



Комитет по делам образования города Челябинска

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат спортивного, спортивно-адаптивного и оздоровительного профиля г. Челябинска»

РАССМОТРЕНО:
на методическом совете
от 31.08.2022

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ «Школа-интернат
спортивного профиля
г. Челябинска»  А.М. Галкин
31.08.2022



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

«ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПОДВИЖНЫХ ИГР
В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ЮНЫХ ГОЛЬФИСТОВ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ (ЛИН)»

Автор: Рябец Э.Э.,
тренер-преподаватель

Челябинск, 2022

ВВЕДЕНИЕ

Несмотря на трудности формирования представлений и усвоения знаний и навыков, задержку в развитии разных видов деятельности, дети с незначительной умственной отсталостью имеют возможности для развития. У них сохранно конкретное мышление, они способны ориентироваться в практических ситуациях, у большинства эмоционально-волевая сфера более сохранна, чем познавательная, они охотно включаются в трудовую деятельность.

Основным нарушением двигательной сферы этих детей является расстройство координации движений. Простые, и сложные движения вызывают у детей затруднения: в одном случае нужно точно воспроизвести какое-либо движение или позу, в другом – зрительно отмерить расстояние и попасть в нужную цель, в третьем – соразмерить и выполнить прыжок, в четвертом – точно воспроизвести заданный ритм.

Анализ научно-методической литературы показывает, что актуальным вопросом является разработка и экспериментальное обоснование эффективности применения подвижных игр в технической подготовке гольфистов. Применение подвижных игр в подготовке гольфистов позволяет создать двигательную основу для совершенствования координационных способностей, необходимых для формирования спортивной техники. Подвижные игры активизируют внимание, повышают эмоциональное состояние занимающихся, благоприятно влияют на восстановление работоспособности. Получается эффект «активного отдыха».

2. Методические приёмы и содержание занятий

Целенаправленно подобранные подвижные игры, эстафеты, игровые задания, игровые композиции, игры-сказки, игры с речитативами и счетом, имитационные игры и др. развивают мелкую моторику, координацию движений, равновесие, точность, дифференцировку усилий, улучшают качество помогают освоению элементарных математических представлений, то есть, стимулируют развитие физических, психомоторных и интеллектуальных способностей детей.

Также, игры создают благоприятные условия для приобщения детей с ограниченными функциональными возможностями к систематическим занятиям физическими упражнениями, что является важнейшим фактором интеграции детей в общество здоровых сверстников.

Игра активизирует образно-эмоциональное мышление, внимание, память, снимает умственное утомление, повышает самоотдачу, создает творческую атмосферу, способствует устранению замкнутости, застенчивости. Игра позволяет моделировать ролевые отношения, вступать во взаимодействие с партнерами, что необходимо для формирования навыков общения среди детей-инвалидов.

В работе очень важно на занятиях создавать благоприятные двигательно-игровые условия для самопроизвольной реализации детьми их естественного двигательного потенциала.

При подготовке к проведению подвижных игр необходимо учитывать такие моменты, как:

- содержание игр (сюжет, правила, двигательные действия, физическая нагрузка) должно быть доступным и соответствовать возрасту, уровню интеллектуальных и двигательных возможностей, эмоциональному состоянию и личностным интересам детей;
- подвижные игры предполагают варианты усложнения, но процесс насыщения моторными действиями должен осуществляться постепенно по мере овладения простыми формами движений;
- содержание игр должно предусматривать комплексный характер воздействия – коррекцию двигательных нарушений, физических качеств, координационных способностей, укрепление и оздоровление всего организма в целом;
- в процессе игры необходимо стимулировать познавательную деятельность, активизировать психические процессы, творчество и фантазию ребенка.

Таким образом, игра как средство и метод двигательной активности, используемая в адаптивном физическом воспитании, синтезирует в себе те функции, которые сопутствуют социализации ребенка-инвалида.

Рекомендуемые подвижные игры: «Товарищ командир», «Попади в цель», «Гонка мячей в колоннах», «Караси и щука», «День и ночь», «Невидимка», «Подвижная цель». Эстафеты с лазанием и перелезанием, и игры со специальными заданиями на осанку и ходьбу с включением метания и упражнений, развивающих пространственные представления.