

г. Славянск-на-Кубани
Государственное казённое общеобразовательное учреждение
Краснодарского края специальная (коррекционная) школа №15
города Славянска-на-Кубани Краснодарского края

Методические рекомендации по теме:

«Использование игр и упражнений по психомоторному развитию младших школьников на уроках, как средство по формированию моторики и развитию произвольности психических процессов у учащихся с ОВЗ».

учитель ГКОУ школы
г. Славянска-на-Кубани
Свердлова Елена Витальевна

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
Аннотация	3
Введение	3 – 5
Основная часть	6 – 12
Заключение	12
Список использованной литературы	13

I. Аннотация

Материал данных рекомендаций полезен учителям индивидуального обучения на дому, учителям начальных классов и учителям других направлений, с небольшими корректировками, как средство развития познавательной деятельности учащихся.

II. Введение

Проблема психомоторного развития и произвольности психических процессов у учащихся с ОВЗ весьма актуальна, так как нарушения интеллекта у младших школьников сочетается с аномальным развитием двигательной сферы. В настоящее время дети с умеренной умственной отсталостью обучаются по адаптированной общеобразовательной программе для детей с умственной отсталостью (ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), по 2 варианту (СИПР). Для этой категории детей характерны грубые нарушения психических познавательных процессов, а также значительные нарушения моторики пальцев рук, снижение двигательной памяти, затруднения при переносе двигательных поз пальцев с одной руки на другую, плохо развитое чувство ритма. Именно поэтому на всех этапах обучения у этих детей необходимо развивать психомоторику, используя специальные игры, упражнения, многократные тренировки. Данная форма работы с детьми младшего школьного возраста отвечает требованиям Федерального Образовательного Стандарта (ФГОС), а именно реализации Программы «с учетом актуальных задач обучения, коррекции развития и социализации, обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), их возрастными, типологическими и психофизиологическими особенностями, а также условиями, необходимыми для развития их личностных качеств».

Оказание своевременной психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями является наиболее важным направлением коррекционной педагогики. Работа по психомоторному развитию детей проводится систематически, не менее 5-7 минут на каждом уроке. Методика их проведения тщательно продумывается. Задания усложняются постепенно: от наиболее легких к более сложным. При выполнении задания, действия, участия в играх, поддерживаются и поощряются педагогом словесно. Такая систематическая коррекционная работа позволяет исправить недостатки моторики, совершенствует зрительно-двигательную координацию, формирует точность, целенаправленность движений и действий в доступной для детей деятельности. Это значит, что игры и упражнения по психомоторному развитию младших школьников на уроках способствуют созданию у детей эмоционального настроения, вызывают положительное отношение к выполняемой деятельности, улучшают общую работоспособность учебной деятельности.

Развитие понятия "психомоторика" связано с именем великого русского физиолога И.М. Сеченова. Он впервые вскрыл важнейшую роль мышечного движения в познании окружающего мира. Идеи Сеченова сыграли решающую роль в понимании психомоторики как объективации в мышечных движениях всех форм психического отражения и в понимании двигательного анализатора. Психомоторика непременно присутствует в самых различных проявлениях человеком активности: речи (сокращения мышц гортани и полости рта, жестикация), письма, эмоциональной экспрессии (мимика, поза, экспрессивные движения), локомоции (ходьба, бег), инструментальных двигательных действий. В психомоторике находят отражение состояния человека, его типические особенности (экстраверсия-интроверсия, свойства нервной системы), поэтому двигательные методики широко используются в психодиагностике.

По мнению Н.Г. Вайзмана, В.М. Мозгового, у ребенка с интеллектуальной недостаточностью при относительной сохранности элементарных движений недоразвита способность к тонким и точным движениям, к выработке относительно сложных двигательных формул, к быстрой смене моторных установок.

К.К. Платонов рассматривает психомоторику или психомоторные процессы как «объективацию всех форм психического отражения определяемыми ими движениями». В онтогенезе развитие психомоторики намного опережает формирование речи и мышления, составляя базис для их организации психических процессов, являясь основой для развития восприятия, внимания, памяти, мышления и речи.

Учитывая изложенное выше, важно понимать, что развитие психомоторики, с одной стороны, составляет фундамент общего умственного развития, создает необходимые предпосылки для формирования высших психических функций, которые имеют первостепенное значение для наиболее полного познания ребенком предметов, объектов и явлений окружающего мира, а с другой – является базовыми для успешного овладения многими видами деятельности, возможности дальнейшего обучения детей с ОВЗ.

В основу методических рекомендаций положен опыт автора, учителя ГКОУ школы №15 г. Славянска-на-Кубани, отработанный в течении четырёх лет с учащимися 7-11 лет. Материал направлен на развитие психических процессов, моторики у детей с отставанием в развитии через специально - организованную деятельность. Практическая полезность заданий, упражнений и игр обусловлена тем, что обеспечивает более успешное продвижение в обучении каждого ребенка с ОВЗ. Обучающихся можно научить держать ручку или карандаш, выполнять простые письменные упражнения, повысить их работоспособность на уроке, развить у них подвижность органов артикуляции, исправить недостатки моторики, совершенствовать зрительно-двигательную координацию, сформировать точность и целенаправленность движений и действий. Поэтому материал может широко применяться в практике работы учителей

индивидуального обучения на дому, учителей-дефектологов специальных (коррекционных) образовательных учреждений, учителей начальных классов коррекционно-развивающего обучения.

Цель: развитие двигательных и познавательных способностей у детей с интеллектуальной недостаточностью через специально - организованную деятельность, способствующую оптимизации развития психических процессов и функций младших школьников, а также – развития моторики рук.

Задачи:

- Способствовать развитию общей и мелкой моторики обучающихся посредством тренировки сложно и тонко координированных движений пальцев и кистей рук, а также органов артикуляционного аппарата.

- Корригировать недостатки познавательной деятельности детей в процессе систематического и целенаправленного формирования полноценного восприятия формы, конструкции, величины.

- Содействовать развитию анализаторских видов восприятия (зрительного, слухового, тактильно-двигательного и пр.) в процессе практической деятельности обучающихся.

- Расширять психосоциальные и эмоциональные компетенции учащихся через обогащение их чувственного познавательного опыта.

Задачи образовательных областей в интеграции:

Познавательное развитие: создать условия для восприятия учебного материала на уроках, формирования мотивации к учению, способности к мобилизации сил, энергии и волевому усилию.

Физическое развитие: развивать общую и мелкую моторику, координацию движений и точность выполнения действий в различных видах деятельности.

Речевое развитие: продолжать развивать речь как средство общения, обогащать словарный запас, развивать стремление детей выразить своё отношение к окружающему миру.

Социально-коммуникативное развитие: формировать потребность в деятельности, в общении, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу.

Педагог сможет спланировать свою работу на уроке, используя игры и упражнения по психомоторному развитию младших школьников, которые обеспечат более успешное продвижение в обучении его учащихся с ОВЗ.

Каждый ребёнок сможет повысить свою самооценку, овладев способами чувственного познания мира. Систематическая работа на каждом уроке не менее 5-7 минут восполнит недостатки детей в развитии их психических функций, сформирует у них практические навыки словообразования и словоизменения, синхронность действий рук, снизит уровень тревожности учащихся, что благоприятно повлияет на развитие и становление эмоционально – волевой сферы детей. Каждый ребёнок почувствует себя успешным учеником. Видимым результатом станет положительная динамика результатов обученности учащихся.

III. Основная часть.

Работа по психомоторному развитию младших школьников на уроках обусловлена потребностью оказания квалифицированной психолого-педагогической помощи детям с ОВЗ, которая рассматривается мной как система развивающих, коррекционных и реабилитационных технологий, направленных на создание внутренних и внешних условий для раскрытия потенциальных возможностей психического развития личности ребенка и расширения границ его взаимодействия с окружающими.

Принципы организации коррекционно-развивающей работы с умственно отсталыми детьми необходимо определять в зависимости от характерных особенностей проявления пониженной обучаемости, от общих особенностей их психического развития, а также от состояния здоровья. Упражнения по психомоторному развитию желательно проводить в одно и то же время, в первой половине дня. Нагрузку на нервную систему детей распределять так, чтобы они не чувствовали усталости. Для этого лучше чередовать различные виды деятельности. В ходе урока применять следующие формы подачи материала, который необходимо усвоить: подвижные, графические игры, двигательные упражнения, схемы, рисунки, стихи. Методику их проведения тщательно продумывать соответственно теме урока. Задания усложнять постепенно: от наиболее легких к более сложным. С обучающимися, не успевающими выполнять по каким-то причинам отдельные упражнения, вести индивидуальную дополнительную работу. Специально подбирать меры и средства влияния на каждого ребенка. При выполнении заданий, действий, частей в упражнениях и играх обязательно поддерживать и поощрять словесно любые проявления детской инициативы. Важнейшим принципом работы с умственно отсталыми учащимися, направленном на компенсацию дефектов их психического развития, должно стать стремление педагога научить детей видеть необычное в ближайшем окружении, вызвать у них желание узнавать, научиться спрашивать, пополнить словарный запас учащихся.

Работу по развитию психомоторики необходимо проводить систематически, уделяя ей не менее 5-7 минут на каждом уроке через различные виды учебно-познавательной деятельности:

- игры и упражнения с мелкими предметами, на развитие тактильно-двигательного восприятия, тонко координированных движений пальцев и кистей рук;
- игры и упражнения: «Сделай по рисунку», «Скульптура», «Противоположное действие», «Съедобное – несъедобное» – на развитие различных компонентов двигательной сферы;
- игровые ситуации и задания: «Что дальше, что ближе к нам», «Спереди – сзади», «Где что лежит», «Выполни задание» – на развитие навыков

ориентировки в пространственных отношениях между предметами и явлениями;

- «ручные» виды деятельности: лепка, аппликация, аппликационная лепка, рисование (пальцами, кусочком ваты, бумажной кисточкой и др.) – на развитие тактильно-двигательных ощущений, движений руки;
- тренировочные упражнения: штриховка разными способами, обведение по контуру, рисование по опорным точкам и клеточкам, графический диктант – на развитие сложно координированных графических движений руки;
- специальные упражнения: составление контуров предметов из палочек, сортировка фасоли и гороха, застегивание и расстегивание пуговиц, сжимание и разжимание эспандера – на развитие мелкой моторики;
- двигательные упражнения и игры – на развитие общей моторики и выработку саморегуляции, преимущественно коллективных, что взаимно обогащает детей, вызывает у них положительные эмоции, учит управлять собственным поведением.

Кинезиологические упражнения.

Эти упражнения направлены на развитие межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия (синхронизации работы полушарий головного мозга, развитие способностей, памяти, внимания, речи, мышления). Если при работе в быту с различными предметами дети активно используют, в основном большой, указательный, и средний пальцы рук, то при выполнении кинезиологических упражнений задействуют и безымянный с мизинцем.

Регулярное использование кинезиологических упражнений на уроках русского языка и математики, поможет учителю повысить работоспособность большинства детей класса, активизировать их интеллектуальные процессы, поспособствует развитию мелкой моторики.

Примеры упражнений:

- «Колечко». Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
- «Кулак—ребро—ладонь». Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 6-8 повторений. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками

вместе. При больших затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку свою помощь.

- «Лезгинка». Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций.
- «Зеркальное рисование». Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.
- «Ухо—нос».левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

Упражнения с карандашом.

Этот вид упражнений можно практиковать на всех уроках в качестве первой или второй физической минутки, в зависимости от структуры данного урока.

1. Взять карандаш между ладонями и потереть. Послушать левым ухом, правым ухом, как «шумит карандаш».
2. Поставить локти на стол. Взять карандаш за кончики тремя пальцами правой руки и тремя пальцами левой руки и покрутить его вперед и назад. Отложить карандаш, опустить руки, встряхнуть ими.
3. Взять карандаш и зажать его указательными пальцами обеих рук. Вращать руки с карандашом то в одну, то в другую сторону. Карандаш вращается в горизонтальной плоскости.
5. Поставить локти на стол. Взять один карандаш между указательными пальцами обеих рук, а другой между средними пальцами и соединить их. Раздвинуть указательные и средние пальцы обеих рук одновременно вместе с карандашами и снова соединить их.
6. Взять 2 карандаша указательными и средними пальцами (как в упр.5). Повернуть зажатые между пальцами карандаши вертикально так, чтобы два пальца правой руки были сверху, а два пальца левой руки поддерживали карандаши снизу. Карандаши вращаются в вертикальной плоскости.

Следующий метод, который очень хорошо использовать в коррекционной работе с учащимися - Су-Джок терапия. Он оказывает воздействие на биоэнергитические точки для активизации защитных функций организма и направлен воздействовать на зоны коры головного мозга. Приёмы

Су-Джок терапии лучше сопровождать забавными стишками-потешками. Ребёнок с удовольствием использует колечки-пружинки, массажные шарики - «ёжики». Шариком стимулируем зоны на ладонках, а массажные кольца надеваем на пальчики.

Игровые упражнения в стихах.

«Будь здоров!»

Чтоб здоров был пальчик наш,

Сделаем ему массаж.

Посильнее разотрём

И к другому перейдём. *(Прокатывать шарик между ладонями, затем к каждому пальцу на правой и левой руке).*

«Крючочки».

Как наш пальчик изловчился

И за шарик зацепился.

Буду шарик поднимать,

Свои пальцы обучать. *(Удерживать шарик одним пальцем, обхватывать каждым пальчиком и поднимать).*

«Шарик пальчиком катаю».

Шарик пальчиком катаю,

Ловкость пальцев проверяю.

Ты, колючий шарик мой,

Подружись сейчас со мной. *(Шарик на ладони катать каждым пальчиком).*

«Шарик».

Шарик я открыть хочу.

Правой я рукой кручу.

Шарик я открыть хочу.

Левой я рукой кручу. *(Крутить правой рукой правую половинку шарика, левой рукой левую половинку шарика).*

«Друзья».

Вместе пальчики друзья.

Колечко катим, ты и я. *(Надевать кольцо на два больших, на два указательных, на два средних, на два безымянных, на два мизинца).*

«Кручу-верчу».

Шарик пальцами кручу.

Здоровым быть всегда хочу. *(Большим и указательным пальцем левой руки держать шарик, а большим и указательным правой крутить, пальцы чередовать: большой — средний, безымянный — большой).*

Подбирать игры и упражнения для практической работы на своих уроках лучше с учетом данных разделов учебной программы для учащихся 1-4 классов общеобразовательных специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида.

Раздел «Личная гигиена».

Пальчиковая гимнастика «Моем руки».

Ах, водичка, вода. Будем чистенькими всегда.

(Изображаем как надо мыть руки: размеренно вкруговую потирая ладошки одну другой).

Брызги — вправо, брызги — влево!

(пальчики сжимаем, а затем резко их выпрямляем, изображая стряхивание).

Чистым будет наше тело.

(как бы вытираем руки о полотенце).

Мыло, шампунь, зубная паста

Расческа, полотенце и зубная щетка непременно

Это наша пальчиковая гимнастика – предметы гигиены.

Имитация движений «Кто умеет чисто мыться?»

Кто умеет чисто мыться?

Кто водички не боится?

Это – мы, это – мы,

Это, это, это – мы!

Умываться мы умеем,

Моем руки - вот так; вот так,

Моем шею - вот так; вот так,

Чистим зубки - вот так, вот так.

Мы помылись, как большие,

Вот мы чистые какие!

Раздел «Одежда. Обувь».

Упражнения на развитие мелкой моторики:

«Разрезные картинки» - собирание картинок с предметами обуви из 4-6 частей.

«Шнуровка» - продевание шнурков в дырочки.

«Соедини точки, что получилось?» - обводка картинок с обувью по контуру.

«Ножницы потерялись» - обрывание лишней бумаги у контурных изображений обуви.

Пальчиковая гимнастика «Я перчатку надеваю».

Я перчатку надеваю,

Я в неё не попадаю.

Поглаживают по очереди одной рукой другую, как будто надевают перчатки.

Сосчитайте-ка ребятки,

Сколько пальцев у перчатки.

Начинаем вслух считать:

Раз, два, три, четыре, пять.

Загибают пальчики.

Раздел «Комнатные растения».

Упражнения на развитие мелкой моторики:

«Фиалка» - выполнение композиции фиалки, наклеивание на уже нарисованный на листе бумаги горшок, стебель, листья и цветы из цветной бумаги (предварительно нарисованных и вырезанных учителем).

«Поливаем цветочек» - пипеткой капаем капельками воды на нарисованный на листе бумаги комнатный цветок

«Вот такой вот листик» - штриховка листа цветка по образцу

Пальчиковая гимнастика «Комнатные растения».

На окно скорее глянь: (показывают обе ладошки)

Здесь у нас цветёт герань. (сгибают пальцы в кулачок, начиная с мизинца)

А здесь красавец бальзамин,

Амариллис рядом с ним.

Фуксия, бегония –

Мы все названья помним! (раскрывают ладошку)

Мы взрыхлим цветы, польём, (пошевеливают опущенными вниз пальцами)

Пусть подрастают день за днём! (обе ладошки соединяют «бутончиком», поднимают над головой и раскрывают «цветком»)

Пальчиковая гимнастика «Бегония».

Какое красивое имя – бегония! (ритмично сжимать и разжимать пальцы рук)

Как будто все время куда-то бежит. (указательными и средними пальцами «бежим» по столу)

Живет на окошке красавица скромная (поочередное соединение всех пальцев с большим, начиная с мизинца)

И убежать никуда не спешит. (хлопки)

Пальчиковая гимнастика «Кактус».

Я с виду колючий, но добрый внутри, (растопырить пальцы, затем сжать кисти рук («рукопожатие»))

Не бойся, дружок, на меня посмотри. (погрозить пальцем)

Хоть я и погладить себя не даю, (поочередное соединение всех пальцев с большим, начиная с указательного)

Зато всех на свете я очень люблю. (то же, начиная с мизинца)

Раздел «Улица. Транспорт».

Упражнения на развитие мелкой моторики:

«Мой дом» - работа со строительным материалом на полу или столе.

«Что спряталось в комочке?» - разглаживание смятого альбомного листа с изображением улицы города с домами, раскрасить по желанию.

«Разрезные картинки» - собрать картинки 6-8 частей (автобус, трамвай и тд.)

«Светофор» - на заранее подготовленные трафареты с изображением светофора наклеиваем кружочки с соответствующими цветами (красный, жёлтый, зелёный).

Пальчиковая гимнастика " Лодочка"

Две ладошки прижму и по морю поплыву. (*Ладони лодочкой, волнообразные движения рук*)

Две ладошки друзья - это лодочка моя

Паруса подниму, синим морем поплыву. *(Поднять выпрямленные ладони вверх)*

А по бурным волнам плывут рыбки тут и там. *(Имитация движений волн и рыбок)*

«Пароход»

Пароход плывет по речке,

И пыхтит он, словно печка. *(обе ладони на ребро, мизинцы прижаты, а большие пальцы подняты вверх)*

Мышечные ощущения, которые возникают у ребенка во время выполнения двигательных упражнений, вызывают чувство удовлетворения, создают положительный эмоциональный фон, а значит, усвоение любого материала идет более успешно.

4. Заключение.

Во время выполнения упражнений и игр, основанных на прямом обучающем воздействии педагога, его указаниях и образцах словесного, наглядного и действенного характера, дети получают и закрепляют определенный опыт. Одновременно у школьников развивается тонкая моторика рук, активизируются зрительные функции, слуховые и речедвигательные анализаторы, что повышает возможность формирования у них практических навыков, умений и способствует более полному овладению разными видами учебной деятельности. Игры и упражнения по психомоторному развитию младших школьников, включенные в каждый урок сформировали у детей эмоционально-позитивное восприятие мира, относительную самостоятельность в их познавательной и практической деятельности; развили гармонизацию отношения учащихся с социальным окружением.

Использование специальных приемов психокоррекции, является очевидным признаком соответствия современным требованиям к организации учебного процесса в специальной (коррекционной) школе.

Список используемой литературы

1. Методические рекомендации по проведению коррекционно-развивающих занятий по развитию психомоторики и сенсорных процессов учащихся 1-4 классов специальной (коррекционной) школы VIII вида / авт.-сост. Головкина Т.М., Макурина Е.Ю. ГОУ ЯО Переславль-Залесская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №3, 2006.
2. Слюсарева Е.С., Козловская Г.Ю. Методы психологической коррекции: учебно-методическое пособие. Ставрополь, 2008.
3. Ульенкова У.В., Лебедева О.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии: учебное пособие. М.: Издательский центр «Академия», 2005.

Электронные ресурсы:

1. Добренко Н.П. Создание методических рекомендаций// Образовательный портал «Справочник». — [Электронный ресурс] - Режим доступа: https://spravochnick.ru/pedagogika/sozдание_metodicheskikh_rekomendaciy/
2. Малькова Л.А. Что такое методическая разработка и требования, предъявляемые к ней. [Электронный ресурс]_- Режим доступа: https://mok.mskobr.ru/files/folder/metod/kak_napisat_metodicheskuyu_razrabotku.pdf