

Применение подвижных игр для детей младшего школьного возраста с гиперактивностью

Полещук Михаил Викторович

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Студент

Шинкаренко Вячеслав Владимирович

Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

Тренер-преподаватель

Аннотация

В статье рассматриваются особенности применения подвижных игр на уроках физической культуры с младшими школьниками. Теоретически обоснована необходимость использования данных игр с детьми с гиперактивностью. Гиперактивность рассматривается как одно из патологических проявлений, часть целого комплекса нарушений, которые составляют «синдром дефицита внимания с гиперактивностью».

Ключевые слова: подвижная игра, младшие школьники, гиперактивность.

The use of outdoor games for primary school children with hyperactivity

Poleshchyk Mikhail Viktorovich

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Shinkarenko Vyacheslav Vladimirovich

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Trainer-teacher

Abstract

This article discusses the features of the use of outdoor games in physical education lessons with younger schoolchildren. The author theoretically substantiates the need to use these games with children with hyperactivity. Hyperactivity is considered as one of the pathological manifestations, part of a whole complex of disorders that make up the "attention deficit hyperactivity disorder".

Keywords: active outdoor games, younger students, hyperactivity.

В процессе физического воспитания происходит передача знаний о движениях, осуществляется знакомство детей с наиболее рациональными способами выполнения движений, положительно влияющих на работу органов и систем, которые позволяют решать двигательные задачи с

меньшими затратами сил. Младший возраст важен с точки зрения результативности педагогического воздействия, которое должно обеспечить полноценность и своевременность физического и двигательного развития детей, содействовать правильному формированию структуры естественных движений, анализаторной функции двигательного аппарата.

Целью исследования явилось изучение методов и приемов использования подвижных игр для детей младшего школьного возраста с гиперактивностью на уроках физической культуры.

Эффективность развития физических качеств определяется выбором оптимальных средств, методов, форм физического воспитания младших школьников. Одним из таких средств являются подвижные игры. По мнению А.А. Демчишина, Е.А. Ефимовой, М.Н. Жукова и др., подвижная игра является сознательной, активной деятельностью ребенка, характеризующейся точным и своевременным выполнением заданий, связанных с обязательными для всех играющих правилами. Выделяют элементарные подвижные игры и спортивные игры, индивидуальные и коллективные подвижные игры. Использование подвижных игр в учебном процессе дает возможность целенаправленно развивать быстроту, ловкость, координационные способности детей 8-9 лет с учетом физиологических особенностей детей и создания соответствующих условий [3, 4, 5].

Проблемой использования подвижной игры на уроках физической культуры занимались Г.А. Абрамишвили, Л.В. Былеева, А.А. Демчишин, В.Н. Мухин, А.А. Капустин и др. В работах авторов отражены неограниченные возможности комплексного использования разнообразных приемов, направленных на формирование физического развития, личности ребенка, умелое педагогическое руководство данным процессом [1].

Особое внимание специалисты обращают на физическое воспитание гиперактивных детей. Гиперактивность, как одно из патологических проявлений, является частью целого комплекса нарушений, которые составляют «синдром дефицита внимания с гиперактивностью», включающий нарушения системы эмоциональной регуляции. По мнению Л.В. Былеевой, невнимательность проявляется в следующих особенностях: в неспособности сосредоточиться на деталях, допущении ошибок из-за невнимательности; неумении поддерживать внимание; неспособности вслушиваться в обращенную речь; неспособности доводить задания до конца; проявлении низких организаторских способностей; отрицательном отношении к заданиям, требующим умственного напряжения; потере предметов, необходимых для выполнения задания; отвлекаемости на посторонние раздражители; забывчивости [2].

Л.Э. Кузнецова, Г.Т. Рожко, О.В. Ярлыкова и др. считают, что основными проявлениями синдрома дефицита внимания с гиперактивностью считаются гиперактивность, дефицит внимания и импульсивность. Авторы отмечают, что гиперактивность и импульсивность обусловлены тем, что ребенок суетлив, не может сидеть спокойно, вскакивает с места без разрешения, бесцельно бегает, не может играть в тихие игры, отдыхать. Он

выкрикивает с места ответ, не дослушав вопрос учителя, не может ждать своей очереди. Не менее серьезными вторичными нарушениями являются слабая успеваемость и трудности в общении [6, 8, 9].

Актуальность изучения проблемы применения подвижных игр с детьми 8-9 лет с гиперактивностью объясняется возможностью коррекции их поведения, преодоления проблем в общении в процессе проведения данных игр на уроке физической культуры. Как подчеркивают специалисты, для проведения подвижных игр с детьми данной категории следует придерживаться определенных методических рекомендаций.

Главным принципом организации образовательного процесса для гиперактивных младших школьников на уроках физкультуры выступает принцип проведения всех занятий в игровой форме. Как отмечает Л.Э. Кузнецова, процесс организации учебного процесса с гиперактивными детьми должен соответствовать двум обязательным условиям [7]:

- развитие и тренировку слабых функций организма у таких учащихся следует проводить в эмоционально привлекательной форме, что существенно повышает переносимость предъявляемой нагрузки и мотивирует усилия по самоконтролю, данному требованию соответствует игровая форма занятий, а именно подвижные игры;

- необходим подбор таких игр, которые, обеспечивая тренировку одной функциональной способности, не возлагали бы одновременной нагрузки на другие дефицитные способности, т.к. параллельное соблюдение двух, а тем более трех условий деятельности вызывает у ребенка с гиперактивностью существенные затруднения.

При подборе игры для уроков физической культуры важно учитывать, что игры должны быть различной направленности и пересекаться с основной темой урока. Например, для развития скоростных способностей – игры «Салки», «Караси и щука» и др.; для развития прыгучести – игры «Воробьи и кот», «Лиса и куры», «Волк во рву» и др.; для развития точности метания – игры «Метко в цель», «Точный расчет» и др.; для развития умения вести мяч – игры «Гонка мячей по кругу» и др.; для развития внимания – игры «Капуста и морковка», «Карлики и великаны», «Запрещенное движение», «Съедобное – не съедобное» и др. Полезны и ролевые игры, в которых наряду с различными движениями ученик выполняет определенную роль. К таким играм относятся «Два мороза», «Караси и щука», «Кошки мышки» и др. Также интересны игры в стихотворной форме – «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Горелки» и т.д. [7].

Даже при всем желании гиперактивный ребенок не может придерживаться правил поведения на уроке физической культуры, требующие того, чтобы выполнять упражнения спокойно и точно, быть внимательным и одновременно сдержанным в течение достаточно длительного времени. В связи с этим, предъявляя такому школьнику игру, требующую напряжения, сосредоточения, удержания и распределения внимания, учителю следует снизить нагрузку на самоконтроль импульсивности и не ограничивать двигательную активность. Контроль за собственной импульсивностью не

должен сопровождаться ограничением возможности получать «мышечную радость» и может допускать определенную долю рассеянности внимания.

Г.Т. Рожко подчеркивает, что при проведении занятий педагогу целесообразно придерживаться следующих правил: иногда «не замечать» мелкие шалости, сдерживать раздражение и не повышать голос на ребенка, т.к. от шума возбуждение усиливается; применять позитивный физический контакт (брать за руку, гладить по голове и др.); гиперактивных детей стараться ставить в начало колонны, чтобы уменьшить отвлекающие моменты во время занятий; давать разные поручения во время занятия (убрать, расставить оборудование); чаще хвалить за старание, за качественно выполненные упражнения; стараться давать таким детям короткие и четкие инструкции; применять прием «быстрые награды» (за правильно выполненное задание давать небольшую награду, например, отправиться на пять минут на скамейку отдыха в спортивном зале); для предупреждения переутомления и перевозбуждения детей использовать на занятиях разнообразные игры и упражнения, чередуя подвижные с малоподвижными [8].

Таким образом, правильно подобранные подвижные игры для детей с гиперактивностью являются эффективным средством снижения проявлений гиперактивности, их двигательной расторможенности, импульсивности и дефицита внимания. Подбирая подвижные игры для использования на уроках физической культуры в школе, учителю необходимо учитывать особенности психофизического развития учащихся с гиперактивностью, уровень развития внимания, памяти, импульсивности, ловкости, быстроты, координационных способностей.

Библиографический список

1. Абрамишвили Г.А. Современный взгляд на проблемы физического воспитания учащихся младшего школьного возраста // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2014. № 9 (79). С. 7-10.
2. Былеева Л.В. Сборник подвижных игр. М: Государственное издательство «Физкультура и спорт». 2008. 288 с.
3. Демчишин А.А., Мухин В.Н., Мозола Р.С. Спортивные и подвижные игры в физическом воспитании детей и подростков. Киев: Здоровье, 2007. 168 с.
4. Ефимова Е.А. О месте подвижных игр в жизни современных детей // Международный научно-исследовательский журнал. 2015. №. 11 Часть 4. С. 108-113.
5. Жуков М.Н. Подвижные игры. Учеб. для студ. пед. вузов. М.: Издательский центр «Академия», 2016. 160 с.
6. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие. М.: НЦ ЭНАС, 2006. 151 с.
7. Кузнецова Л.Э., Гладько В.В. Психологические особенности детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, условия их психокоррекции // Молодой ученый. 2016. № 7 (111). С. 327-331.

8. Рожко Г.Т. Подвижные игры на уроке физической культуры // Научный взгляд в будущее. 2016. Т. 7. С. 68-72.
9. Ярлыкова О.В. Двигательный режим школьников и здоровьесберегающие технологии в процессе занятий физической культурой // Таврический научный обозреватель. 2016. №. 8-3 (13). С.44.