

Развитие двигательных-координационных способностей дошкольников с ОВЗ через применение упражнений на координационном тренажере «Лестница – чудесница»

Подготовила
инструктор по физической культуре
Крус Ю. А.

Детство - это уникальный период в жизни человека, в процессе которого формируется здоровье, осуществляется развитие личности. Все, что приобретено ребенком в детстве, сохраняется потом на всю жизнь.

В первые годы жизни физическое воспитание является основой всестороннего развития ребенка. В детстве закладывается фундамент здоровья и формируются многие важные черты личности. Успех в любой деятельности во многом определяется физическим состоянием ребенка.

Детский организм остро реагирует на незначительные отклонения от нормы в окружающей среде, что связано с его развитием и недостаточной функциональной зрелостью отдельных органов и систем. Связи между соматическими и психическими процессами более тесные, чем у взрослых. Поэтому решение многих педагогических задач должно осуществляться с обязательным учетом физических возможностей и состояния ребенка.

Детям с ОВЗ в реализации задач образовательной области «Физическое развитие» необходимо осваивать технику движений, точно использовать двигательные навыки и умения в игровой обстановке, рационально перестраивать свои действия. Именно поэтому необходимо развивать координационные способности у детей, искать новые средства, повышающий интерес к занятиям физической культуры. Итак, что же такое координация? Координация – это способность человека рационально согласовывать движения звеньев тела при решении конкретных двигательных задач.

Как известно, в возрасте 4- 5 лет происходит становление координационных механизмов и налаживание их взаимодействия.

В 5-6 лет умеренно развиваются такие физические качества, как ловкость, гибкость, статическая и динамическая сила, быстрота, равновесие.

В 7-8 лет развивается функционально-двигательные ориентационные и координационные способности.

В практике физического воспитания можно наблюдать детей, которые одинаково хорошо выполняют задания на ориентирование, равновесие, т.е. имеют хорошие «общие» координационные способности, а также есть дети с нарушением этих качеств.

Развитая координация помогает ребенку двигаться ловко и уверенно, а также способствует правильной осанке. Разумеется, координация не формируется за короткий срок — на это уходит не один год, поскольку в процессе задействован вестибулярный и мышечный аппарат, а также органы зрения.

Координационная лестница, или, как её еще можно назвать, «лестница – чудесница» - один из самых распространенных тренажеров. Она позволяет эффективно развивать координационные качества дошкольников, а также она не требует большого пространства.

Данная образовательная технология актуальна и современна и она является эффективным средством развития координационно-скоростных способностей, таких, как координация, ловкость и быстрота. Упражнения на лестнице заставляют неврологическую систему ребёнка посылать дополнительную информацию в его мускулы с огромной скоростью, включая в работу все. Разнообразные упражнения на координационной лестнице интересны детям, они с удовольствием изучают новые движения и совершенствуют уже изученные. Данная методика интегративна и позволяет задействовать различные образовательные области. Упражнения на координационной лестнице «Лестница – Чудесница» подходят детям с любым уровнем физической подготовки.