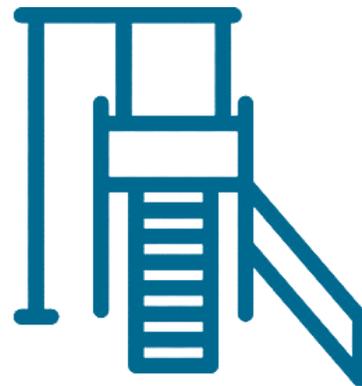
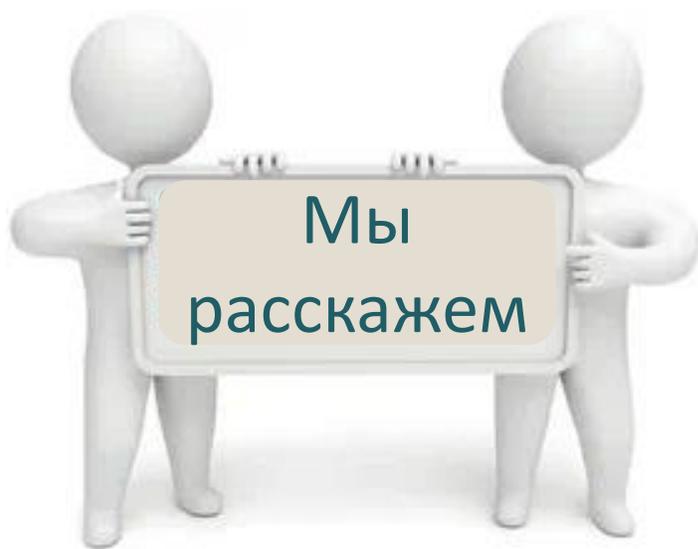




3D ФИЗКУЛЬТУРА – комплексное развитие познавательной и двигательной сферы детей с интеллектуальными нарушениями





Школа 854



3D - физкультура – комплексное развитие познавательной и двигательной сфер детей с интеллектуальными нарушениями



Доронкина Наталья Юрьевна, старший методист,
координатор проекта «Ресурсная школа»



3D – физкультура. Методика развития двигательной активности ребёнка



Колесникова Ольга Николаевна, учитель АФК
Царикова Мария Владимировна, учитель АФК



Развитие познавательной активности посредством постановки двигательных задач



Храмцова Марина Алексеевна,
учитель-дефектолог

3D – физкультура. Методика развития двигательной активности ребёнка



Это уникальное пространство, где ребенок познает свой внутренний и окружающий мир через движение



Школа 854

Общая характеристика обучающихся с интеллектуальными нарушениями



Основные цели обучения

Развитие личности обучающегося в соответствии с требованиями современного общества

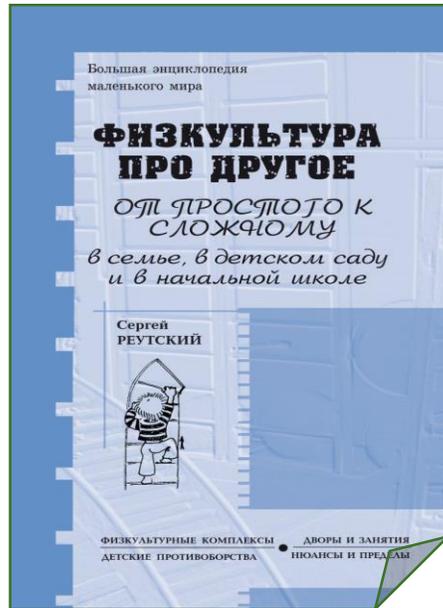
Обеспечение успешной социальной адаптации



3D Физкультура –

формирование физического, эмоционального, когнитивного и социального интеллекта на базе сложно-организованного пространства физкультурного 3Д комплекса

Создатель концепта 3Д Физкультуры Сергей Реутский



Автор методики целостного подхода к физическому воспитанию как средству развития мышления и навыков общения.

Опубликовал ряд книг об опыте двигательного самовоспитания детей в непредсказуемых пространствах и ситуациях



Учитель
АФК

Учитель-
дефектолог

Учитель-
логопед

Педагог-
психолог

Задачи

Общие

- Развитие имеющихся двигательных навыков
- Расширение диапазона движений
- Развитие физических качеств
- Улучшение координации движений
- Формирование потребности в двигательной активности



Специальные

- Обогащение сенсомоторного опыта
- Развитие коммуникативных навыков
- Развитие произвольного внимания
- Развитие пространственных представлений
- Развитие мелкой и крупной моторики
- Улучшение зрительно-моторной координации

Нейрофизиологические основы методики

Уровни построения движений: теория Бернштейна



Условия организации зала 3D физкультуры

Пространство для игр

Богатый выбор для деятельности ребенка

Весь инвентарь в свободном доступе для детей



Обязателен мягкий пол

Возможность перемещения в трех плоскостях из каждой точки пространства

Возможность быстрого переустройства пространства



Зона объемного лазания

Обеспечение безопасности



Контроль психоэмоционального состояния детей

1

Обучение адекватной оценке своих возможностей

2

Обучение навыкам безопасной коммуникации

3

Этапы работы на комплексе





Игровые упражнения
и игры

Подготовительный этап

Подготовка и
разогрев мышц

Общеразвивающие
упражнения

Упражнения с
предметами

Регуляция процессов
возбуждения и
торможения

Строевые
упражнения

Упражнения с
ритмом

Активизация
внимания и реакции

Смена
направления
движения

Игры на внимание
и быстроту
реакции

Основной этап

Многофункциональное меняющееся пространство физкультурного комплекса можно адаптировать под возможности обучающихся любого уровня



1 уровень сложности



2 уровень сложности



3 уровень сложности

1 уровень сложности



Обучающиеся 1-2 года обучения



Обучающиеся в начале освоения физкультурного комплекса



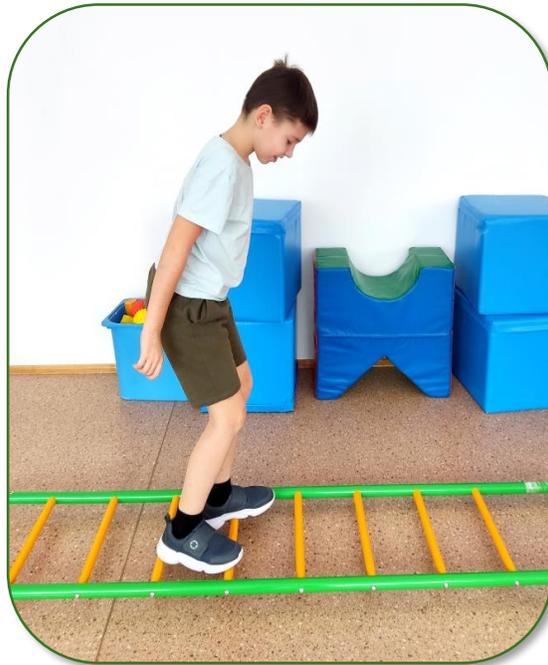
Дети со значительными двигательными нарушениями (ДЦП, ТМНР, и т.п.)

Минимальная высота

Жесткая фиксация всех конструкций

Индивидуальные формы работы

Элементы для пошагового освоения на 1 уровне





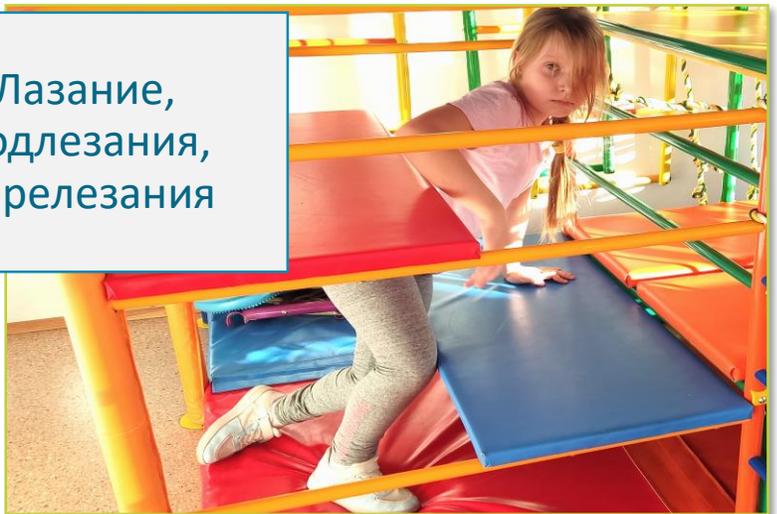
Виды учебных заданий 1 уровня

Расширение
двигательного
диапазона

Имитация
движений
животных
(«Зверобатика»)



Лазание,
подлезания,
перелезания



Ходьба
различными
способами,
ползание



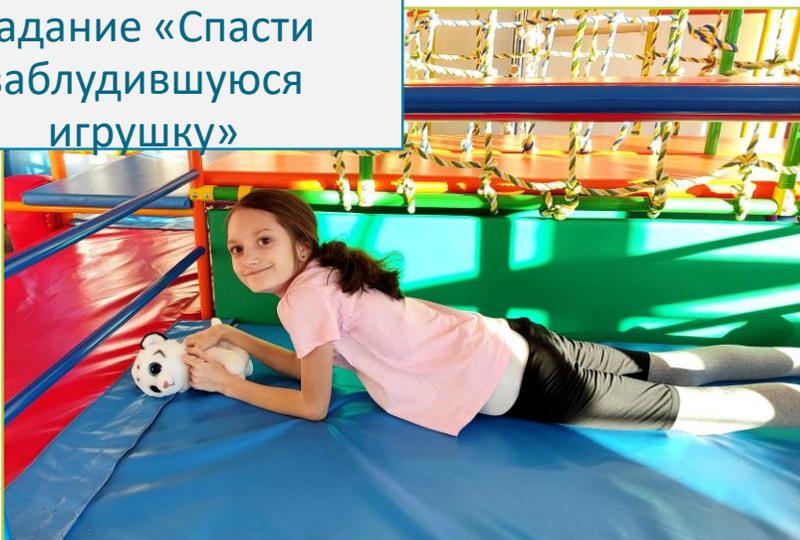
Виды учебных заданий 1 уровня

Упражнения на ориентировку в пространстве

Изменение направления и скорости движения- вверх, вниз, вперед, и т.д. Игры: «Пол - лава», «Выше земли»



Построение собственного маршрута до заданной точки. Задание «Спасти заблудившуюся игрушку»



Соединение отдельных элементов в кольцевой маршрут. Прохождение заданным способом.



Виды учебных заданий 1 уровня

Тренировка
внимания, памяти и
координации



Поиск спрятанных на
комплексе
предметов. Игра
«Сбор фруктов»



Усложнение
препятствий -
уменьшение
площади опоры,
устойчивости



Игры с преодолением
препятствий:
«Минное поле»,
«Заколдованный лес»

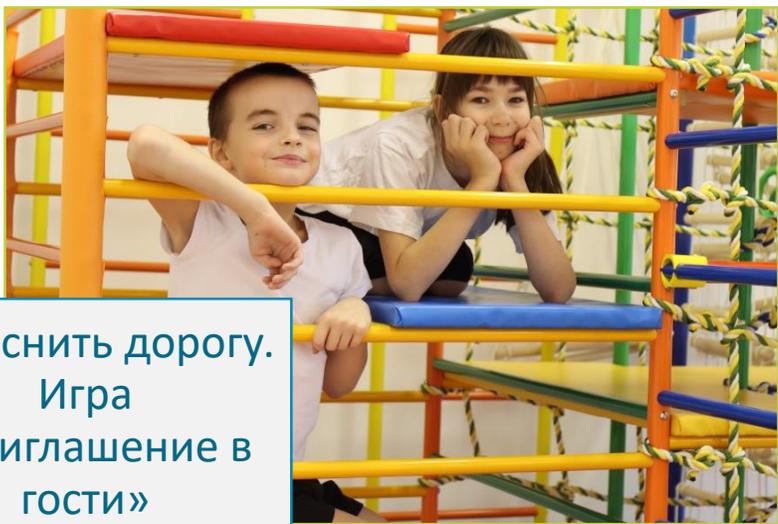
Виды учебных заданий 1 уровня

Развитие
КОММУНИКАТИВНЫХ
НАВЫКОВ

Передвижение в парах. Провести партнера по маршруту



Объяснить дорогу.
Игра
«Приглашение в гости»



Совместные действия на комплексе. Игра «Почта»



2 уровень сложности



Средняя высота

Передвижения
по залу, не
наступая на пол

Индивидуальные
и групповые
формы работы

Обучающиеся 3-4 года
обучения

Обучающиеся, освоившие
начальный уровень
подготовки на комплексе

Виды учебных заданий 2 уровня



3 уровень сложности



Большая высота



Использование
гибких и
качающихся
конструкций



Групповые
формы работы



Обучающиеся среднего и
старшего школьного
возраста



Обучающиеся, освоившие
продвинутый уровень
подготовки на комплексе

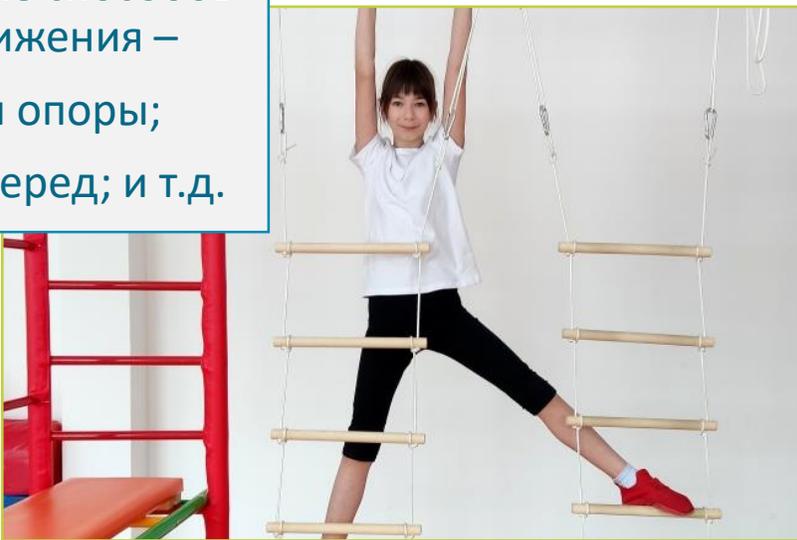
Виды учебных заданий 3 уровня

Комплексное
развитие мышц

Упражнения в вися,
подтягивания



Усложнение способов
передвижения –
3 точки опоры;
ногами вперед; и т.д.



Маршрут с
использованием
гибких элементов
комплекса – лиан,
трапов



Заключительный этап

Отдых, восстановление

- Игры и игровые упражнения малой подвижности



Формирование мотивации к дальнейшим занятиям

- Подведение итогов, положительное подкрепление



Снятие психоэмоционального напряжения

- Упражнения на расслабление



Вопрос: К какому уровню сложности можно отнести маршрут литературного героя?

И горы встают перед ним на пути,
И он по горам начинает ползти,
А горы всё выше, а горы всё круче,
А горы уходят под самые тучи!



Варианты ответов: 1, 2, 3



Развитие познавательной активности посредством постановки двигательных задач



Это уникальное пространство, где развитие получает не только тело, но и мозг



Школа 854

Содержание коррекционно-развивающей области

ФАООП образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1, вариант 2)

Коррекционные курсы

АООП УО (вариант 1)
«Развитие психомоторики и сенсорных процессов»
Логопедические занятия
Ритмика
АООП УО (вариант 2)
«Сенсорное развитие»
«Предметно-практические действия»
"Альтернативная и дополнительная коммуникация"
«Двигательное развитие»

Разделы программ

- Вариант 1 : Развитие мелкой и крупной моторики, кинестетическое и кинетическое развитие, восприятие пространства
- Вариант 2 - Кинестетическое восприятие, действия с предметам

Варианты проведения КРЗ (с использованием оборудования спортивного комплекса)

- Проведение занятия по определенной теме
- Этап урока
- Использование оборудования для снятия психоэмоционального напряжения



Восприятие пространства

Обозначение пространственных отношений с помощью предлогов, работа с объемными геометрическими фигурами, работа с графическими схемами

определение направлений в пространстве относительно своего тела

определение расположения предметов относительно друг друга в ближнем и дальнем пространстве

моделирование пространственного расположения предметов

движение в заданном направлении



Кинестетическое развитие

двигательные упражнения

имитационные упражнения

упражнения на снятие мышечного напряжения

игры на восприятие роли в движении



Предметные двигательные действия, действия по перемещению тела, действия по установке и поддержанию позы, игры на развитие зрительно-моторной координации, упражнения на межполушарное взаимодействие

Снятие психоэмоционального напряжения

сенсорный гамак

качели-трансформеры

балансиры и балансировочные подушки

релаксационные упражнения, элементы игрового стрейтчинга



Интегративный характер коррекционных занятий

Развитие познавательных способностей через двигательную активность детей - игры на развитие внимания, памяти, самоконтроля





Государственное бюджетное
общеобразовательное
учреждение города Москвы
«Школа № 854»

Контакты



854@edu.mos.ru



<https://sch854zg.mskobr.ru>