

Развитие сенсомоторной координации у обучающихся на занятиях по адаптированной физической культуре в соответствии с ФГОС О УО (2 вариант)

Составили:

учителя адаптивной физической культуры
Мещериков С.В.



Сенсомоторная координация

– это согласованность действий и взаимодействия органов чувств и движений.

Развитие сенсомоторной координации делится на 4 группы:

- **Развитие акустически-моторной координации**
(поворот головы к звучащему предмету; поворот корпуса к звучащему предмету; взор в направлении звука; игра или действия со звучащими предметами);
- **Развитие зрительно-моторной координации** (координация глаз-рука посмотри, возьми, дотянись, сбрось; фокусирование внимания на своих руках; от близкого к дальнему).
- **Ритмо-моторная координация** развивается, когда при восприятии всего звука формируется ритм прыжка, движения.
- **Вестибуло-моторная координация-**
развивается за счет выполнения упражнений, требующих сохранения равновесия, стоя на разных поверхностях: по устойчивости, по высоте, по площади опоры.

Развивающие двигательные технологии включают три основных уровня

Базовый – это реализация сенсомоторного развития.

Первичных движений рефлексов путем обогащения сенсорной и двигательной среды.

Второй уровень направлен на формирование постановки стопы, ползания, лазания, ходьбы, бега и других локомоций, игр с предметами, широкого спектра музыкально – ритмических движений.

Третий уровень базируется на двух предыдущих и включает развитие речи, тонкой моторики, выразительного и музыкального движения. Третий уровень связан с социальной адаптацией личности.

Формирование сенсомоторных координаций происходит непосредственно при развитии координации тела в пространстве на уровне крупной, средней и мелкой моторики.

Уровни развития координации тела:

- Крупная моторика – это движение туловища, рук, ног, головы.
- Средняя моторика – движения совершаемые в суставах: локтевом, лучезапястном, коленном, голеностопном.
- Мелкая моторика – это движения пальцами: пальчиковая гимнастика, работа с мелкими предметами, рисование, письмо и другие.

Зрительно-моторная координация

- Упражнения на содружескую работу обеих глаз.
- Согласованные движения глаз и головы.
- Полная координация, когда в работу включаются глаз – голова – туловище – рука.

Акустически-моторной координации

- Игры, направленные на поиск источника звука
- Игры, заставляющие детей прислушиваться, путем включения в работу мышц среднего уха.
- Игры, вызывающие установочное действие всего тела.
- Игры, вызывающие поведенческое движение всего тела.

Ритмо-моторная координация

- Ритмирование.
- Выполнение заданий с музыкальным сопровождением

Вестибуло-моторная координация

- Выполнение упражнений на твердой поверхности
- Выполнение упражнений, изменяя площадь опоры.
- Выполнение упражнений на разной высоте.
- Выполнения упражнений с закрытыми глазами
- Выполнение упражнений, изменяя центр тяжести



Спасибо за внимание!!!