



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ИНКЛЮЗИВНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАФЕДРА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Развитие основных видов движений детей младшего дошкольного  
возраста с нарушениями зрения посредством ритмики**

**Выпускная квалификационная работа**

**44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование**

**Дошкольная дефектология**

**Очная форма обучения**

Проверка на объем заимствований:  
*0,187* % авторского текста  
Работа *решил* к защите  
«*29* / *03* 20*24*. *ур и г*  
зав. кафедрой СПиПМ

Дружинина Л.А.

Выполнила:  
студентка группы ОФ-406/102-4-1  
Савельева Екатерина Максимовна

Научный руководитель:  
к.п.н., доцент кафедры СПиПМ  
Осипова Лариса Борисовна

Челябинск, 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	4
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ИЗУЧЕНИЯ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ</b> .....	6
1.1 Понятие «основные виды движений» в современной литературе .....	6
1.2 Онтогенетические основы основных видов движений детей .....	16
Выводы по 1 главе.....	19
<b>ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ</b> .....	21
2.1 Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста нарушениями зрения .....	21
2.2 Своеобразие основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения .....	27
2.3 Роль ритмики в развитии основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения .....	29
Выводы по 2 главе.....	38
<b>ГЛАВА 3. ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ</b> .....	39
3.1. Методика изучения особенностей основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения .....	39
3.2 Результаты изучения особенностей основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушением зрения .....	41
3.3 Использование музыкально-ритмических игр в развитии основных видов движений младших дошкольников с нарушением зрения .....	48
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	53

<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.....</b>	<b>55</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....</b>	<b>61</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....</b>	<b>63</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Дошкольный возраст – сензитивный период для физического развития. В это время ребенок овладевает основными видами движения, совершенствует их и двигательные качества, которые характеризуют уровень развития основных видов движений.

При нарушении зрения овладение основными видами движений затрудняется. Оно происходит в более поздние сроки и имеет ряд особенностей.

Такие авторы, как Л. А. Плаксина, Л. С. Сековец, Л. Б. Осипова говорят о том, что дети с нарушением зрения хуже овладевают основными видами движений из-за недостаточности двигательной активности. В дальнейшем нарушение в овладении основными видами движений влияет на самостоятельность детей и на их физическое развитие в целом.

Для улучшения овладения детьми с нарушением зрения основными видами движений необходимо проводить коррекционную работу, в ходе которой будут выявляться причины нарушений и поиск «обходных» путей в овладении детьми основными видами движений.

Одним из средств овладения основными видами движений является ритмика или музыкально-ритмические игры.

Авторами описаны особенности овладения основными видами движений, указаны направления работы на занятиях по физической культуре, однако специфика использования ритмики как средства овладения основными видами движений детей младшего дошкольного возраста с нарушением зрения описана недостаточно и требует дальнейшего изучения и систематизации.

Тема исследования: Развитие основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения посредством ритмики.

Объект: Развитие основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Предмет: Ритмика как средство развития основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Цель исследования: Теоретически изучить и практически показать целесообразность использования ритмики в развитии основных видов движения детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую и медицинскую литературу по проблеме исследования.
2. Изучить особенности основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.
3. Подобрать и систематизировать комплекс музыкально-ритмических игр, направленных на развитие основных видов движения.

Теоретические методы: анализ психолого-педагогической литературы, обобщение изученных материалов.

Эмпирические методы: психолого-педагогический эксперимент, количественный и качественный анализ экспериментальных данных.

База исследования: муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушение зрения) № 127 г. Челябинска» (МБОУ «С(К)ОШ № 127 г. Челябинска» ДО). В исследовании приняли участие пятеро детей четырёхлетнего возраста с нарушениями зрения.

Структура работы: работа состоит из введения, трех глав, выводов по каждой главе, заключения, списка использованных источников и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ ИЗУЧЕНИЯ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ

## 1.1 Понятие «основные виды движений» в современной литературе

Движения являются неотъемлемой составляющей жизни людей. Ученые выделяют ряд основных видов движений, обеспечивающих активность и мобильность человеку. К ним относятся: ходьба, бег, прыжки, метание и лазание.

Качество овладения всеми видами движений напрямую зависит от уровня развития двигательной сферы человека в целом.

Прежде чем давать характеристику основным видам движений, целесообразно рассмотреть понятия «двигательная сфера» и «движение».

Понятие движение рассматривается с точки зрения разных наук. Так, в биологии, движение это одно из проявлений жизнедеятельности, обеспечивающее организму возможность активного взаимодействия со средой, в частности, перемещение с места на место, захват пищи и т. п. [24]. В психологии же движением является комплекс психофизиологических функций (процессов), реализуемых двигательным аппаратом организма.

С точки зрения психофизиологии в рамках описания движения важны работы А. Н. Бернштейна. Он считает движение специальным процессом, который разворачивается во времени, состоит из цепи закономерно сменяющихся во внешне наблюдаемое поведение человека, детерминируемое как внутренними потребностями, так и социальными факторами-условиями [3].

В нейропсихологии А. Р. Лурия рассматривает движения как произвольные целенаправленные двигательные акты [18].

Говоря о движениях человека, ученые чаще всего рассматривают его двигательную сферу – всю область двигательной активности человека.

Наряду с термином двигательная сфера в научных источниках употребляются понятия «двигательная деятельность» и «моторная сфера».

Так как в основе движений лежат различные моторные функции организма, двигательную и моторную сферы рассматривают, как правило, как синонимичные понятия. Обеспечение деятельности двигательной (моторной) сферы служит для физического и двигательного (моторного) развития ребенка.

Говоря о двигательной или моторной сферах часто используется термин моторика. Моторика – это двигательные функции организма.

Ряд авторов, такие как Т. В. Варенова, Е. А. Стребелева, Г. В. Фадина и другие, в своих работах делят моторику на общую (крупную) и мелкую (тонкую) [7;38;39].

По мнению М. Питерси и Р. Трилор, общая моторика – это двигательная деятельность, осуществляемая за счёт работы крупных мышц тела [27]. Н. М. Борозинец и Т. С. Шеховцова отмечают, что сначала развивается крупная моторика, развитие которой происходит сверху вниз, то есть первоначально ребенок овладевает умением управлять движениями глаз, затем поворачивать голову в разные стороны, захватывать и удерживать игрушку, в руке, далее садиться и чуть позже ходить. Нарушения в развитии крупной моторики могут привести к трудностям удержания предмета, а также нарушению осанки, вследствие слабых мышц спины [4].

И. И. Будницкая подразумевает под термином «мелкая моторика» двигательную деятельность, «которая обуславливается скоординированной работой мелких мышц руки и глаза, умение выполнять точно дозированные целенаправленные действия руками» [6].

В основе организации движений, как общих, так и мелких, лежит определенная согласованная деятельность различных систем человека. С точки зрения А. Н. Бернштейна, существует 5 уровней организации движений. Первый и второй уровни ответственны за регуляцию произвольных движений. К ним относятся движения гладкой мускулатуры,

тремор, тонус, автоматизмы и другие. Третий – пятый уровни связаны с регуляцией произвольных движений как всего туловища (ходьба, бег, прыжки и др.), так и отдельных частей тела рук (действия с предметами, письмо, рисование), лица (мимика), речевого аппарата (устная речь) и т.д. У каждого уровня имеются свои особенные моторные качества и свой класс движений [3].

С точки зрения А. Р. Лурия, организация как крупных, так и мелких движений обеспечивается за счёт ряда условий.

К первому условию организации произвольного движения относится формирование, хранение, производство, а также постоянный контроль над протеканием этого действия. При поражении или недостаточном развитии лобных долей мозга характерно появление регуляторной апраксии, основу которой составляет нарушение произвольного контроля за выполнением движений и речевой регуляции двигательных действий.

Ко второму условию выполнения произвольного движения относится сохранение его кинестетической афферентации.

К третьему условию успешного протекания произвольного движения является быстрое и плавное переключение с одной двигательной иннертации на другую.

К четвертому условию для организации произвольного движения является зрительно-пространственная афферентация движения [18].

Любые движения развиваются в течение жизни и постоянно совершенствуются. Ученые выделяют ряд моторных (двигательных) качеств, которые характеризуют уровень развития основных видов движений. К ним относятся сила, быстрота, ловкость, гибкость, выносливость. Рассмотрим более подробно каждое из них.

Под силой А. Г. Ростеванов понимает способность человека к преодолению внешнего сопротивления или противодействия ему посредством мышечных напряжений.



Также он говорит, что согласно физиологии, на силу человека влияет целый ряд факторов:

- общая масса мышц и площадь их поперечного сечения мышц;
- уровень регулирования нервной системой мышечную деятельность;
- состояние костно-суставно-связочного аппарата и так далее.

Помимо вышеперечисленного на проявление силовых способностей влияют волевые качества и эмоциональное состояние.

При воспитании выносливости и силовых способностей у человека наблюдаются в опорно-двигательном аппарате и совершенствование нервных механизмов регулирования мышечной деятельности [32].

В. И. Ильинич говорит, что быстрота – это совокупность функциональных свойств человека, которые обуславливают скорость движений и двигательных реакций [11].

А. Г. Ростеванов утверждает, что для быстроты, в отличии от всех других физических качеств человека, – требуется наибольшее количество усилий для достижения желаемого результата. С точки зрения физиологии, основой быстроты считается врожденная подвижность нервных процессов, к которой относится легкая смена процессов возбуждения и торможения.

Проявление быстроты в двигательных актах зависит от некоторых факторов:

- количество быстрых мышечных волокон в структуре мышц (чем их больше, тем скоростные характеристики выполнения движений выше);
- слаженность работы мышц-сгибателей и мышц-разгибателей;
- динамическая сила и гибкость [32].

Согласно С. И. Бочкаревой, ловкость, это с одной стороны способность человека к освоению новых движений, а с другой стороны - способность к изменению своей деятельности в зависимости от условий и обстановки [5].

А. Г. Ростеванов утверждает, что согласованная работа мышц, уровень развития физических качеств, находчивость, инициативность и другое является основой ловкости. Поскольку большинство этих аспектов поддаются

определенному совершенствованию, ловкость может быть развита в любом возрасте, однако к оптимальный период – с года до трех лет [32].

Гибкость представляет собой характеристики опорно-двигательного аппарата, которые влияют на способность выполнять движения с необходимой амплитудой путем регулирования подвижности суставов.

Уровень гибкости зависит от внутренних и внешних факторов. К внутренним относятся: анатомическое строение суставов, эластичность всех звеньев опорно-двигательной системы (мышцы, связки, суставные сумки), состояние нервной системы. К внешним факторам относится: температура, влажность, одежда и другое.

А. С. Бочкарева определяет выносливость как одно из ключевых физических качеств, которое оказывает значительное влияние на здоровье человека в целом и его физическую работоспособность. Это качество является основой для развития остальных физических качеств. Под выносливостью понимается способность выполнять работу в течение длительного периода времени без снижения ее эффективности, а также умение преодолевать утомление [5].

Физическая выносливость человека зависит от разных разнообразных взаимовлияющих друг на друга факторов, таких как:

- свойства нервных процессов. Например, медлительность нервных процессов способствует тому, чтобы организм был устойчив к однообразной физической работе;

- состояние здоровья и уровень физического развития;

- волевые качества;

- степень мотивации. Так, соревновательный момент может повышать выносливость;

- владение правильной техникой выполнения движений, благодаря которой происходит рациональный расход энергии, без дополнительных затрат.

Уровень овладения этими качествами влияет на качество выполнения основных видов движений. Более подробно остановимся на характеристике каждого вида движений и опишем те двигательные качества, которые необходимы при их выполнении.

В. И. Росляков говорит, что к основным видам движений относятся ходьба, бег, прыжки, лазание, метание. Также он утверждает, что эти движения называются основными, так как люди их использовали с древности для обеспечения жизнедеятельности: перемещения в пространстве, охоты на дичь и защиты от нападений диких животных [31].

В. Н. Шебенко рассматривает основные виды движений как жизненно важные, которые использует ребенок: ходьба, бег, прыжки, лазание, метание [45].

Ходьба, по мнению Д. Г. Сосина, это сложное, локомоторное, симметричное, цикличное движение, связанное с отталкиванием тела от опорной поверхности и перемещением его в пространстве [36].

Согласно В. И. Рослякову, ходьба – это повторяющиеся движение средней интенсивности, при котором характерно чередование одних и тех же двигательных циклов, то есть шагов левой и правой ногами. Руки при этом согласованно двигаются вперед и назад вместе с ногами перекрестной координацией.

Автор описывает разные виды ходьбы, среди которых рассмотрим следующие:

1. Ходьба обычная в умеренном темпе. При выполнении такого вида ходьбы, нога первоначально ставится на пятку, после чего происходит перекал на носок и отталкивание от земли, с сохранением при этом по возможности выпрямленного колена. Руки двигаются спокойно, они согнуты в локтях и по очереди проходят траекторию движения вперед и вверх до уровня грудной клетки либо чуть ниже, и обратно. Голова приподнята, плечи расслаблены, опущены и немного отведены назад, живот подтянут.

2. Ходьба на носках. Выполняется на передней части стопы и прямых ногах. Шаги мелкие, спина прямая, плеч направлены назад, живот подобран. Данный вид ходьбы способствует укреплению икроножных мышц.

3. Ходьба на пятках. Техника выполнения такая же, как и у предыдущего вида: на прямых ногах, шаги мелкие, живот подобран, спина прямая и тоже способствует укреплению икроножных мышц. Отличительной чертой является то, что выполняется на задней части стопы.

4. Ходьба с высоким подниманием колен. При выполнении, сначала происходит поднятие согнутой в колене ноги вперед-вверх, затем эта нога опускается вниз, касается передней частью стопы земли, после чего сразу же задняя часть стопы тоже опускается на землю. Далее происходит повтор этого двигательного цикла уже другой ногой. Продвижение вперед при этом будет незначительное. Движения рук и ног согласованы. Спина прямая, голова немного поднята наверх.

5. Ходьба широким шагом. Движения немного замедленные. Техника выполнения такая же, как и при обычно ходьбе, только увеличивается длина шага. Не рекомендуется резко увеличивать длину шагов у детей, так как возможно нарушение координации движений, которая еще только формируется [31].

Согласно В. Н. Шебенко, выполнение правильной техники ходьбы требует сохранения прямой осанки, положения плеч (опущены, немного отведены назад), положения головы (немного приподнята), подобранного живота. Руки и ноги работают согласованно [45].

Бег представляет собой циклический вид движения, при котором происходит чередование отталкивания ногой от опоры с полетом. Подобно ходьбе, для выполнения бега требуется согласованная перекрестная координация движений рук и ног и правильное положение корпуса [45].

Э. С. Вильчковский утверждает, что бег, в отличии от ходьбы, имеет фазу «полета» – положение, при котором тело не имеет опоры после того, как произошло отталкивание ногой от земли. Движения рук при беге тоже имеют

некоторые отличия: они согнуты в локтях, мах ими вперед-назад более энергичен, а кисти сжаты в кулак. Бег оказывает значительно большую нагрузку на мышечную систему, и особенно на дыхательную и сердечно-сосудистую системы, по сравнению с ходьбой [9].

Рассмотрим виды бега, наиболее характерные для детей дошкольного возраста (В. И. Росляков):

1. Бег обычный. Правильной техникой считается умение бегать легко, свободно, с естественными движениями рук. Руки следует держать под углом 90 градусов в локтях, пальцы свободно согнуты, нога ставится на носок. При выполнении широких беговых шагов нога ставится на пятку и затем происходит перекаат на носок. Туловище немного наклонено вперед, голова находится с ним на одной линии, плечи отведены назад и вслед за рукой не поворачиваются.

Бег обычный в свою очередь подразделяется на бег на носках и бег высоким подниманием колен.

Бег на носках предполагает постановку ноги передней частью стопы (носком), в то время как задняя часть (пятка) земли не касается. Шаг небольшой, темп достаточно быстрый.

Бег с высоким подниманием колен подразумевает подъем ноги, согнутой в колене под углом 90 градусов, а затем постановка ее на пол на переднюю часть стопы, после чего происходит плавное опускание на всю стопу. Шаг небольшой, с минимальным продвижением вперед. Туловище выпрямлено и немного наклонено назад, голова поднята вверх. Данный вид бега рекомендуется использовать в связке с ходьбой или обычным бегом.

2. Бег в быстром темпе. Исполняется на носках с широкими, стремительными шагами, активными движениями рук и наклоненным вперед туловищем.

3. Бег в медленном темпе. Требуется умения поддерживать равномерный спокойный темп, с согнутыми в локтях руками под 90 градусов

и короткими шагами, с постановкой ног на носок либо с перекатом с пятки на носок [31]

Прыжки В. Н. Шебенко выделяет как упражнения нециклического характера, включающее в себя четыре фазы: подготовительную (исходная позиция), основную, которая подразделяется на отталкивание и полет, и заключительную (приземление) [45].

В. И. Росляков считает, что прыжок отличается от ходьбы и бега тем, что относится к ациклическому движению, то есть состоит из отдельных последовательных фаз. В прыжках вверх и в длину с места исходным положением является присед и отведение рук назад. Прыжок завершается мягким приземлением на носки, затем плавным перекатом на всю стопу и далее выпрямлением колен.

Виды прыжков:

1. Подпрыгивание. Характеризуется несколькими невысокими ритмичными прыжками, при которых толчок происходит носками обеих ног либо одной ноги с минимальным сгибанием ног в коленях.

2. Прыжок вверх с места. Правильной техникой выполнения является синхронное возвращение ног в исходную позицию при отталкивании с прямым корпусом и дальнейшее опускание на носки с небольшим сгибанием ног в коленях.

3. Прыжок в длину с места состоит из нескольких последовательных двигательных действий: приседа перед прыжком; стремительного отталкивания от земли синхронно обеими ногами; полета первоначально в группировке, а затем выпрямляя ноги перед собой; приземление, со сгибом в коленях, и выпрямление их стоя на всей поверхности стопы.

4. Прыжок в глубину (спрыгивание). Схож с прыжком в длину с места. Отличается лишь характером отталкивания от земли и степенью нагрузки на ноги при приземлении [31].

Метание – это действие, при котором предмет или объект бросают в определенном направлении с целью достижения определенной точки или цели.

В. И. Росляков выделяет два вида метания:

1. Метание вдаль. Может выполняться различными способами: от плеча, из-за спины через плечо с предварительным замахом, снизу, сверху, сбоку.

2. Метание в цель (горизонтальную и вертикальную). Для выполнения необходимы резиновые или теннисные мячи. Горизонтальной целью может быть корзина, ящик, пенек, вертикальной – щит с нарисованным кругом, большой мяч, обруч, дерево и другое.

Основные виды движений безусловно оказывают положительное влияние на весь организм. Так, они способствуют укреплению всех звеньев опорно-двигательного аппарата (мышц, суставов, связок), дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной систем, а также внутренних органов [31].

Таким образом, к двигательной сфере относятся основные виды движений, которые обеспечивают передвижение человека в пространстве. Основными видами движений принято считать ходьбу, бег, прыжки, метание и лазание, которые можно выполнять в различных вариантах. Так, например, бег может быть обычный, в быстром или медленном темпе. Метание – вдаль и в цель.

На качество выполнения вышеперечисленных движений влияет уровень развития двигательных качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости, гибкости), а также способности детей дозировать мышечное напряжение во время выполнения двигательного акта, правильно держать корпус, ставить стопы, работать руками и так далее.

Подводя итог, можно сделать вывод, что основные виды движений – это жизненно важные двигательные акты, благодаря которым человек способен свободно перемещаться в пространстве в различных условиях для выполнения различных задач и удовлетворения потребностей.

Основные виды движения интенсивно развиваются в дошкольном возрасте, что мы рассмотрим в следующем параграфе.

## 1.2 Онтогенетические основы основных видов движений детей

Развитие основных видов движений – долгий и сложный процесс. Начинается он с умения поворачивать голову вслед за игрушкой примерно на второй-третьей неделе жизни, что является свидетельством начала развития координации движения шейных мышц [22]. Далее ребенок учится удерживать голову в вертикальном положении. Это происходит к двум месяцам [1]. В 3 месяца ребенок, чаще всего, способен удерживать игрушку в руке и пытается захватить ее руками. Далее, примерно на 4-5 месяце ребенок переворачивается со спины на живот, а на 5-6 месяце – с живота на спину, что свидетельствует о развитии координации движения мышц спины. На 6-м месяце развивается координация движений мышц ног, благодаря чему ребенок самостоятельно начинает сидеть. Позже, к 7-8 месяцам ребенок способен ползать, используя перекрестное движение рук и ног [22].

Предпосылками ходьбы служит укрепление костно-мышечной системы в процессе ползания, развитие умений вставать у барьера, устойчиво стоять, переступать ножками вдоль спинки кровати или барьера, держась за опору. Это наблюдается около 8-9 мес. [1].

Позднее ребенок начинает переступать при поддержке его за две руки, потом за одну руку и, наконец, около года он делает первые самостоятельные шаги. Сроки возникновения ходьбы у детей различны. Некоторые начинают ходить в 10 месяцев, а некоторые в 1,5 года [22]

Э. Я. Степаненкова говорит, что к 1,5 годам у детей можно наблюдать элементы замаха и бросания, для выполнения которых необходимы сила, ловкость, глазомер и координации движений конечностей и туловища. При этом при выполнении броска левой и правой рукой наблюдается различие. Ходьба детей в этом возрасте еще характеризуется несовершенностью, она недостаточно автоматизирована и скоординирована. В результате



особенностей пропорций тела ребенка, у него наблюдается неустойчивость, а также множество лишних движений: невыпрямленные колени; широкая постановка стоп для увеличения поверхности опоры; отсутствие равномерного темпа движений и умения соблюдать заданные направления и другое.

В 2-3 года у ребенка начинают совершенствоваться навыки лазания. Он учится пользоваться гимнастической лесенкой и забираться по ней до самого верха [37].

Также, на третьем году жизни можно заметить совершенствование двигательной координации – начинается согласованность движений рук и ног. В этом возрасте дети осваивают новый вид движений – прыжки [14].

Помимо этого, В. Н. Шебенко говорит, что движения на данном возрастном этапе еще характеризуются как произвольные, но постепенно дети развивают способность выполнять их более точно, улавливая сходство с образом и действуя по подражанию. У детей возникают трудности в выполнении точно заданной формы движений, однако двигательная память, которая активно развивается в этот период, позволяет им самостоятельно воспроизводить уже знакомые двигательные акты [45].

Как правило, к 3-4 летнему возрасту дети начинают овладевать основными навыками бега, а к 4 годам в их элементах быстрой ходьбы, которые часто ложно принимаются за беговые, возникает фаза полета и «полубег» превращается в бег. Также в это время формируются скоординированные движения рук при ходьбе и беге [37].

На данном возрастном этапе дети могут выполнять различные виды прыжков: на месте; продвигаясь вперед на определенное расстояние; с небольшой высоты; в длину с места и так далее [23].

В 5 лет особенно интенсивно формируются у детей двигательные функции. У них появляется интерес, а значит и мотивация на выполнение новых движений. Как правило, дети уже запомнили и способны дифференцировать их виды, а также вычленять элементы движений и

проводить оценку качества их выполнения. Движения, с которыми дети уже знакомы, могут выполняться ими в усложненных вариантах и с более сильной нагрузкой. Двигательные действия в этом возрасте характеризуются осознанностью [45].

В старшем дошкольном возрасте крайне важно обращать внимание на осанку детей, так как несмотря на то, что позвоночник, в целом, сформирован, он подвержен к изменениям [37;2].

К 6 годам дети способны легко, точно и уверенно выполнять основные двигательные навыки, проявляя собственную инициативу [45].

В возрасте 6-7 лет происходит значительное улучшение в развитии движений, они становятся более плавными, выразительными и уверенными. Им легче дается освоение ритма движений, повышается скорость переключаемости с медленного темпа на быстрый и обратно. Также характерна более точная оценка пространственного положения частей тела и объектов. Дети становятся более внимательными, в результате чего они начинают выявлять ошибки при выполнении тех или иных движений. Они способны дифференцировать в содержании движения как его основные элементы, так и детали. Начинается освоение более тонких движений. Повышаются навыки в прыжках в длину и высоту с разбега, прыжках со скакалкой, лазании по шесту и канату, метании на дальность и в цель, катании на двухколесном велосипеде, коньках, лыжах и плавании. Оценке движений характерна конкретность и объективность. Активно развивается самооценка. Дети в этом возрасте начинают понимать красоту, грациозность движений. Они уже почти не допускают ошибок, и практически не нуждаются в повторениях. Способны выполнять движения в разных вариантах и условиях [37].

Таким образом, основные виды движений развиваются на протяжении всего дошкольного возраста. До того, как начать выполнять основные виды движений, ребенок постепенно развивает мышцы шеи, спины, ног, овладевая такими навыками как удержание головы, переворот с живота на спину и

наоборот, сидение. Только после того, как он научился выполнять эти навыки и подготовил свою костно-мышечную систему, ребенок постепенно начинает овладевать основными видами движений и к младшему дошкольному возрасту он умеет: ходить на всей стопе, на носочках, на пяточках, на внешней стороне стопы, перешагивать; бегать в разном темпе; прыгать вверх и в длину с места; метать в даль. Сначала все эти виды движений характеризуются неуверенностью, неправильной техникой выполнения, в то время как к концу дошкольного возраста все двигательные акты отличаются точностью, скоординированностью и выразительностью.

#### Выводы по 1 главе

Основные виды движений – это жизненно необходимые движения, которые люди используют в своей разнообразной деятельности. Среди них: ходьба, бег, прыжки, лазание и метание. Каждый из этих видов делится на подвиды. Так, например, ходьба может быть обычная, на пяточках, с высоким подниманием колен; бег – обычный, в быстром и медленном темпах и так далее.

На качество выполнения этих видов движений влияют и качественные характеристики, а именно осанка, постановка стоп, движение рук и ног в процессе выполнения двигательного акта, которые индивидуальны у каждого ребенка.

Помимо вышеуказанных качественных характеристик, качество выполнения основных видов движений зависит и от двигательных качеств: силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, которые также индивидуальны у каждого ребенка.

Развитие основных видов движений зависит от развития двигательной сферы в целом.

Сначала дети учатся держать голову, выполнять перевороты с живота на спину и наоборот, сидеть, после чего начинается овладение непосредственно основными видами движений. Первоначально дети

выполняют их произвольно, неуверенно, с большим мышечным напряжением, однако к концу дошкольного возраста дети с легкостью и точностью выполняют все основные виды движений. Также в старшем дошкольном возрасте дети начинают осознавать, что движения могут быть красивыми и грациозными, приносить моральное удовлетворение при их правильном выполнении, благодаря чему стараются прилагать больше усилий для выполнения различных двигательных актов.

## ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

2.1 Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей младшего дошкольного возраста нарушениями зрения

Значительную часть общества составляют дети с нарушением зрения.

В настоящее время существует классификация по остроте зрения людей с нарушением зрения.

М. И. Земцова в зависимости от степени снижения остроты зрения на лучше видящем глазу с коррекцией очками или линзами выделяет следующие группы детей с нарушениями зрения:

### 1. Слепые

К ним относятся дети с полным отсутствием зрения и дети с остаточным зрением, у которых на лучше видящем глазу с коррекцией острота зрения составляет 0,05 и ниже;

### 2. Слабовидящие

К ним относятся дети, у которых на лучше видящем глазу с коррекцией острота зрения составляет от 0,05 до 0,2. Также к этой категории относятся дети и с более высокой остротой зрения, которые имеют отдельные нарушения зрительных функций;

### 3. Дети с косоглазием и амблиопией [28].

Чаще всего у детей с нарушениями зрения наблюдаются аномалии рефракции, то есть способности преломлять световые лучи (О. Л. Алексеев, В. И. Белецкая, А. Н. Гнеушева и др). К ним относятся миопия (трудности рассматривания предметов, расположенных вдали), гиперметропия (трудности рассматривания предметов, расположенных вблизи) и астигматизм (искажение рассматриваемых объектов). Также распространенной патологией глаз считается косоглазие и развивающаяся на его фоне амблиопия (снижение остроты косящего глаза). Косоглазие – отклонение одного из глаз от

совместной точки фиксации. При возникновении косоглазия в одном глазу, зрительная нагрузка перекладывается на здоровый глаз, в то время как косящий глаз, не получая упражнений, постепенно теряет способность функционировать. Помимо снижения остроты зрения и развития амблиопии косящего глаза, характерно нарушение бинокулярного зрения в целом, что отрицательно влияет на психическое и физическое развитие ребёнка [35].

Дети со зрительной патологией имеют вторичные отклонения в психофизическом развитии.

А. Г. Литвак, Л. И. Солнцева, Ю. А. Кулагин, Л. И. Плаксина и др. отмечают, что для детей с нарушениями зрения характерно не только снижение остроты зрения, но и нарушение цвето- и светочувствительности, значительное сужение поля зрения, трудности зрительного узнавания (агнозия) и искажение пространственного восприятия. Поражение органа зрения приводит к приему неполной, неточной, а значит и недостоверной информации, вследствие чего мир представлений и впечатлений ребенка значительно сужается и обедняется [16; 35; 28]

Дополнительное воздействие на другие органы чувств (слух, вкус, обоняние и осязание) может значительно улучшить зрительные образы. Изменения на первой ступени чувственного познания (в сфере ощущений), непременно влияют на следующий его этап – восприятие.

А. Г. Литвак утверждает, что у детей с нарушениями зрения и у детей без нарушения зрения процесс восприятия происходит по одним и тем же механизмам (фазы становления зрительного образа) и обладает всеми свойствами: избирательностью, осмысленностью, обобщенностью, апперцепцией и константностью. Однако у детей с нарушениями зрения этим свойствам характерна своя специфика, которая оказывает влияние на степень полноты, точности, скорости, целостности образов, широте круга отображаемых предметов и явлений, но не может поменять сущность процесса возникновения образа [17]. По данным М. И. Земцовой, Л. Б. Осиповой, Л. А. Дружининой, Л. А. Ремезовой, Л. И. Плаксиной и другим дети с

нарушениями зрения испытывают трудности в обнаружении и различении знакомых предметов, вычленении их сенсорных признаков. У детей данной категории зачастую не сформированы представления о сенсорных эталонах цвета, формы, величины и пространственных признаках. В результате сниженной остроты зрения такие дети нуждаются в увеличении времени на рассматривание предметов и объектов. Нарушение бинокулярного зрения затрудняет формирование представлений не только о форме, величине, но и пространственном положении, отношениях между предметами: удаленность, глубина, высота и т.д. Все это усложняет процессы опознавания, анализа, синтеза и осмысления зрительной информации [10; 23; 28; 30].

Нередко у детей отсутствует желание и интерес познания объектов, а при рассматривании незнакомых объектов наблюдается пассивность. Процесс узнавания цветных, контурных и силуэтных изображений имеет свои особенности: из всех трех видов изображений лучше всего дети узнают цветные картинки, так как цвет дает им дополнительную к форме изображений информацию.

В контурных и силуэтных изображениях детям с нарушением зрения ориентировка требует гораздо больших усилий. При опознании предмета сложной формы и низкой ее схожестью с геометрической формой, дети будут испытывать большие трудности. На уровень восприятия контурных изображений оказывает влияние четкость, контрастность и толщина линии. Еще большие и специфические трудности характерны для детей с монокулярным зрением при фиксации движущихся объектов.

В результате узкого обзора, недостаточного прошлого чувственного опыта и особенностей монокулярного зрения, дети воспринимают изображения замедленно, фрагментарно и искаженно, что приводит к формированию неправильных образов предметов. Такие специфические представления об окружающем предметном мире приводят к недостаточному развитию смысловой стороны речи и трудностям в развитии познавательной деятельности дошкольника.

При нарушении зрительного восприятия искажаются такие его свойства как предметность (что часто приводит к схематизму зрительных образов); целостность (в результате чего восприятие становится фрагментарным, что обеспечивает неполное и неточное отображение в сознании ребенка внешнего мира); константность (что приводит к затруднениям в определении местоположения); обобщенность (что снижает возможность вычленять в объекте существенные признаки, внимание часто фиксируется на случайных элементах).

В. З. Денискина, Л. И. Солнцева, Л. Б. Осипова, Л. А. Дружинина, Л. И. Плаксина и др. отмечают, что нарушения функций обязательно влияют и на представления. К специфике детей с нарушениями зрения относится резкое сужение их круга представлений за счет частичного выпадения или редуцирования зрительных образов. Их представления отличаются схематизмом и низким уровнем обобщенности [10; 35; 23; 30].

С развитием ощущений, восприятия и представлений главным образом связано развитие памяти. Т. Н. Головина в своем экспериментальном изучении памяти детей с нарушениями зрения пришла к выводу, что процесс узнавания предметов происходит по тем же закономерностям, что и у нормально видящих сверстников. Однако для детей с нарушениями зрения свойственно нечеткое, неопределенное узнавание. Анализ слабовидящих детей при зрительном опознавании объектов отличается низкой разграниченностью выделяемых признаков. У них увеличено время запоминания и количество подкреплений для запоминания, также характерно отсутствие осмысленности запоминаемого материала, неполное и замедленное восприятие материала, большой разброс индивидуальных различий памяти и ее процессов в сравнении с нормой.

Внимание не является самостоятельным психическим процессом, а проявляется внутри ощущений, восприятий, представлений, памяти и др., а потому напрямую зависит от их сформированности. В работах Л. В. Кузнецовой, Л. И. Плаксиной, Л. И. Солнцевой и др. говорится о том, что



недостаточность внешних впечатлений детей с нарушениями зрения оказывает негативное воздействие на процесс формирования всех свойств внимания. Замедление процесса восприятия сказывается на темпе переключения внимания и проявляется в неполноте и фрагментарности образов, в снижении объема и устойчивости внимания. Такие дети с трудом концентрируют внимание. Зачастую дети с нарушениями зрения имеют определенное положение тела и головы, при котором они лучше воспринимают слуховую информацию [30; 35].

Мышление является высшей степенью познавательной деятельности и зависит от других психических процессов. Как указывает М. И. Земцова, А. Г. Литвак, Л. И. Солнцева, сфера сопоставления и сравнения предметов у детей с нарушениями зрения сужена, дифференцировка сходных предметов затруднена, обобщения производятся в более суженной сфере опыта, при узнавании существенные связи обнаруживаются не сразу, нередко выступают побочные связи, малознакомые предметы обобщаются по единичным признакам. Однако неполноценность зрительных впечатлений не может исказить до неузнаваемости общий ход развития мышления [16; 35].

Недостаточное развитие всех вышеперечисленных психических процессов оказывает отрицательное воздействие и на речевое развитие. В своих исследованиях С. А. Покутневой пришла к выводу о том, что речь детей с нарушениями зрения имеет свою специфику: изменяется темп развития, нарушается словарно-семантическая сторона речи, появляется «формализм», накопление значительного количества слов, не связанных с конкретным содержанием. У таких детей происходит отражение лишь части предъявляемого материала, для которого характерны фрагментарность, отражение в основном предметного содержания, отсутствие отражения динамики; в речи таких детей отсутствуют развернутые высказывания, возникают трудности в соблюдении логичности связной речи [10].

В то же время, несмотря на особенности и задержку в психическом развитии, детям с нарушениями зрения характерно формирование

компенсаторных процессов, которые делают возможным преодоление негативного влияния данного дефекта.

Для детей с нарушением зрения, так же, как и для тех, кто не имеет нарушения зрения, закономерно наиболее интенсивное развитие процессов восприятия в предметной деятельности. Однако деятельность с предметами развивается медленно, и ее формирование затягивается до трех – четырехлетнего возраста из-за медленного развития ее двигательных компонентов. У таких детей в течение длительного времени наблюдаются действия, не являющиеся подлинно предметными, но служащими предпосылкой для их формирования. К ним относятся действия (неспецифические манипуляции), при которых ребенок еще не учитывает свойств предмета и действует со всеми предметами одинаково. Эти манипуляции являются переходными стадиями в овладении слепыми детьми функциональными или собственно предметными действиями, характеризующимися использованием предметов по их функциональному назначению. Также много присутствует и неадекватных действий, которые противоречат логике использования предмета. Наличие таких действий свидетельствует о том, что замедленное развитие предметных действий является закономерностью, свойственной развитию детей с нарушением зрения.

Для слепого ребенка характерна пассивность как в познании окружающего мира, так и при общении с предметами и игрушками. У большинства слепых детей наблюдается задержка неспецифических манипуляций с предметами до трехлетнего возраста, а иногда и дольше. Все предметы дети пытаются тянуть в рот, крутить, стучать ими, двигать около лица или глаз. Но у некоторых слепых детей в два года наблюдаются специфические манипуляции, проявляющиеся по отношению к знакомым или любимым игрушкам [35].

Личностные особенности ребенка с нарушениями зрения развиваются в деятельности и зависят от ее содержания и структуры. Исследования

Л. И. Солнцевой, А. Г. Литвака, В. З. Денискиной, В. А. Феоктистовой показывают, что нарушения зрения оказывают большое влияние на яркость отдельных эмоций, развитие чувств и окраску. По мнению ученых, у слабовидящих и детей с косоглазием и амблиопией наблюдаются изменения в активности, появляется напряженность, неуравновешенности, неуверенность, подавленность в отношениях с окружающими, отсутствует чувства долга, вырабатываются эгоизм, чувство враждебности, негативизм [10].

Таким образом, для детей с нарушением зрения характерны вторичные отклонения в психическом и физическом развитии. Из-за ограничения или отсутствия зрительного восприятия, у детей наблюдается отставание в развитии всех высших психических функций, по сравнению с нормально видящими детьми. Особенности физического развития мы подробнее рассмотрим в следующем параграфе.

## 2.2 Своеобразие основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Нарушения зрения приводят к особенностям овладения основными видами движений и моторного развития детей в целом.

Как говорилось ранее, прежде чем овладеть основными видами движений, ребенок овладевает двигательными навыками, такими как удержание головы, переворот с живота на спину и наоборот, сидение и так далее. Исследования Л. И. Солнцевой и В. З. Денискиной показывают, что первые месяцы жизни дети с нарушением зрения и без него развиваются одинаково. Различие возникает тогда, когда ребенок без зрительного дефекта начинает визуально контролировать свои двигательные акты. Это происходит в возрасте пяти-шести месяцев. С этого времени, развитие двигательной сферы ребенка с нарушением зрения начинает отставать. Степень отставания в овладении основными видами движений зависит от степени выраженности зрительного дефекта. Так, слабовидящие дети начинают самостоятельно ходить в 1,5 года, в то время как слепые овладевают навыком ходьбы к 2 годам.

Долгое время у слепых детей ходьба является основным движением ориентировки в пространстве, так как формирование навыков бега, прыжков и лазанья весьма затруднено [41; 42; 35].

Тем не менее, к младшему дошкольному возрасту дети овладевают всеми основными видами движений, имея свои особенности их выполнения.

Рассмотрим подробнее особенности видов движения у детей с нарушениями зрения.

Л. С. Сековец утверждает, что при выполнении ходьбы и бега для детей данной нозологической группы характерно большое мышечное напряжение, опущение головы вниз, рассогласованность в движении рук и ног, широкая постановка стоп, неравномерный темп, остановки при ходьбе и как следствие потеря направления, в результате нарушения равновесия. Также при ходьбе дети с нарушением зрения отходят от прямой оси движения в сторону вследствие сужения поля зрения из-за выключения одного глаза из акта зрения в период окклюзии при косоглазии и снижении остроты зрения у слабовидящих. [34].

При выполнении прыжков дети с нарушениями зрения также испытывают трудности. В прыжках в длину с места у детей отмечается низкая техническая подготовка. Как правило, допускаются ошибки во всех фазах (толчке, полете, приземлении) выполнения движения.

В прыжках в высоту с места на двух ногах также отмечаются сложности в результате недостаточного зрительного контроля и нарушения согласованности движений. У детей с нарушением зрения снижен зрительный обзор своего тела при движении, т.к. они контролируют себя в ограниченном поле обзора, поэтому количественные показатели прыжков у детей с патологией зрения ниже нормы.

Метание правой и левой рукой вдаль характеризуется слабой силой броска, недостаточным замахом. Навык фиксации взором выполняемых действий у детей с нарушением зрения сдерживается в развитии.

Лазание по гимнастической лестнице у детей с нарушением зрения характеризуется недостаточной согласованностью зрительного контроля и движений рук и ног. Руки переставляются беспорядочно, с пропуском реек, одна рука накладывается на другую, что затрудняет процесс лазания [33].

По мнению Л. А. Плаксиной, у детей данной категории нарушено представление о пространстве, в результате чего они меньше совершают двигательных актов из-за страха. Как следствие выявляется отставание в развитии двигательной сферы, в сравнении с нормально видящими детьми, а также имеются сложности усвоения пространственной ориентации [30].

Л. Б. Осипова утверждает, что детям с нарушениями зрения младшего дошкольного возраста в большей мере, в сравнении с их нормально видящими сверстниками, характерны скованность движений, слабость мышечного тонуса, диффузный характер движений, невозможность удержания позы. Также движения и действия детей отличаются нескоординированностью [23].

Таким образом, у детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения в развитии двигательной сферы и, соответственно, овладении основными видами движений, наблюдается отставание. Эти дети позже начинают ходить, а значит и позже овладевают остальными основными видами движений. Помимо этого, у детей есть характерные особенности в выполнении основных видов движений. Так, у детей наблюдается большое мышечное напряжение, низкое положение головы, неправильная постановка стоп, нарушение правильной техники выполнения броска предмета и так далее. Поэтому необходимо проведение коррекционной работы.

### 2.3 Роль ритмики в развитии основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Необходимость физического развития регламентировано рядом нормативно-правовых документов. Так, в «Законе об образовании в РФ» мы находим следующее: «Дошкольное образование направлено на формирование общей культуры, развитие физических, интеллектуальных, нравственных,

эстетических и личностных качеств, формирование предпосылок учебной деятельности, сохранение и укрепление здоровья детей дошкольного возраста. Образовательные программы дошкольного образования направлены на разностороннее развитие детей дошкольного возраста с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей ...» [43].

Логично, что основные положения «Закона об образовании в РФ» нашли свое отражение и в других документах. Так, задачи физического воспитания прописаны в федеральной адаптированной образовательной программе (далее ФАОП):

- становление у детей ценностей здорового образа жизни;
- приобретение двигательного опыта и совершенствование двигательной активности;
- развитие двигательных компенсаторно-адаптивных механизмов;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях [40; 41; 43].

Одной из основных задач, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования является реализация комплексного психолого-педагогического подхода к организации коррекционно-воспитательной работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

В ФАОП для слепых детей рекомендуют формировать двигательные умения преодоления препятствий: перешагивание порогов, ходьба по лестнице, подъем–спуск с невысокого препятствия, ходьба по наклонной плоскости, обойти препятствие (стол, стул) [42].

Работа для детей слабовидящих и с косоглазием и амблиопией направлена на развитие двигательной активности и мобильности; развитие общей и зрительно-двигательной координации; развитие способности к саморегуляции, самоконтролю организации и выполнения движений; обогащение опыта проявления активности, инициативности, самостоятельности в двигательной деятельности; совершенствование

динамической организации действий рук (динамический праксис рук); развитие навыков осанки [40; 41].

При организации работы с детьми целесообразно опираться на принципы коррекционной работы Л. И. Плаксиной:

1. Принцип превентивной направленности.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в раннем обучении этим видам.

2. Пропедевтической направленности.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в подробном разборе отдельно каждого элемента движения.

3. Преобразующей, трансформирующей роли коррекционной работы.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в отсутствии скованности, легкости и уверенности при выполнении различных видов движений.

4. Дифференцированного подхода к коррекционной работе.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в подборе упражнений индивидуально для каждого ребенка с учетом степени выраженности дефекта и его физических возможностей.

5. Оптимальной информационной наполненности.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в понятных для детей инструкциях и заданиях.

6. Единства педагога и ребенка.

В рамках овладения основными видами движений реализуется в учете педагогом особенностей развития ребенка: чувственного, практического и двигательного опыта ребенка [28].

Для того чтобы осуществлялась работа по развитию двигательной сферы нужно создать предметно-пространственную среду.

Для активизации двигательной сферы ребенка Л. С. Сековец предлагает четко организовывать весь режим подвижности. Иными словами, правильно организовать двигательную деятельность детей, обеспечить в полном объеме

содержание знаний и умений по развитию движений в сочетании их с другими видами детской деятельности (конструированием, рисованием, играми) и лечебно-восстановительными мероприятиями, с учетом особенностей двигательных возможностей детей.

Также она говорит, что для улучшения двигательной активности можно использовать специальное оборудование, помогающее корректировать движения ходьбы, бега, прыжков, метания, лазания. Например, при метании используют фиксирование мяча для отработки техники движений. Обучение лазанию начинается с горизонтальной лестницы с постепенным увеличением угла наклона.

При подборе специального оборудования важно учитывать особые образовательные потребности детей: гимнастические стенки, скамейки должны быть четко контурированы выделяться из общего фона; мячи должны быть яркие для лучшей ориентировки в пространстве и повышения уровня взаимодействия ребенка с данным оборудованием.

Немаловажным фактором, по мнению Л. С. Сековец, является и поощрение желания детей к самостоятельному движению [33].

Средствами развития основных видов движений могут быть: физические упражнения, подвижные игры, а также ритмика [33;34;19].

Остановимся более подробно на характеристике ритмики и ее роли в овладении ребенком основными видами движений.

Согласно И. П. Орловой, ритмика – это музыкально-педагогическая дисциплина, основой которой является музыка, ее восприятие и эмоциональный отклик (путем двигательной реакции) детьми дошкольного и школьного возраста, и в процессе которой происходит осуществление музыкально-ритмического воспитания ребенка. Основопологающим принципом занятий по музыкально-ритмическому воспитанию является закон «от музыки – к движению» [21].



Роль ритмики в овладении основными видами движений очень велика. Прежде всего ритмика повышает мотивацию ребенка. Так, текст песни может стимулировать образность движений и интерес к их выполнению.

Важен и эмоциональный настрой, который достигается средствами ритмики. Воздействие музыки положительно сказывается на эмоциональном состоянии детей, дает возможность им получить общее эстетическое, моральное и физическое развитие.

Ощущение чувства ритма необходимо при выполнении ритмических движений. Вместе с тем, именно ритмический рисунок способствует более четкой реализации задания педагога.

Овладение основными видами движений тесно связано с развитием высших психических функций. Ритмика помогает концентрировать внимание, память, восприятие, поддерживать работоспособность, усиливая эффект выполняемых упражнений, и улучшать педагогический процесс.

Также занятия ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, укреплению и сохранению здоровья, коррекции недостатков физического развития и двигательных нарушений, умению дифференцировать движения по степени мышечных усилий во времени и пространстве, управлять темпом своих движений и подчинять их музыке [26].

Использование ритмики в коррекционно-образовательном процессе детей с нарушением зрения способствует улучшению состояния двигательной сферы дошкольников, повышению мотивации к двигательной активности, следствием чего является развитие ориентировки в пространстве. Благодаря целенаправленному контролю движений, в процессе музыкально-ритмического воспитания осуществляется согласованная работа различных мышц, уменьшается напряжение, повышается координация, точность и скорость выполняемого движения. Систематические занятия ритмикой способствуют улучшению работы двигательного анализатора, а также воспитанию мышечного чувства у слабовидящих детей, что является

необходимым условием для ориентировки в пространстве и самостоятельной жизнедеятельности [26].

Важным моментом использования элементов ритмики является то, что их могут использовать различные участники образовательного процесса: инструктора по физической культуре, музыкальные руководители, воспитатели и логопеды. На занятиях по физической культуре происходит работа над правильностью выполнения основных видов движений, на занятиях по ритмике происходит обучение выполнения движений в музыкальный такт, на ритмических гимнастике совершенствуются и доводятся до автоматизма определенные виды движений с использованием сопровождения на синтезаторе и с использованием аудиозаписей, а затем на коррекционных занятиях вносится творческий элемент – дети под музыку выполняют определенные виды движений и кого-то изображают, а на прогулке дети отрабатывают правильность выполнения различных основных видов движений в музыкально-ритмических подвижных играх.

Ритмика включает в себя серию музыкально-ритмических движений.

По мнению Е. А. Медведевой, музыкально-ритмические движения – это вид музыкальной деятельности, который построен на взаимосвязи музыки и движений, где основой служит ритм [19].

Ряд авторов (Г. А. Колодницкий, Н. А. Ветлугина, Е. А. Медведева и другие) выделяют следующие виды музыкально-ритмических движений:

1. Упражнения.

Их задача заключается в формировании основных навыков и умений выразительного движения детей в ходьбе, беге, поскоках, прыжках, отдельных танцевальных элементах. Используются на музыкально-ритмической гимнастике и на занятиях физкультурно-оздоровительного цикла (физического воспитания).

2. Музыкальные игры.

Направлены на передачу эмоционального характера музыки. Различают игры, которые основаны на образных движениях по определенным правилам

и являются сюжетными, и несюжетные, в зависимости от характера музыки. Первоначальной формой музыкальной игры считается игра с пением, в которой содержание песни (текст) определяет характер образа движения. К более сложному виду относится игра под инструментальную музыку, где собственно музыкальные изменения (темп, ритм, динамика), провоцируют смену движения (быстро-медленно). Используются на занятиях художественно-эстетического цикла (музыке и ритмике) и физкультурно-оздоровительного цикла (физического воспитания). Также могут включаться различными специалистами в коррекционные и общеобразовательные занятия, предлагаться детям в свободной деятельности.

### 3. Детские пляски и танцы.

В их основе лежат элементы народных и классических танцевальных движений. Данный вид музыкально-ритмических движений подразделяется на пляски и танцы с определенной последовательностью движений, свободные – в которых ребенок импровизационно исполняет движения, а также комбинированные, имеющие как движения определенной последовательности, так и импровизационные движения. Используются на занятиях художественно-эстетического цикла (ритмике) [13; 8; 19].

Музыкально-ритмические упражнения, игры, пляски и танцы способствуют преодолению трудностей зрительно-пространственной ориентировки, несогласованности двигательных актов, их аритмичности и гиподинамию у детей с нарушением зрения [29].

Для применения музыкально-ритмических движений необходимо соблюдать некоторые условия:

– движения должны соответствовать возрасту и возможностям детей (для младших дошкольников используются более простые по координации движения, требующие выполнения с меньшей дозировкой и в умеренном темпе);

– длительность комплексов музыкально-ритмических движений должна определяться возрастом детей (в 3–4 года – в пределах от 15 до 20 минут, в 4–5 лет – в пределах от 20 до 25 мин.);

– движения должны соответствовать музыкальному настроению (во время сильных музыкальных частей используются четкие и резкие движения, требующие большой амплитуды, во время слабых музыкальных частей – спокойные, плавные движения, не требующие большой амплитуды);

– сохранение основной структуры занятия (занятие состоит из подготовительной, основной и заключительной части);

– в основной части занятия должны находиться самые сложные музыкально-ритмические движения, требующие максимальной физической нагрузки (в подготовительной части используются упражнения несложные по координации, небольшие по амплитуде и выполняемые в медленном и умеренном темпе; постепенное увеличение этих параметров движения и темпа приводит к усилению нагрузки в основной части урока; к заключительной части нагрузка постепенно снижается);

– танцевальные движения должны соответствовать характеру музыкального произведения (под современные ритмы – реп, техно, рок-н-ролл; под русскую музыку – народные движения и так далее) [44].

Музыкально-ритмические движения в большей мере используются на ритмической гимнастике и занятиях ритмикой.

Музыкально-ритмическая гимнастика представляет собой систему, которая объединяет в себе средства ритмической гимнастики, музыкального сопровождения и двигательных действий.

В ходе реализации музыкально-ритмической гимнастики в дошкольном образовательном учреждении условиях ФГОС решаются следующие задачи:

Образовательные:

- обучить детей освоению музыкально-ритмическим движениям;
- формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;

- формировать пластику, культуру движения, их выразительность;
- формировать умение ориентироваться в пространстве;
- формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности;
- формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе;
- формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- развивать творческие способности детей;
- развить музыкально-художественный вкус;
- развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- содействовать формированию правильной осанки

На занятиях по ритмике дети закрепляют правильную технику выполнения основных видов движений под музыку, а также разучивают танцевальные элементы. Целью занятий по ритмике является обучение выполнения движений в музыкальный такт.

Структура и музыкально-ритмической гимнастики, и занятий по ритмике одинакова, то есть содержит в себе подготовительную, основную и заключительную части.

Таким образом работа по овладению основными видами движений – важное направление в дошкольном образовании, которое закреплено в нормативных актах, отражено в программах и методических рекомендациях. Одним из средств овладения основными видами движений является ритмика, которая как часть физического воспитания может успешно использоваться в

качестве средства коррекции вторичных отклонений в развитии детей с нарушением зрения, вызванных ограниченностью зрительного восприятия, так и улучшения двигательного режима, развития двигательных качеств, улучшения физического состояния, коррекции нарушений всей двигательной сферы в целом. Ритмика состоит из музыкально-ритмических движений и используется в основном на ритмической гимнастике и занятиях ритмикой, а также может частично входить в коррекционные и общеобразовательные занятия.

#### Выводы по 2 главе

Дети с нарушением зрения – разнообразная группа. К ним относятся слепые, слабовидящие и с косоглазием и амблиопией. У всех детей отмечаются особенности в психофизическом развитии, обусловленные первичным дефектом и проявляются в развитии двигательной сферы, а значит и в овладении основными видами движений.

Двигательная сфера детей характеризуется следующим образом: позднее, по сравнению с нормально развивающимися детьми, овладение основными движениями – сидением, ходьбой, бегом, сложности в манипулировании мелкими предметами, скованность движений из-за отсутствия представлений об окружающей действительности и так далее. Для устранения этих трудностей необходима коррекционная работа, для определения которой необходима комплексная диагностика.

Коррекционная работа базируется на положении нормативных документов, реализуется в различных видах деятельности: на занятиях по физической культуре, на праздниках, в самостоятельной деятельности, на специальных коррекционных и на индивидуальных занятиях.

Одним из средств реализации коррекционной работы является ритмика. С помощью нее можно как способствовать развитию основных видов движений, так и оказывать положительное влияние на мотивационный план, эмоциональный настрой и высшие психические функции.

### ГЛАВА 3. ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДВИЖЕНИЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

3.1. Методика изучения особенностей основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения

Для изучения уровня овладения основными видами движений детей с нарушением зрения на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушение зрения) № 127 г. Челябинска» (МБОУ «С(К)ОШ № 127 г. Челябинска» ДО) организован эксперимент.

В нем приняли участие пятеро детей четырёхлетнего возраста. Диагнозы детей представлены ниже в таблице 1.

Таблица 1

Ребенок	Офтальмологическое заключение
Сергей	Гиперметропия ср. ст., сходящееся содружественное монокулярное л/аккомодационное левостороннее косоглазие
Ян	Непостоянное смешанное содружественное косоглазие альтернирующее, аккомодационное. Гиперметропический сложный астигматизм сл. ст. Гиперметропия ср.ст. ЧАЗН
Федор	Сход. содр. альтернирующее косоглазие, гиперметропия сл.ст. ОУ
Антонина	Рано приобретенная миопия ср. ст. ОУ
Елена	Гиперметропия ср.ст. ОУ. Содр. сходящееся монокулярное ч\аккомодационное косоглазие

При проведении эксперимента мы учитывали состояние зрения, здоровья при подборе упражнений.

Теоретической основой для составления диагностических заданий были работы Г. П. Лесковой и Н. А. Ноткиной, В. Н. Шебенко, А. П. Щербак и Л. С. Сековец [15; 20; 45; 47; 33; 34].

Исследование включало в себя 4 серии заданий.

Оценивание проводилось по трем уровням: высокий, средний, низкий. Высокий уровень: все двигательные качества соответствуют выполняемому движению. Средний уровень: ребенок выполняет движение, но при этом выполнение движений не всегда характеризуется развитыми двигательными качествами. Низкий уровень: ребенок не справляется с движением (двигательные качества не соответствуют выполняемому движению)

Первая серия заданий была направлена на изучение ходьбы. Детям предлагалось 5 заданий в соответствии с различными вариантами ходьбы: обычная, на носочках, на пяточках, на внешней стороне стопы и перешагивание. Оценка детей происходила по следующим критериям: положение корпуса, головы, плеч, стоп; состояние мышц живота; согласованность движений рук и ног; отсутствие синкленезий; перекаты с пятки на носок; отсутствие шарканья.

Высоким уровнем в обычной ходьбе считалось 9-10 правильно выполненных качественных показателей; в остальных видах ходьбы – 8. Средним уровнем в обычной ходьбе считалось 7-8 правильно выполненных качественных показателей; в остальных видах ходьбы – 6-7. Низким уровнем в обычной ходьбе считалось 6 и меньше правильно выполненных качественных показателей; в остальных видах ходьбы – 5 и меньше.

Вторая серия заданий была направлена на изучение бега. Включало одно задание: обычный бег. Критериями оценивания детей были следующие: положение корпуса, головы, плеч, стоп; состояние мышц живота; согласованность движений рук и ног; наличие фазы полета; наличие завершенности отталкивания; перекаты с пятки на носок; прямолинейность движения.

Высоким уровнем в беге считалось 10-11 правильно выполненных качественных показателей. Средним уровнем – 8-9 правильно выполненных качественных показателей, а низким уровнем 7 и меньше правильно выполненных качественных показателей.



Третья серия заданий была направлена на изучение прыжков. Включало два задания: прыжки вверх и прыжки в длину с места. Критериями оценивания детей было соблюдение правил выполнения всех фаз (толчок, полет, приземление) выполнения движения.

Высоким уровнем в прыжках считалось 5 правильно выполненных качественных показателей. Средним уровнем – 3-4 правильно выполненных качественных показателей, а низким уровнем меньше 3 правильно выполненных качественных показателей.

Четвертая серия заданий была направлена на изучение метания. Включало одно задание: метание вдаль. Детям предлагался мяч, который было необходимо бросить как можно дальше. Критериями оценивания детей были следующие: соблюдение исходного положения, наличие замаха, качество броска.

Высоким уровнем в метании считалось 5 правильно выполненных качественных показателей. Средним уровнем – 3-4 правильно выполненных качественных показателей, а низким уровнем меньше 3 правильно выполненных качественных показателей.

Данные были занесены в протоколы (приложение 1)

### 3.2 Результаты изучения особенностей основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушением зрения.

Рассмотрим экспериментальные данные.

В таблице 2 представлены результаты правильного выполнения различных видов ходьбы.

Как видно из таблицы, легче всего детям дается обычная ходьба. 100 % детей держали корпус прямо, отсутствовали насильственные движения. У 90 % процентов детей наблюдаются свободные движения рук. 80 % детей правильно переставляют ноги, не шаркая ими. Самой сложной качественной характеристикой для детей являлся перекаат с пятки на носок.

Таблица 2 – Успешность выполнения различных видов ходьбы (в %)

Качественные характеристики/ название вида движений	Обычная	На носочках	На пяточках	На внешней стороне стопы	Перешагивание
Корпус прямо	100	80	60	60	100
Голова прямо	70	60	30	50	50
Плечи расправлены	60	40	40	20	60
Живот подобран	60	40	40	20	60
Стопы параллельно	70	30	100	100	50
Свободные движения рук	90	80	90	90	60
Перекрестная координация в работе рук и ног	60	40	40	40	
Отсутствие излишних сопровождающих движений	100	100	100	100	100
Перекал с пятки на носок	30				30
Отсутствие шарканья	80				

При усложнении задач показатели снижались. При выполнении ходьбы на носочках также 100 % не имели синкенезий, однако прямой корпус наблюдался уже у 80 % детей. Также при ходьбе на носочках показатель свободных движений рук ниже, по сравнению с движениями рук во время обычной ходьбы, на 10 %. Хуже всего удавалось детям ставить стопы параллельно и регулировать мышцы живота.

Особую сложность вызвало выполнение ходьбы на внешней стороне стопы. В основном дети не расправляли плечи и не подбирали живот (80 %).

Анализ выполнения первой серии заданий позволил распределить детей по уровням.

В таблице 3 можно увидеть распределение по уровням овладения детей ходьбой.

Обычной ходьбой в полном объеме овладели 20 %. Эти дети держали корпус прямо, у них была прямая голова, свободные, согласованные движения

рук и ног, а также они правильно ставили стопы и выполняли перекат с пятки на носок.

Таблица 3 – Уровень овладения детей ходьбой (в %)

Уровни/ виды ходьбы	Обычная	На носочках	На пяточках	На внешней стороне стопы	Перешагивание
Высокий	20	20	20	20	0
Средний	40	20	20	0	60
Низкий	40	60	60	80	40

Вместе с тем, у 80 % ходьба сформирована недостаточно. У 40 % детей овладение ходьбой соответствует среднему уровню и 40 % – низкому. Чаще всего у детей наблюдается неправильное положение головы (опущена вниз), отсутствие перекрестной координации рук и ног, а также переката с пятки на носок при выполнении данного вида движения. Это можно объяснить тем, что из-за нарушенного зрения дети испытывают большие трудности в точном воспроизведении показанных движений.

Ходьбу на носочках и на пяточках правильно выполняет 20 % детей, другие 20 % делали незначительные ошибки, а оставшиеся 60 % делали грубые ошибки в процессе выполнения движения. Ошибки были такими же, как и при выполнении обычной ходьбы.

На внешней стороне стопы высокий уровень был у 20 % детей, в то время как у остальных 80 % был выявлен низкий уровень.

При выполнении движений дети чаще всего опускали голову вниз, не расправляли плечи, не подбিরали живот, а также отсутствовала перекрестная координация рук и ног.

Перешагивание в полной мере не освоил никто. Согласно результатам проведенной диагностики, для 60 % детей характерен средний уровень овладения движением, а для оставшиеся 40 % - низкий уровень. Ошибки наблюдались те же, что и при выполнении обычной ходьбы.

Следует отметить, что у всех детей отсутствовали излишние сопровождающие движения (синкинезии) при выполнении упражнений.

На наш взгляд интересным показалось, что часть детей, выполняя задания: ходьба на носочках, на пяточках и на внешней стороне стопы убирали руки на пояс и за спину. Это может говорить о том, что с ними проводится систематическая работа, ребенок уже давно посещает детский сад и данный вид упражнений часто выполняется на занятиях.

В целом, высокий уровень овладения ходьбой отличается у 20 % детей.

В таблице 4 представлены результаты правильного выполнения бега.

Таблица 4 – Успешность выполнения бега (в %)

Качественные характеристики/ название вида движений	Обычный
Корпус прямо (или немного наклонен вперед)	100
Голова прямо	70
Плечи расправлены	40
Живот подобран	40
Не широкая постановка стоп	40
Пережат с пятки на носок	30
Свободные движения рук и ног	100
Перекрестная координация в работе	60
Наличие фазы полета	90
Завершенность отталкивания ногой	40
Прямолинейность движения	50

Как видно из таблицы, 100 % детей выполняет только правильное положение корпуса и свободные движения рук. У 90 % детей имеется фаза полета. 70 % детей держат голову прямо. Самыми сложными качественными характеристиками для детей показали расправленные плечи, подобранный живот, правильная постановка стоп и завершенность отталкивания ногой. С этими характеристиками справились только 40 % детей.

Анализ выполнения второй серии заданий позволил распределить детей по уровням.

В таблице 5 можно увидеть разделение по уровням овладения детьми бегом.

Обычным бегом в полном объеме овладели 20 %. Эти дети держали корпус прямо, у них была прямая голова, свободные, согласованные движения рук и ног, а также имелась фаза полета.

Таблица 5 – Уровень овладения детьми бегом (в %)

Уровни/ виды бега	Обычный
Высокий	20
Средний	20
Низкий	60

Вместе с тем, у 80 % бег сформирована недостаточно. 20 % детей овладели бегом на средний уровень, а 60 % на низкий. Чаще всего у детей наблюдается неправильное опущенная вниз голова, поднятые плечи, а также лишь частичное наличие фазы полета из-за незавершенности отталкивания ногой.

Следует отметить, что все дети держали корпус прямо (или немного наклоняли вперед) при выполнении упражнений.

В таблице 6 представлены результаты правильного выполнения двух видов прыжков.

Таблица 6 - Успешность выполнения прыжков (в %)

Качественные характеристики/ название вида движений	Вверх	В длину
И.П.: небольшое приседание с наклоном туловища	60	80
Голчок: одновременно двумя ногами	40	40
Полет: ноги слегка выпрямляются	60	
Полет: ноги слегка согнуты		100
Полет: руки в свободном положении	100	100
Приземление: мягко, одновременно на две ноги	20	20

Как видно из таблицы, дети лучше выполняют прыжки в длину с места. Так, у 100 % детей наблюдается правильное положение рук и ног в полете. 80% детей верно выполняют исходное положение. 40 % детей правильно отталкиваются и только 20 % детей приземляется на две ноги.

При выполнении прыжков вверх, 100 % детей во время полета держали правильно руки. 60 % соблюдали исходное положение и положение ног в полете. У 60 % детей была выявлена слабая сила отталкивания ногами от

земли, а у 80 % – неправильное приземление (на одну ногу с приставлением второй ноги позже).

Анализ выполнения третьей серии заданий позволил распределить детей по уровням.

В таблице 7 можно увидеть разделение по уровням овладения детьми прыжками.

Таблица 7 – Уровень овладения детьми прыжками (в %)

Уровни/ виды прыжков	Вверх	В длину с места
Высокий	20	20
Средний	40	60
Низкий	40	20

Прыжками вверх в полном объеме овладели 20 %. Эти дети занимали правильно исходное положение, а также не допускали ошибок при выполнении всех фаз: толчка, полета и приземления.

Вместе с тем, у 80 % прыжки вверх сформирована недостаточно. 40 % детей овладели прыжками на средний уровень и 40 % на низкий. Дети неправильно отталкивались от земли, летели и приземлялись. Большинство детей не умеет приземляться на две ноги одновременно.

Выполняя прыжки в длину с места, 20 % детей показали высокий уровень овладения данным видом движения. Дети не допускали ошибок ни в одной из фаз выполнения прыжков.

Однако 80 % детей показали средний и низкий результаты. Дети допускали ошибки в выполнении фазы толчка и приземления. Предполагаем, что неправильное отталкивание связано с усиленным зрительным контролем за действиями ног, из-за чего голова наклонена вперед, а руки остаются безучастными, в результате чего сила толчка слабая. При приземлении дети часто приземлялись на одну ступню, затем подставляли другую. Это вызвало нарушение равновесия, а в отдельных случаях приводило к падению. Причиной падения является нарушение координационных отношений правой и левой ноги при приземлении.

Следует отметить, что при выполнении прыжков в длину с места все дети выполняли фазу полета правильно: сгибали ноги и держали руки в свободном положении.

В таблице 8 представлены результаты правильного выполнения метания.

Таблица 8 – Успешность выполнения метания (в %)

Качественные характеристики/ название вида движений	Вдаль
И.П.: стоит лицом в направлении броска	80
И.П.: ноги слегка расставлены	20
И.П.: правая рука согнута в локте	60
Замах: небольшой поворот вправо	60
Бросок: с силой (для сохранения направления полета предмета)	80

Как видно из таблицы, 80 % детей в исходном положении стоят лицом в нужном направлении и правильно выполняют бросок. Вместе с тем, 60 % детей сгибают руку в локте во время исходного положения и делают небольшой замах. В то время как лишь 20 % правильно ставят ноги в исходном положении.

Анализ выполнения третьей серии заданий позволил распределить детей по уровням.

В таблице 9 можно увидеть разделение по уровням овладения детьми метанию.

Таблица 9 – уровень овладение детьми метанием (в %)

Уровни/ виды метания	Вдаль
Высокий	20
Средний	20
Низкий	60

Метанием вдаль в полном объеме овладели 20 %. Эти дети занимали правильно исходное положение, а также делали замах и бросок с силой.

Однако, у 50 % навык прыжков вверх сформирован недостаточно. 20 % детей овладели метанием на средний уровень, а 60 % на низкий. Частые ошибки детей: неправильная постановка ног в исходном положении и отсутствие замаха. Также дети не прослеживают взором предмет, у них

снижена быстрота восприятия действий метания, сковано положение головы из-за окклюдора и очков.

На рисунке 1 обозначены обобщенные данные по уровням овладения детей основными видами движениями.

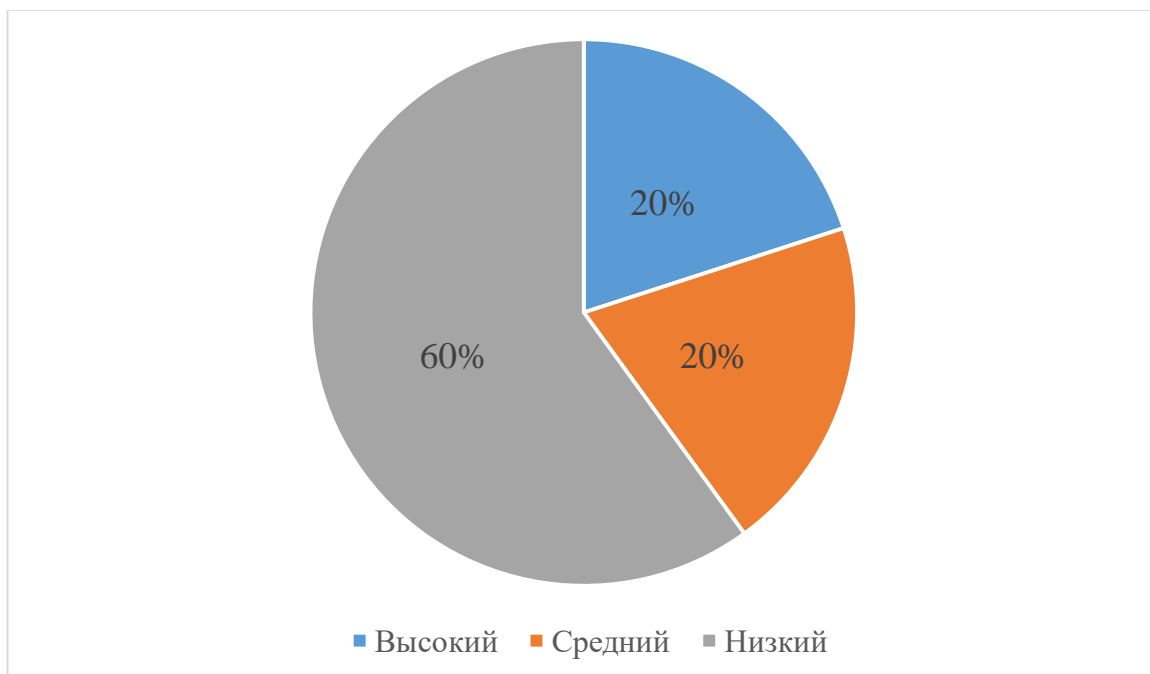


Рисунок 1 – Уровни овладения детей основными видами движений.

Только у 20 % детей основные виды движений сформированы в полном объеме, при этом движения скоординированы и выполняются с соблюдением правильной техники. 20 % детей имеют средний уровень. Они не всегда управляют мышцами своего тела, затрудняются при выполнении сложных видов движений. У них чаще всего нарушаются координационные способности, не могут распределить свои мышечные усилия и так далее. 60 % детей имеют низкий уровень овладения движениями. Чаще всего это проявляется в неумении формировать позы и рассогласованности движений.

### 3.3 Использование музыкально-ритмических игр в развитии основных видов движений младших дошкольников с нарушением зрения

Опираясь на результаты проведенного эксперимента по оценке уровня развития основных видов движений у детей младшего дошкольного возраста



с нарушением зрения, нами была составлена коррекционная работа по развитию основных видов движений.

В работах И.П. Орловой, Л.И. Плаксиной, Н.А. Ветлугиной описано, что детей в младшем дошкольном возрасте учат реагировать на начало и окончание звучания музыки, подчинять свои движения темпу и характеру музыки, замечать высокое и низкое звучание, а также громкое и тихое.

На основе вышесказанного, а также работ А.Е. Луговской и Е.В. Клементевой нами был составлен сборник музыкально-ритмических игр.

Сборник состоит из введения и двух разделов.

Во введении кратко описаны основные виды движений, пропедевтическая работа, а также на что педагог должен обращать внимание при проведении игр.

В первом разделе все музыкальные игры подобраны по видам движений: на развитие ходьбы, бега, прыжков и метания. В таблицах прописаны название игры, задачи, краткое содержание игры и музыкальное сопровождение. В рамках каждого направления предлагаются задачи, позволяющие ребенку овладеть сущностью движения, позволяющие выполнять это движение в различном темпе, вариантах, условиях. Например, предлагались игры при формировании ходьбы, в которых детям необходимо было использовать обычную ходьбу; ходьбу на носочках; ходьбу на пяточках; ходьбу на внешней стороне стопы и перешагивание.

Во втором разделе игры из первого раздела систематизированы в соответствии с тематическим планированием и представлены в виде таблицы, в которой имеется название темы месяца, название и музыкальное сопровождение игры. Всего в сборнике представлено 28 игр.

Данные игры можно применять на:

- 1) специальных занятиях ритмикой;
- 2) ритмической гимнастике;
- 3) специальных занятиях по физическому воспитанию;

- 4) коррекционных занятиях;
- 5) общеобразовательных занятиях;
- 6) в свободной деятельности детей.

В каждое занятие специалистам (дефектологу, воспитателям, логопедам) предлагается включать музыкально-ритмические игры по развитию основных видов движений с использованием музыкального сопровождения.

Так, на коррекционных занятиях эти игры можно включать на занятия по развитию зрительного восприятия, пространственной ориентировке, социально-бытовой ориентировке. Например, игра «разноцветные листочки» способствует развитию зрительного восприятия. Дети по одному свободно передвигаются по группе, когда педагог говорит: «Петя ищет желтый листочек», ребенок должен дойти/добежать/допрыгать до желтого листочка. Когда ребенок выполнил задание, остальные дети хлопают в такт музыки и поют «Нашел Петя желтый лист». Игра может повторяться несколько раз, имена меняются на имя водящего ребенка. На занятия по пространственной ориентировке подойдет «Солнышко-дождик». Когда играет музыка веселая дети и педагог перемещаются (ходят/прыгают) по группе, как только музыка меняется, дети должны быстро прибежать к педагогу под зонт. На занятиях по социально-бытовой ориентировке предлагается игра «Едем искать друзей», в рамках которой дети под музыку закрепляли навык вежливого общения с людьми и при этом отработывали навыки разных видов ходьбы. В зависимости от темы могло меняться содержание игр, при этом суть оставалась прежней.

На общеобразовательных занятиях воспитатель может использовать игру «Найди свой цветочек», в которой каждому ребенку выдается картинка цветочка, под музыку он ходит (гуляет), а когда музыка заканчивается, он должен найти в окружающем его пространстве такой же цветочек и допрыгать до него.

В рамках свободной деятельности в доступе детей имеются необходимые атрибуты для игры (например, картинки грибов, для игры

«Грибочки», картинки цветов для игры «Найди свой цветочек» и так далее), а также при заинтересованности детей педагог предлагает им включить определенную музыку, подходящую для той или иной игры.

Для работы с музыкально-ритмическими играми необходимо соблюдать последовательность этапов:

1. Формирование представлений о правильном выполнении основных видов движений.

Проходит в спортивном зале под руководством инструктора по физической культуре

2. Знакомство детей с музыкально-ритмическими играми

Проходит в музыкальном зале вместе с музыкальным руководителем, который играет на синтезаторе. Этот этап очень важен, так как позволяет музыкальному руководителю расставлять акценты в мелодии, чтобы дети лучше улавливали ритм, регулировать темп мелодии, а также при необходимости делать остановки.

3. Использование музыкально-ритмических игр на коррекционных и общеобразовательных занятиях.

После того, как дети усвоили все движения, можно начинать использовать музыкально-ритмические игры на коррекционных и общеобразовательных занятиях под аудиозапись.

Таким образом, мы подобрали музыкально-ритмические игры, которые в своей деятельности могут использовать все педагоги. Однако, прежде чем использовать эти игры, необходимо у ребенка сформировать представления о правильном выполнении основных видов движений на физкультурном занятии, довести этот навык до автоматизма, после чего можно начинать знакомство с играми сначала под аккомпанемент, а потом под аудиозапись. Использование предложенных игр на общеобразовательных и коррекционных занятиях дают возможность повторять различные виды основных видов движений в различных форматах, с различной скоростью, под музыкальное

сопровождение, что их заинтересовывает детей и позволяет обеспечивать многократность повторения.

### Выводы по главе 3

Нами были составлены диагностические задания, на основе которых мы выявляли уровень (высокий, средний, низкий) овладения детьми различными видами движений.

Исследование включало в себя 4 серии заданий: изучение ходьбы, бега, прыжков и метания.

Мы выявили, что 20 % детей в полной мере овладели всеми видами движений. В то же время 20 % овладели средним уровнем, а 60 % – низким. Наиболее частыми ошибками у детей являлись: неправильное положение головы, осанки, ног, отсутствие перекрестной координации рук и ног, отсутствие переката с пятки на носок, незавершенность отталкивания, неправильное приземление и отсутствие замаха (при выполнении метания).

На основе диагностики, нами были составлены комплексы музыкально-ритмических игр на развитие основных видов движений, которые могут использовать в своей деятельности все специалисты.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В рамках нашей работы необходимо было теоретически и эмпирически изучить особенности основных видов движения детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения.

В рамках реализации первой задачи мы изучили психолого-педагогическую и медицинскую литературу и выявили что основные виды движений – это жизненно необходимые движения, используемые человеком в своей многообразной деятельности. К ним относятся ходьба, бег, прыжки, метание и лазание. Качество выполнения основных видов движений зависит от качественных характеристик (положение корпуса, постановка стоп и других) и двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости). Также рассмотрели онтогенез овладения основными видами движений.

В рамках решения второй задачи мы изучили особенности овладения основными видами движений как в теоретическом, так и в практическом аспекте. В ходе анализа литературы мы выявили, что для детей данной категории характерно отставание в овладении основными видами движений, а также наблюдается неуверенность и скованность движений из-за отсутствия представлений об окружающей действительности.

Для эмпирического изучения мы организовали эксперимент на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа для детей с ограниченными возможностями здоровья (нарушение зрения) № 127 г. Челябинска» (МБОУ «С(К)ОШ № 127 г. Челябинска» ДО), который позволил выявить уровни овладения детьми основными видами движений. В основе полученных данных установили, что особенностями овладения движениями является: отсутствие переката с пятки на носок при выполнении ходьбы и бега, неправильное положение плеч и состояние мышц живота при выполнении бега, нарушение правильного приземления (на две ноги) при выполнении

прыжков и нарушение исходной позиции в ногах при выполнении метания и другие.

В рамках реализации третьей задачи мы рассмотрели нормативно-правовые документы, регламентирующие физическое воспитание в дошкольном образовательном учреждении; принципы организации коррекционной работы; выбрали и систематизировали комплекс музыкально-ритмических игр, направленных на развитие основных видов движений, который могут использовать как инструктора по физической культуре, так и воспитатели, дефектологи, логопеды и музыкальные руководители.

Таким образом задачи нашего исследования решены, цели достигнуты.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аванесова, В. Н. Обучение самых маленьких в детском саду : учебно-методическое пособие / В. Н. Аванесова. – Москва : Просвещение, 1968. – 188 с.
2. Безруких, М.М. Возрастная физиология: (Физиология развития ребенка) : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / М. М. Безруких, В. Д. Сонькин, Д. А. Фарбер. – Москва : Академия, 2003. – 416 с. – ISBN 5-7695-0581-8.
3. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности : учебно-методическое пособие / Н. А. Бернштейн. – Москва : Медицина, 1966. – 349 с.
4. Борозинец, Н. М. Методика обследования речедвигательной сферы дошкольников. Логопедические технологии: учебно-методическое пособие / Н. М. Борозинец, Т. С. Шеховцова. – Ставрополь, 2008. – 224 с.
5. Бочкарева, С. И. Физическая культура : учебно-методический комплекс / С. И. Бочкарева, О. П. Кокоулина, Н. Е. Копылова, Н. Ф. Митина, А. Г. Ростеванов. – Москва : ЕАОИ, 2011. – 344 с. – ISBN 978-5-374-00521-9.
6. Будницкая, И. И. Ребенок идет в школу : методические рекомендации / И. И. Будницкая, А. А. Катаева. – Москва : Педагогика, 1985. – 159 с. – ISBN 5-1599627-А.
7. Варенова, Т. В. Коррекционная педагогика: учебно-методический комплекс / Т. В. Варенова. – Минск : ГИУСТ БГУ, 2007. – 112 с. – ISBN 985-673-979-9.
8. Ветлугина, Н. А. Методика музыкального воспитания в детском саду : учебное пособие для педагогических институтов по специальности «Дошкольное воспитание» / Н. А. Ветлугина. – Москва : Просвещение, 1983. – 271 с. – ISBN 5-09-000902-3.

9. Вильчковский, Э. С. Физическая культура детей дошкольного возраста : учебное пособие / Э. С. Вильчковский. – Киев : Здоровья, 1979. – 229 с. – ISBN 5-1385293-A.
10. Дружинина, Л. А. Психолого-педагогическое сопровождение дошкольников с нарушениями зрения в условиях инклюзивного образования: учебно-методическое пособие / Л. А. Дружинина, Л. Б. Осипова, Л. И. Плаксина. – Челябинск: ЮУрГГПУ, 2017. – 254 с. – ISBN 978-5-906908-68-1.
11. Ильинич, В. И. Физическая культура студента : учебник / В. И. Ильинич. – Москва : Гардарики, 2000. – 448 с. – ISBN 5-8297-0010-7.
12. Клементьева, Е. В. Физкультура + музыка: методические рекомендации / Е. В. Клементьева. – Новороссийск, 2021. – 90 с.
13. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей : учебно-методическое пособие / Г. А. Колодницкий. – Москва : «Гном-Пресс», 1997. – 64 с. – ISBN N 5-86275-122-X
14. Лайзане, С. Я. Физическая культура для малышей : книга для воспитателей детского сада / С. Я. Лайзане. – Москва : Просвещение, 1987. – 156 с. – ISBN 5-1642601.
15. Лескова, Г. П. Оценка физической подготовленности дошкольника / Г.П Лескова, Н.А. Ноткина // Дошкольное воспитание. – 1989. – № 10.
16. Литвак, А. Г. Психология слепых и слабовидящих: учебное пособие / А. Г. Литвак. – Санкт-Петербург : РГПУ, 1998. – 271 с. – ISBN 5-8064-0039-5.
17. Луговская, А. Е. Ритмические упражнения, игры и пляски : учебное пособие / А. Е. Луговская. – Москва : Советский композитор, 1991. – 110 с.



18. Лурия, А. Р. Основы нейропсихологии: учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений / А. Р. Лурия. – Москва : Академия, 2003. – 384 с. – ISBN 978-5-4461-1899-1.
19. Медведева, Е. А. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика: учебное пособие для студентов средних педагогических учебных заведений / Е. А. Медведева, Л. Н. Комиссарова, Г. Р. Шашкина, О. Л. Сергеева. Москва : Академия, 2002. – 224 с. – ISBN 5-7695-0970-8.
20. Ноткина, Н. А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста : учебно-методическое пособие / Н. А. Ноткина, Л. И. Казьмина, Н. Н. Бойнович. – Санкт-Петербург: Акцидент, 1995. – 36 с. – ISBN 5-88375-007-9.
21. Орлова, И. П. Ритмика : учебное пособие / И. П. Орлова, О. Н. Цыпляева. – Витебск : ВГУ, 2006. – 33 с. – ISBN 985-425-671-5.
22. Осадчая, Е. А. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями развития) : учебное пособие / Е. А. Осадчая. – Орёл: ГОУ ВПО «ОГУ», 2008. – 202 с.
23. Осипова, Л. Б. Развитие осязания и мелкой моторики : Коррекционно-развивающая программа для детей младшего дошкольного возраста с нарушениями зрения (косоглазие и амблиопия) / Л. Б. Осипова. – Челябинск : Цицеро, 2011 – 60 с. – ISBN 978-5-16-015532-6.
24. Пасечник, В. В. Биология. 5-6 класс. Линия жизни : учебно-методическое пособие / В. В. Пасечник, С. В. Суматохин, Г. С. Калинова, Г. Г. Швецов, З. Г. Гапонюк. – Москва : Просвещение, 2018. – 160 с. – ISBN 978-5-09-101328-3.
25. Пензулаева, Л. И. Физкультурные занятия с детьми 3–4 лет. Конспекты занятий: методические рекомендации / Л. И. Пензулаева. – Москва : Мозаика-Синтез, 2010. – 80 с. – ISBN 978-5-86775-653-6.

26. Петрова, И. К. Ритмика как средство коррекции двигательной сферы детей с нарушениями зрения / И. К. Петрова // Молодой ученый. – 2017. – № 5 (139). – С. 524-527.

27. Питерси, М. Маленькие ступеньки. Книга 4: Навыки общей моторики.: программа ранней педагогической помощи детям с отклонениями в развитии. Пер. с английского / М. Питерси, Р. Трилор – Москва : Ассоциация Даун Синдром, 1997. – 168 с. – ISBN 5-88230-072-X.

28. Плаксина, Л. И. Коррекционно-развивающая среда в дошкольных образовательных учреждениях компенсирующего вида : учебно-методическое пособие / Л. И. Плаксина, Л. С. Сековец. – Москва : ЗАО «Элти-Кудиц», 2003. – 112с. – ISBN 5-98411-004-0.

29. Плаксина, Л. И. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида (для детей с нарушением зрения) / Л. И. Плаксина. – Москва : Экзамен, 2003. – 173 с.

30. Плаксина, Л. И. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушением зрения: учебное пособие / Л. И. Плаксина. – Москва: РАОИКП, 1999. – 54 с.

31. Росляков, В. И. Физическое воспитание и развитие детей дошкольного возраста : учебное пособие / В. И. Росляков. – Самара : СФ ГАОУ ВО МГПУ, 2018. – 160 с. – ISBN 978-5-6041078-0-5.

32. Ростеванов, А. Г. Физическая культура : учебное пособие / А. Г. Ростеванов. – Москва : ФГБОУ ВО РЭУ им. Г. В. Плеханова, 2016. – 236 с. – ISBN 987-5-7307-1160-0.

33. Сековец, Л. С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения : монография / Л. С. Сековец. – Нижний Новгород : Николаев, 2001. – 164 с. – ISBN 978-5-9219-0679-2.

34. Сековец, Л. С. Физическое воспитание детей с монокулярным характером зрения : монография / Л. С. Сековец. – Нижний Новгород : НГЦ, 2000. – 143 с. – ISBN 5-7565-0165-7.

35. Солнцева, Л. И. Психология воспитания детей с нарушением зрения / Л. И. Солнцева, В. З. Денискина, Г. А. Буткина. – Москва : Налоговый вестник, 2004 – 316 с. – ISBN 5-93094-139-4.

36. Сосин, Д. Г. Анатомическая характеристика положений и движений спортсмена : методическое пособие / Д.Г. Сосин. – Тюмень: [б. и.], 2020. – 55 с.

37. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебно-методическое пособие / Э. Я. Степаненкова. – Москва : Академия, 2006 – 368 с. – ISBN 5-7695-2540-1.

38. Стребелева, Е. А. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста : методическое пособие / Е. А. Стребелева, Г. А. Мишина, Ю. А. Разенкова и др. – Москва. : Просвещение, 2004. – 164 с. – ISBN 978-5-09-087151-8.

39. Фаина, Г. В. Специальная дошкольная педагогика : учебно-методическое пособие для студентов педагогических факультетов / Г. В. Фаина. – Балашов : Николаев, 2004. – 80 с. – ISBN 5-94035-153-0.

40. Федеральная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием. – URL:  
[https://vk.com/doc229102956\\_637154463?hash=rnJzzziJiVDQYB0zzQsESOb4ssBeEHymTddVp9z6uTk&dl=V42UzFYioZQr1lhaoeTt7Pc9p8poVFSc4bdkhPmBzAw](https://vk.com/doc229102956_637154463?hash=rnJzzziJiVDQYB0zzQsESOb4ssBeEHymTddVp9z6uTk&dl=V42UzFYioZQr1lhaoeTt7Pc9p8poVFSc4bdkhPmBzAw)

41. Федеральная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабовидящих детей. – URL:  
[https://vk.com/doc229102956\\_637148926?hash=oZ06aqTtFBYTMqOh1KQ9H7AVkcg29ztM0X4zxAUsWPo&dl=th4OXwL9dRwbIewqmC4UYJtiNTw596PykZj60MDNfYg](https://vk.com/doc229102956_637148926?hash=oZ06aqTtFBYTMqOh1KQ9H7AVkcg29ztM0X4zxAUsWPo&dl=th4OXwL9dRwbIewqmC4UYJtiNTw596PykZj60MDNfYg)

42. Федеральная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слепых детей. – URL:  
[https://vk.com/doc229102956\\_637148908?hash=rNpStkOj6AsLrNvcHGrQ9Ati39](https://vk.com/doc229102956_637148908?hash=rNpStkOj6AsLrNvcHGrQ9Ati39)

[uvUWJ9UejEtYS0GRg&dl=hVrwHxZ1EmfeVZCLNdXzLHrlYZzBzzzXZgzoWI  
RL7IL](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

43. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ. – URL: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)

44. Фомина, Н. А. Физическое воспитание детей дошкольного возраста на основе системы сюжетно-ролевой ритмической гимнастики // диссертация доктора педагогических наук. – Майкоп: АГУ, 2004.

45. Шебеко, В. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: учебное пособие / В.Н. Шебеко. – Минск: Выш. шк., 2010. – 288 с. – ISBN 978-985-06-3339-2.

46. Шмелев, А. Г. Основы психодиагностики : учебное пособие / А. Г. Шмелев. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1996. – 544 с. – ISBN 5-85880-214-1.

47. Щербак, А. П. Методы исследования задач физической культуры и спорта : методические рекомендации / А. П. Щербак. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2011. – 67 с. – ISBN 978-5-906776-75-4.

# ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Название вида движений/ Качественные характеристики		Ходьба									
		Обычная	На носочках	На пяточках	На внешней стороне стопы	Перешаг-е	Ф	А	С	Е	Я
Корпус прямо		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Голова прямо		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Плечи расправлены		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Живот подобран		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Стопы параллельно		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Свободные движения рук		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Перекрестная координация работе рук и ног		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Отсутствие излишних сопровождающих движений (сильнейший)		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Пережат с пятки на носок		+	-	-	-	-	-	-	-	-	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	

Название вида движений/ Кач-е хар-ки		Бег										
		Обыч-ный	Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я
Корпус прямо (или немного наклонен вперед)		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Голова прямо		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Плечи расправлены		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Живот подобран		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Не широкая постановка стоп		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Пережат с пятки на носок		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Свободные движения рук		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Перекрестная координация работе рук и ног		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Наличие фазы полета		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Завершенность отталкивания ногой		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Прямолнейность движения		+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Прыжки	Название вида движений/ Качественные характеристики											
	Вверх	В длину с места	Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я
	И.П.: небольшое приседание с наклоном туловища	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Толчок: одновременно двумя ногами	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Полет: ноги слегка выпрямляются	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Полет: ноги слегка согнуты,	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Полет: руки в свободном положении	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Приземление: мягко, одновременно на две ноги	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Метание	Название вида движений/ Качественные характеристики	И.П.: стонг лицом в направлении броска					И.П.: ноги слегка расставлены					И.П.: правая рука согнута в локте					Замах: небольшой поворот вправо					Бросок: с силой (для сохранения направления полета предмета)				
		Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я	Ф	А	С	Е	Я
	Вдаль	+	+	-	+	+	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+

Сборник музыкально-ритмических игр для развития основных видов движений детей младшего дошкольного возраста с нарушением зрения

Выполнила: Савельева Е.М.

Научный руководитель: Осипова Л.Б.

Челябинск, 2024 г.

## ВВЕДЕНИЕ

Дошкольный возраст – сензитивный период для физического развития. В это время ребенок овладевает основными видами движения, совершенствует их и двигательные качества, которые характеризуют уровень развития основных видов движений.

Основные виды движений - виды движений, которые используют все люди в своей жизнедеятельности. К ним относятся: ходьба, бег, прыжки и метание.

При нарушении зрения овладение основными видами движений затрудняется. Оно происходит в более поздние сроки и имеет ряд особенностей.

Такие авторы, как Л.А. Плаксина, Л.С. Сековец, Л.Б. Осипова говорят о том, что дети с нарушением зрения хуже овладевают основными видами движений из-за недостаточности двигательной активности. В дальнейшем нарушение в овладении основными видами движений влияет на самостоятельность детей и на их физическое развитие в целом.

Для улучшения овладения детьми с нарушением зрения основными видами движений можно использовать музыкально-ритмические игры.

В работах И.П. Орловой, Л.И. Плаксиной, Н.А. Ветлугиной описано, что детей в младшем дошкольном возрасте учат реагировать на начало и окончание звучания музыки, подчинять свои движения темпу и характеру музыки, замечать высокое и низкое звучание, а также громкое и тихое.

На основе вышесказанного, а также работ А.Е. Луговской и Е.В. Клеменьевой нами был составлен сборник музыкально-ритмических игр.

Сборник состоит из двух разделов.

В первом разделе все музыкальные игры подобраны по видам движений: на развитие ходьбы, бега, прыжков и метания. В таблицах прописаны название игры, задачи, краткое содержание игры и музыкальное сопровождение.



Во втором разделе игры из первого раздела систематизированы в соответствии с тематическим планированием и представлены в виде таблицы, в которой имеется название темы месяца, название игры и ее музыкальное сопровождение. Всего в сборнике представлено 28 игр.

Данные игры можно применять на:

- 1) специальных занятиях ритмикой;
- 2) ритмической гимнастике;
- 3) специальных занятиях по физическому воспитанию;
- 4) коррекционных занятиях;
- 5) общеобразовательных занятиях;
- 6) в свободной деятельности детей.

В каждое занятие специалистам (дефектологу, воспитателям, логопедам) предлагается включать музыкально-ритмические игры по развитию основных видов движений с использованием музыкального сопровождения.

Для применения данных игр необходимо проведение пропедевтической работы, в рамках которой на индивидуальных занятиях, а затем на занятиях по физической культуре формируются навыки правильного выполнения основных видов движений. К методам формирования этих навыков относятся: выполнение различных видов движений «нога в ногу», то есть постановка ребенка на ноги педагога, выполнение упражнения совместно, для того, чтобы ребенок понял правильное положение стопы и саму технику выполнения движения; словесное опосредование педагогом техники выполнения движения ребенка; изучение положения стоп на ростовой кукле, для формирования правильного образа выполнения движения; использование тренажеров, способствующих формированию правильного навыка выполнения движения; использование зеркала, для того, чтобы ребенок мог видеть свои ошибки и так далее.

Когда выполнение основных видов движений доводится до автоматизма, педагогам в своей работе можно применять предложенные нами игры для закрепления навыка.

## I РАЗДЕЛ

### 1. Игры на развитие ходьбы

Согласно В.И. Рослякову, ходьба – это повторяющееся движение средней интенсивности, при котором характерно чередование одних и тех же двигательных циклов, то есть шагов левой и правой ногами. Руки при этом согласованно двигаются вперед и назад вместе с ногами перекрестной координацией.

Выделяют следующие виды ходьбы:

1. Ходьба обычная в умеренном темпе.
2. Ходьба на носках.
3. Ходьба на пятках.
4. Ходьба на внешней стороне стопы.
5. Перешагивание

В.Н. Шебенко утверждает, что выполнение правильной техники ходьбы требует сохранения прямой осанки, положения плеч (опущены, немного отведены назад), положения головы (немного приподнята), подобранного живота. Руки и ноги работают согласованно

№ п/п	Название игры	Задачи	Содержание	Музыкальное сопровождение
1	«Я-солдат!»	1. Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (обычной).	Как только начинается музыка, дети начинают ходить. Когда музыка останавливается,	«Солдатский марш» Р. Шумана

		<p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Формировать способность сохранять равновесие при неожиданной остановке – торможении.</p>	<p>дети должны замереть.</p>	
2	«Слон – мышонок»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (на носочках и на пяточках).</p> <p>2. Формировать навык реагирования на громкую и тихую музыку и согласовывать с ней свои движения.</p>	<p>Когда музыка играет громко дети ходят на пяточках (как слон), как только музыка начинает играть тихо – дети ходят на носочках (как мышонок).</p>	Марш Д.Обера
3	«Разноцветные листочки» (на основе игры с цветными флажками А. Луговской)	<p>1) Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (обычной)</p> <p>2) Развивать слуховое восприятие</p> <p>3) Развивать зрительное восприятие</p>	<p>Один ребенок перемещается свободно по группе, в то время как остальные дети наблюдают за ним. Когда педагог говорит: «Петя ищет желтый листочек», ребенок идет к желтому листочку, а сидящие дети</p>	«Ходит Ваня» М. Раухвергер

			хлопают в такт музыки и поют «нашел Петя желтый лист». При повторах игры имя Петя заменяется именем водящего ребенка.	
4	«Большие ноги и маленькие ножки»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (обычной и на носочках).</p> <p>2. Формировать способность шагать в разном темпе.</p> <p>3. Развивать слуховое восприятие.</p>	<p>Когда педагог поет «большие ноги идут по дороге, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ» дети идут большими шагами, когда поет «маленькие ножки бежали по дорожке, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ. СТОП!» дети бегут на носочках и в конце останавливаются.</p>	А капельное исполнение песни «Большие ноги идут по дороге»
5	«Грибочки»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (обычной и перешагивания).</p> <p>2. Формировать навык реагирования на остановку музыки.</p>	<p>Когда играет первый куплет, дети ходят с педагогом по кругу. Когда начинается припев, дети с педагогом в ритм начинают выполнять перешагивания. Когда музыка останавливается, дети должны</p>	Песня «Грибочки» (пошли мы в лес с корзинками гулять).

		3. Развивать зрительное восприятие.	каждый себе найти гриб, находящийся в группе.	
6	«Мишка косолапый»	1. Закреплять навык правильного выполнения ходьбы (на внешней стороне стопы). 2. Формировать навык реагирования на остановку музыки. 3. Развивать зрительное восприятие.	Когда играет музыка, дети идут за педагогом по группе на внешней стороне стопы в такт музыки. Когда музыка заканчивается, педагог предлагает детям найти берлогу Мишки и дойти также на внешней стороне стопы (вместе с берлогой педагог может показать детям дупло, чтобы дети сами выбрали берлогу)	Песня «Мишка косолапый по лесу идет»
7	«Светофор»	1. Закреплять навыки правильного выполнения ходьбы (обычной). 2. Развивать слуховое восприятие. 3. Формировать навык реагирования на остановку музыки.	Дети свободно передвигаются с рулем в руках. У педагога имеются два круга – один красного цвета, другой зеленого. Когда в песне поется про красный свет, педагог поднимает красный круг и дети должны остановиться. В	Песня «Светофор» шоу-группы «Соловушка» (У дороги светофор с детства нам знакомый...)

		4. Развивать зрительное восприятие.	остальное время педагог держит поднятым зеленый круг и дети могут свободно перемещаться в пространстве.	
8	«Едем искать друзей»	1. Закреплять навыки правильного выполнения ходьбы (всех видов). 2. Развивать слуховое восприятие. 3. Развивать зрительное восприятие.	1. <i>«Мы на поезде поедем...»</i> Ходьба в колонне, с круговыми движениями рук. <i>«Самолетом полетели...»</i> Ходьба на носках враспынную, руки в сторону <i>«На автобусе поедем...»</i> Ходьба на внешней стороне стопы, в руках кольцо - «руль». <i>«Пароход зовет нас в море...»</i> Перешагивания <i>«Мы нашли себе друзей, подружек...»</i> Дети находят себе пару и кружатся на месте в паре. 2. Под вторую песню закрепляют вежливые слова в	1) «Едем мы искать друзей» Л. В. Кириллова, С.В. Каптюхова 2) Вежливые слова песенки для детей Dominoki

			общении с людьми. За исполнителем песни повторяют «здравствуйте», «спасибо», «до свидания» и другие.	
--	--	--	---	--

## 2. Игры на развитие бега

Бег представляет собой циклический вид движения, при котором происходит чередование отталкивания ног от опоры с полетом. Подобно ходьбе, для выполнения бега требуется согласованная перекрестная координация движений рук и ног и правильное положение корпуса.

Бег, в отличие от ходьбы, имеет фазу «полета» – положение, при котором тело не имеет опоры после того, как произошло отталкивание ногой от земли. Движения рук при беге тоже имеют некоторые отличия: они согнуты в локтях, мах ими вперед-назад более энергичен, а кисти сжаты в кулак. Бег оказывает значительно большую нагрузку на мышечную систему, и особенно на дыхательную и сердечно-сосудистую системы, по сравнению с ходьбой.

Для детей младшего дошкольного возраста доступен только бег обычный. Правильной техникой его выполнения считается: руки под углом 90 градусов в локтях, пальцы свободно согнуты, нога ставится на пятку и затем происходит перекал на носок. Туловище немного наклонено вперед, голова находится с ним на одной линии, плечи отведены назад и вслед за рукой не поворачиваются.

№ п/п	Название игры	Задачи	Суть игры	Музыкальное сопровождение
1	«Солнышко и дождик»	1. Закреплять навык правильного выполнения бега.	Пока играет музыка веселая, дети бегают, как только музыка	Нарезка песен: 1. «Выглянуло солнышко,

		<p>2. Формировать навык реагирования на изменение музыки и согласовывать с ней свои движения.</p> <p>3. Развивать зрительного восприятия.</p> <p>4. Развитие ориентировки в пространстве.</p>	<p>меняется, дети должны прибежать к педагогу под зонт. Педагог тоже</p>	<p>блещет на лугу, я навстречу солнышку по траве бегу...».</p> <p>2. «Кап, кап, кап, дождик пошел».</p> <p>3. «Солнышко смеется, ярко светит детям, в каждом сердце солнце...».</p> <p>4. «Кап, кап, кап, дождик пошел».</p>
2	«Гараж для машины»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на остановку музыки.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>Детям раздаются рули разного цвета. Пока играет музыка, дети «ведут» машину. Как только музыка заканчивается, дети должны поставить каждый свою машину в гараж такого цвета, какого цвета у них руль</p>	<p>Песня «Еду на машине, еду далеко».</p>
3	«Спрячь...»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на смену музыки.</p> <p>3. Развивать ориентировку на себе.</p>	<p>Когда играет веселая музыка, дети бегают в любом направлении, как только начинается звук ветра, нужно закрыть определенную часть тела по команде педагога (глаза, уши,</p>	<p>1. Веселая музыка</p> <p>2. Звук ветра</p>



			нос, рот, щеки, спину и тд)	
4	«Летящие снежинки»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на остановку музыки.</p> <p>3. Развивать ориентировку на себе.</p> <p>4. Формировать способность сохранять равновесие при неожиданной остановке – торможении.</p>	<p>Когда играет мелодия звука метели, дети бегают в хаотичном порядке, как только музыка останавливается, дети должны замереть</p>	Звук метели
5	«Я-ракета»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на смену темпа музыки и согласовывать с ней свои движения.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>Дети «на ракете» летают под музыку друг за другом под музыку. Когда музыка ускоряется – дети бегут быстрее. Также педагог может давать задание куда лететь – летим до солнца, возвращаемся на землю.</p>	Песня «Я-ракета»
6	«Найди кормушку»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p>	<p>Дети как будто бы птицы, по группе расставлены кормушки. Пока</p>	«Птички летают» муз. Л. Банниковой

		<p>2. Формировать навык реагирования на окончание музыки.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>играет музыка дети летают, когда музыка заканчивается, педагог говорит к какой кормушке птицы должны прилететь (например, летим к кормушке у окна, летим к кормушке за стулом и тд)</p>	
7	«Чей предмет?»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на окончание музыки.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p> <p>4. Развивать память и мышление.</p>	<p>Стулья по кругу, стульев столько же сколько и детей. На каждом стуле лежит атрибут профессии. Пока играет музыка дети бегают вокруг стульев, когда музыка заканчивается, дети берут по 1 атрибуту и по очереди говорят человек какой профессии использует этот атрибут.</p>	Веселая музыка
8	«Самолет»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения бега.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на окончание и начало музыки.</p>	<p>4 человека выстраиваются в линию. Когда музыка начинается, дети начинают «лететь» вперед (должны показать, как летит самолет).</p>	Звук летящего самолета

		3. Развивать воображение.	Выигрывает тот, кто первый «долетел» до аэродрома. В процессе «полета» детей, педагог может останавливать музыку, в результате чего дети тоже должны остановиться.	
--	--	---------------------------	--	--

### 3. Игры на развитие прыжков

Прыжки – это упражнение нециклического характера, включающее в себя четыре фазы: подготовительную (исходная позиция), основную, которая подразделяется на отталкивание и полет, и заключительную (приземление).

Для детей младшего дошкольного возраста доступны 2 вида прыжков:

1. Прыжок вверх с места. Правильной техникой выполнения является синхронное возвращение ног в исходную позицию при отталкивании с прямым корпусом и дальнейшее опускание на носки с небольшим сгибанием ног в коленях.

2. Прыжок в длину с места состоит из нескольких последовательных двигательных действий: приседа перед прыжком; стремительного отталкивания от земли синхронно обеими ногами; полета первоначально в группировке, а затем выпрямляя ноги перед собой; приземление, со сгибом в коленях, и выпрямление их стоя на всей поверхности стопы.

При использовании предложенных нами игр, педагог должен следить за тем, чтобы каждый ребенок проходил все фазы прыжка: подготовительную (небольшое приседание с наклоном туловища вперед), толчок (одновременно двумя ногами), полет (при выполнении прыжков вверх ноги слегка

выпрямляются, при выполнении прыжков в длину, наоборот – ноги слегка согнуты), приземление (одновременно на две ноги).

№ п/п	Название игры	Задачи	Суть игры	Музыкальное сопровождение
1	«Зайчики скачут домой»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков вверх.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на окончание и начало музыки.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p> <p>4. Развивать ориентировку в пространстве.</p>	<p>Когда играет музыка, дети прыгают в свободном направлении. Когда музыка заканчивается, дети должны прискакать в свободный домик.</p>	<p>Песня «Заяц» Егора и Наталии Лансере («Я пушистый маленький зверек...»)</p>
2	«Найди свой цветочек»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков вверх.</p> <p>2. Формировать навык реагирования на окончание и начало музыки.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>Каждому ребенку выдается картинка цветочка, под музыку он ходит (гуляет), а когда музыка заканчивается, он должен найти в окружающем его пространстве такой же цветочек и допрыгать до него.</p>	<p>Песня «Летом» детского издательства «Елена» («Зеленейся, зеленейся моя зеленый пышный сад...»)</p>

		4. Развивать ориентировку в пространстве.		
3	«Найди нужный предмет»	1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков вверх. 2. Формировать навык реагирования на слова в песне. 3. Развивать зрительное восприятие. 4. Развивать ориентировку в пространстве.	Играет песня из мультфильма «Фиксики», в которой по очереди называют бытовую технику. Когда называют определенный предмет, ребята должны найти его, допрыгать до него и потанцевать, когда называют другой предмет – бегут к тому предмету и тоже танцуют.	Песня «Помогатор» из мультфильма «Фиксики»
4	«Поймай бабочку»	1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков вверх. 2. Формировать навык реагирования на слова в песне. 3. Развивать зрительное восприятие. 4. Развивать ориентировку в пространстве.	Когда играет куплет, дети танцуют, когда начинается припев, дети пытаются допрыгнуть до бабочек, подвешенных сверху. Первое время педагог подсказывает детям, когда начинается припев.	Песня «Бабочки» волшебников двора («Разноцветные крылья, огромные глазки...»)

5	«Человек-зайчик»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков вверх.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p>	<p>Дети перемещаются свободно по группе, когда педагог 2 раза хлопает, дети «превращаются» в зайчиков и начинают прыгать, когда педагог хлопает 1 раз, дети снова «превращаются» обратно в человека.</p>	Хлопки педагога
6	«Перепрыгни лужу»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков в длину.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>Дети должны в ритм музыки перепрыгивать лужи.</p>	<p>Песня «Дождик» студии «Тоди» («Дождик льет сутра, ну и дела...»)</p>
7	«Пропрыгай по дорожке»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения прыжков в длину.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>Дети должны в ритм музыки друг за другом прыгать по заранее приготовленной дорожке.</p>	<p>«Поскоки» Е. Тиличевой</p>
8	«Лиса и зайцы»	<p>1. Закреплять навык правильного</p>	<p><i>По лесной лужайке Разбежались зайки.</i></p>	<p>Песня «Зайки и лиса»</p>

		<p>выполнения прыжков в длину.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p><i>Вот какие зайки, зайки-побегайки!</i></p> <p>Дети – «зайцы» прыгают продвижением вперед</p> <p><i>Сели зайчики в кружок, Роют лапкой корешок. Вот какие зайки, Зайки – побегайки!</i></p> <p>Присаживаются и «роют лапкой землю».</p> <p>Вдруг бежит лисичка, рыжая сестричка.</p> <p><i>Ищет – где же зайки, Зайки – побегайки!</i></p> <p>Лисичка бегает между ними.</p> <p>Зайчики тихо сидят на корточках.</p> <p><i>По лесной лужайке Разбежались зайки. Вот какие зайки, зайки – побегайки.</i></p> <p>Зайцы убегают, а лисичка их догоняет.</p>	<p>В. Антоновой, Г. Финаровского</p>
--	--	--	--	--

#### 4. Игры на развитие метания

Метание – это действие, при котором предмет или объект бросают в определенном направлении с целью достижения определенной точки или цели.

Для детей младшего дошкольного возраста доступно метание вдаль.

При использовании предложенных нами музыкально-ритмических игр педагог должен обращать внимание на правильную исходную позицию (ребенок стоит лицом в направлении броска, ноги слегка расставлены, правая рука согнута в локте), наличие замаха (небольшой поворот вправо), бросок с силой.

№ п/п	Название игры	Задачи	Содержание игры	Музыкальное сопровождение
1	«Снежки»	1. Закреплять навык правильного выполнения метания. 2. Развивать слуховое восприятие. 3. Развивать зрительное восприятие.	Когда играет куплет, дети друг за другом ходят по кругу, когда начинается припев, дети должны бросать снежки (вату/бумагу) в человека, стоящего напротив.	Песня «Ой, снег-снежок» Мелиссы Абрамовой
2	«Попади в корзину»	1. Закреплять навык правильного выполнения метания. 2. Развивать слуховое восприятие. 3. Развивать зрительное восприятие.	Перед началом игры детям надеваются браслеты разных цветов и расставляются корзины по всему пространству. Когда играет куплет дети ходят в свободном направлении с мячиками, когда начинается припев, дети должны кидать эти мячики в корзину того цвета, какого цвета у него браслет.	Песня «Веселяндия» группы «Котики вперед»
3	«Сбей кеглю»	1. Закреплять навык	В помещении лежат 2-4 обруча. Внутри обручей	Песня «Спортивная»



		<p>правильного выполнения метания.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>стоят 7 кеглей. Дети на проигрыш подходят к обручам, на слова кидают в ритм музыки мячи в кегли.</p>	<p>шоу-группы «Соловушка»</p>
4	«Кто дальше?»	<p>1. Закреплять навык правильного выполнения метания.</p> <p>2. Развивать слуховое восприятие.</p> <p>3. Развивать зрительное восприятие.</p>	<p>Детям выдаются мешочки с наполнителем в виде самолета. Когда играет куплет, дети ходят колонной за педагогом. Когда начинается припев – дети кидают свои самолетики. Выигрывает тот, кто кинул дальше всех.</p>	<p>Песня «Самолет» в исполнении Насти Плотниковой</p>

## II РАЗДЕЛ

Тема месяца	Название игры	Вид движения	Музыкальное сопровождение
«Осень»	«Разноцветные листочки»	Ходьба	«Ходит Ваня» М. Раухвергер
	«Грибочки»	Ходьба	Песня «Грибочки» (пошли мы в лес с корзинками гулять).
	«Найди кормушку»	Бег	«Птички летают» муз. Л. Банниковой
	«Перепрыгни лужу»	Прыжки	Песня «Дождик» студии «Тоди» («Дождик льет сутра, ну и дела...»)
«Животные»	«Слон – мышонок»	Ходьба	Марш Д.Обера
	«Мишка косолапый»	Ходьба	Песня «Мишка косолапый по лесу идет»
	«Зайчики скачут домой»	Прыжки	Песня «Заяц» Егора и Наталии Лансере («Я пушистый маленький зверек...»)
	«Лиса и зайцы»	Прыжки	Песня «Зайки и лиса» В. Антоновой, Г. Финаровско-го
«Я-человек»	«Большие ноги и маленькие ножки»	Ходьба	А капельное исполнение песни «Большие ноги идут по дороге»
	«Едем искать друзей»	Ходьба	1. «Едем мы искать друзей»

			Л. В. Кириллова С.В. Каптюхова. 2. Вежливые слова песенки для детей Dominoki
	«Спрячь...»	Бег	1. Веселая музыка. 2. Звук ветра
«Зима»	«Летающие снежинки»	Бег	Звук метели
	«Снежки»	Метание	Песня «Ой, снег- снежок» Мелиссы Абрамовой
«Транспорт»	«Светофор»	Ходьба	Песня «Светофор» шоу-группы «Соловушка» (У дороги светофор с детства нам знакомый...)
	«Гараж для машины»	Бег	Песня «Еду на машине, еду далеко».
	«Самолет»	Бег	Звук летящего самолета
	«Кто дальше?»	Метание	Песня «Самолет» в исполнении Насти Плотниковой
«Профессии»	«Я-солдат!»	Ходьба	«Солдатский марш» Р. Шумана
	«Чей предмет?»	Бег	Веселая музыка
«Бытовая техника»	«Найди нужный предмет»	Прыжки	Песня «Помогатор» из мультфильма «Фиксики»
«Космос»	«Я-ракета»	Бег	Песня «Я- ракета»

«Лето»	«Солнышко и дождик»	Бег	<p>Нарезка песен:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Выглянуло солнышко, блещет на лугу, я навстречу солнышку по траве бегу...».</li> <li>2. «Кап, кап, кап, дождик пошел».</li> <li>3. «Солнышко смеется, ярко светит детям, в каждом сердце солнце...».</li> <li>4. «Кап, кап, кап, дождик пошел».</li> </ol>
	«Найди свой цветочек»	Прыжки	<p>Песня «Летом» детского издательства «Елена» («Зеленейся, зеленейся моя зеленый пышный сад...»)</p>
	«Поймай бабочку»	Прыжки	<p>Песня «Бабочки» волшебников двора («Разноцветные крылья, огромные глазки...»)</p>