

ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЗДОРОВЕЙ-КА»

Кононова Елена Алексеевна,
инструктор по физической культуре,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад № 20 «Сказка»

Аннотация. В статье раскрывается система работы по физическому развитию, которая ориентирована на сохранение и укрепление здоровья обучающихся дошкольного возраста с нарушением зрения через применение здоровьесберегающих и коррекционно-развивающих технологий. Теоретические и практические материалы программы дополнительной образовательной деятельности «Здоровей-ка» особо актуальны в рамках массового перехода на инклюзивное образование.

Здоровье – это один из важнейших компонентов человеческого благополучия. В Конвенции о правах ребенка прописано законное право на здоровый рост и развитие.

В соответствии с изменениями в современной образовательной политике, которые изначально предполагают сближение общей и специальной образовательных систем, в настоящее время в России особенно значимым и актуальным является внедрение модели инклюзивного образования детей с нарушениями в развитии, что не является исключением относительно дошкольников со зрительной патологией и особенностями в физическом развитии.

Одной из основных задач МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 20 «Сказка» – укрепление здоровья дошкольника через организацию различных форм физического воспитания.

Одна из форм физического воспитания дошкольников в системе ДОУ, через которую решаются оздоровительные задачи, является организация дополнительной образовательной деятельности «Здоровей-ка» для воспитанников группы компенсирующей направленности с нарушением зрения, так как именно эти дети особенно нуждаются в укреплении и сохранении здоровья.

Для реализации данной проблемы была разработана программа дополнительного образования «Здоровей-ка» для детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения. Структура программы выстроена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и содержит целевой, содержательный, организационный разделы, а также краткую презентацию для родителей (законных представителей). Программа составлена с учетом реальных возможностей и индивидуальных потребностей детей.

Новизна программы состоит во внедрении в образовательный процесс физического воспитания обучающихся с нарушением зрения комплекса современных здоровьесберегающих и коррекционных технологий, направленных на физическое развитие и развитие зрительного восприятия.

Цель программы: охрана и укрепление здоровья детей с нарушением зрения, через применение здоровьесберегающих и коррекционно-развивающих технологий.

Задачи программы:

1. Развивать основные виды движений, физические качества (быстроту, точность, выносливость, равновесие), ориентировку в пространстве, координацию движений в соответствии с возрастными особенностями.
2. Развивать зрительно-двигательную ориентировку путем применения специальных средств и методов, способствующих укреплению здоровья и физического развития.

3. Преодолевать недостатки, возникающие на фоне зрительной патологии при овладении движениями (скованности, малоподвижности, неуверенности, боязни пространства и др.)

4. Активизировать и упражнять зрительные функции в процессе физического воспитания.

В основу программы легли здоровьесберегающие и коррекционно-развивающие технологии, решающие **оздоровительные задачи**, которые тесно переплетаются между собой:

1. **Оздоровительная аэробика** – формировать правильную осанку, развивать сердечно-сосудистую систему, суставно-связочный аппарат; тренировать в процессе выполнения общеразвивающих упражнений глубокое, нечастое напряженное дыхание.

2. **Классическая аэробика** – выполнять под музыку общеразвивающие и танцевальные упражнения, объединенные непрерывным комплексом, воспитывать интерес к выполнению физических упражнений.

3. **Степ - аэробика** – выполнять ритмичные движения вверх и вниз на специальной степ-платформе, высота которой меняется в зависимости от уровня сложности упражнений. Развивать подвижность в суставах, формировать свод стопы, развивать равновесие, укреплять мышечную систему, улучшать гибкость, пластику, восстанавливать тонус тела, развивать координацию движений

4. **Зрительно-двигательные упражнения** – развивать зрительно-двигательную ориентацию, упражнять зрительные функции.

5. **Упражнения игрового стретчинга**– снижать мышечное напряжение, развивать гибкость и эластичность мышц, способствовать укреплению мышечного тонуса.

6. **Упражнения на профилактику плоскостопия и формирование правильной осанки** – укреплять свод стопы, формировать правильную осанку.

7. **Дыхательные упражнения** – развивать дыхательную систему.

8. **Самомассаж** – массажировать биологические точки.

9. **Упражнения на релаксацию** – снимать напряжение мышц после физических упражнений, развивать умение расслабляться.

10. **Гимнастика для глаз** – снимать напряжение, утомление, повышать работоспособность.

11. **Подвижные игры** – развивать ориентировку в пространстве.

Программа построена на основе **принципов** здоровьесберегающих технологий:

- ✓ Принцип «Не навреди!».
- ✓ Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- ✓ Принцип систематичности и последовательности.
- ✓ Принцип доступности и индивидуальности.
- ✓ Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- ✓ Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий.
- ✓ Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.

Перечисленные принципы позволяют наметить стратегию и направления развивающей деятельности и прогнозировать степень ее успешности. В соответствии с требованиями ФГОС ДО результатов, достигаемые при реализации программы представлены в виде **целевых ориентиров**:

- ✓ у ребенка сформирован интерес к выполнению физических упражнений, занятиям физической культуры;
- ✓ следит за правильной осанкой;
- ✓ ребенок владеет нетрадиционными способами оздоровления (дыхательные упражнения, самомассаж, гимнастика для глаз);
- ✓ у ребенка сформированы навыки самостоятельного выражения движений под музыку, развиты инициативность, трудолюбие;
- ✓ ребенок владеет элементами игрового стретчинга;
- ✓ ребенок владеет способами расслабления (упражнения на релаксацию);

- ✓ у ребенка наблюдается улучшение развития зрительно-двигательной ориентации, зрительных функций;

- ✓ наблюдается улучшение развития ориентировки в пространстве.

Содержательная часть Программы отражает комплексный характер коррекционно-развивающей работы: используются разнообразные формы, методы и здоровьесберегающие и коррекционно-развивающие технологии. При реализации Программы предполагается тесное взаимодействие с другими специалистами образовательного учреждения, работа с семьей и окружающей социальной средой ребенка (заключен договор о взаимодействии с «Офтальмологическим центром Окружной клинической больницы», ежедневно работает медицинская сестра (ортоптистка) на специальных аппаратах в Кабинете охраны зрения).

Участниками образовательного процесса являются воспитанники группы компенсирующей направленности для детей с нарушением зрения, родители (законные представители) воспитанников, педагоги ДООУ.

Взаимодействие с педагогами происходит через различные формы работы:

- ✓ доклад на педагогическом совете о результатах реализации программы дополнительного образования «Здоровей-ка»;

- ✓ практикум для педагогов «Здоровьесберегающие технологии в ДООУ в условиях реализации ФГОСДО»;

- ✓ консультации для педагогов дошкольного образовательного учреждения и города Ханты-Мансийска;

- ✓ распространение и публикация памяток, рекомендаций на официальном сайте дошкольного образовательного учреждения (<http://сказка-югра.рф>).

Взаимодействие с семьями – одно из важнейших направлений в образовательной деятельности инструктора по физической культуре, так как наилучшие результаты отмечаются там, где педагоги и родители (законные представители) действуют согласованно. Вовлечение родителей в единое

образовательное пространство «Детский сад – семья» проходит через применение разнообразных форм взаимодействия:

- ✓ анкетирование;
- ✓ индивидуальное консультирование;
- ✓ совместные с родителями спортивные праздники и развлечения;
- ✓ дни открытых дверей для родителей;
- ✓ информирование на странице официального сайта ДООУ «К здоровой семье через детский сад»;
- ✓ встречи на родительских собраниях;
- ✓ педагогические ширмы, брошюры, памятки, рекомендации.

В МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 20 «Сказка» особое внимание уделяется материально-техническому обеспечению, созданы условия для реализации данной программы. Дополнительная образовательная деятельность «Здоровей-ка» проходит в спортивном зале дошкольного образовательного учреждения, во время которой используется разнообразный спортивный инвентарь, современное оборудование. Развивающая среда по содержанию соответствует реализуемой Программе, по насыщенности и разнообразию обеспечивает занятость каждого ребенка, эмоциональное благополучие и психологическую комфортность. В группе компенсирующей направленности для детей с нарушением зрения организован Центр «Физического развития», который содержит нетрадиционное оборудование для оздоровления и коррекции зрения, а также для удовлетворения детской двигательной деятельности.

Ежегодно по данным диагностики рост всех показателей имеет устойчивую положительную динамику, что является доказательством стабильной эффективности работы по физическому развитию, ориентированной на сохранение и укрепление здоровья обучающихся дошкольного возраста с нарушением зрения через применение здоровьесберегающих и коррекционно-развивающих технологий. Обучающиеся группы компенсирующей направленности для детей с

нарушением зрения являются участниками и призерами конкурсов и фестивалей различного уровня.

Программа дополнительного образования «Здоровей-ка» для детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения была представлена на городском конкурсе профессионального мастерства «Воспитатель года дошкольной образовательной организации г.Ханты-Мансийска - 2018» (2 место), городском конкурсе основных и дополнительных общеобразовательных программ дошкольных образовательных организаций (детских садов), системно реализующих требования ФГОС ДО «Ориентир развития» (1 место). Также Программа была удостоена Дипломом 3 степени в номинации «Физкульт-Ура» на Всероссийском конкурсе «Палитра педагогического мастерства» (город Москва).

Программа «Здоровей-ка» отмечена положительными отзывами педагогов на окружной научно-практической конференции «Особый ребенок в современном образовательном пространстве; опыт, проблемы, пути решения, перспективы» в городе Советский.

На окружном семинаре–практикуме по реализации проекта «Инклюверсариум» в 2019 году для педагогов городов ХМАО-Югры автором статьи был представлен мастер-класс из опыта работы с детьми с особыми образовательными потребностями с нарушением зрения.

Методические разработки и опыт реализации Программы регулярно публикуются на образовательных сайтах педагогических сообществ, а также в изданиях периодической печати.

На программу даны положительные рецензии кандидатом биологических наук, заведующим кафедрой теории и методики физического воспитания Югорского государственного университета Натальей Дмитриевной Нененко и преподавателем АУ СПО ХМАО-Югры «Ханты-Мансийский педагогический колледжа» Евгенией Петровной Тимошук.

Теоретические и практические материалы, представленные в программе дополнительного образования «Здоровей-ка» особо актуальны в рамках

массового перехода на инклюзивное образование и заслуживает дальнейшего внедрения в образовательный процесс ДООУ.

Развитие инклюзивной модели образования обеспечивает возможность большинству детей данной категории обучаться и развиваться в общеобразовательном учреждении, где с одной стороны, учитываются их реальные возможности, а с другой, удовлетворяются специфические образовательные потребности.

Список литературы:

1. Касаткина, Т.А. Оздоровительная аэробика для дошкольников [Текст] / Т.А.Касаткина // Периодический журнал «Инструктор по физической культуре». – 2014. - №3. – С.100-105.

2. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / Под ред. Н.Е.Вераксы, Т.С. Комаровой, М.А. Васильевой. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2014 г. – с.368.

3. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения). Программы детского сада. Коррекционная работа в детском саду [Текст] / Под ред. Л.И. Плаксиной. - М.: Издательство «Экзамен» - 2003 г. – с.256.

4. Сулим, Е. В. Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг [Текст] / Е. В. Сулим. - ООО «ТЦ Сфера», 2012. – с.107.