 2003 гг.) подтвердили эффективность реализации разработанной программы физического воспитания детей 5-6 лет с ЗПР, что выразилось в достоверном улучшении уровня физического и психоэмоционального состояния дошкольников ЭГ, повышении их социальной адаптации.

**Список литературы**

1. Готовимся к школе: программно-методическое оснащение коррекционно-развивающего воспитания и обучения дошкольников с ЗПР / Под ред. С.Г. Шевченко. - М.: Ника-пресс,1998. - 198 с.

2. Дети с задержкой психического развития / Под ред. Т.А. Власовой, В.И. Лубовского, Н.А. Цыпиной. - М.: Педагогика, 1984. - 256 с.

3. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений / Под общ. ред. д.м.н. Е.М. Мастюковой. - М.: АРКТИ, 2002. - 192 с.

4. Решетнева Г.А., Лубышева Л.И. Концепция формирования основ здоровой жизнедеятельности ребенка на начальных этапах его индивидуального развития // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2002, № 4, с. 2 - 4.

5. Специальная дошкольная педагогика: Учеб. пос. / Е.А. Стребелева, А.Л. Венгер, Е.А. Екжанова и др.; Под ред. Е.А. Стребелевой. - М.: Издательский центр "Академия", 2001, с. 3 - 94.

Для подготовки данной работы были использованы материалы с сайта <http://lib.sportedu.ru>