

«Коррекционная и практическая направленность прогулок для учащихся с нарушением зрения младшего школьного возраста»

Одному древнему философу задали вопрос: “Что является ценным для человека – богатство или слава?” И он ответил так:

“Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым.
Здоровый нищий счастливее больного, но богатого короля”.

Что же такое здоровье?

“Здоровье – это состояние полного телесного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или повреждений”.

Такое определение дает Всемирная организация здравоохранения.

В последние годы у нас в стране наблюдается ряд тенденций, сигнализирующих об ухудшении состояния здоровья детей. Неуклонно возрастает количество детей с хроническими заболеваниями различных органов и систем организма, не позволяющие им выдерживать соответствующие возрасту физические и умственные нагрузки.

Одной из важнейших проблем совершенствования учебно-воспитательного процесса в специальных учреждениях для детей с нарушением зрения в настоящее время является создание системы управления процессом развития личности ребенка.

Развитие личности ребенка происходит в различных видах деятельности, в том числе во время прогулок на свежем воздухе, которая наиболее ярко выражена в младшем школьном возрасте.

Организация детской деятельности во время прогулок требует от педагога особого внимания, так как не все дети одинаково активны, подвижны и самостоятельны, а большинство затрудняются в самостоятельном выборе игр, игрушек и пособий. Длительное пребывание детей на свежем воздухе в любом случае полезно, но оздоровительно-воспитательное значение его возрастает, если ходом прогулки предусматривается двигательная активность, основанная на оптимальном соотношении разных игр и упражнений, подобранных с учетом не только возрастных, но и индивидуальных особенностей детей. Содержательная сторона двигательной активности детей во время прогулок должна быть направлена на их полноценное психофизическое развитие. Используются такие виды двигательной активности, которые помогают детям познакомиться со свойствами предметов, получить новые представления и знания об окружающей действительности, расширить двигательный опыт, улучшить пространственную ориентировку и закрепить умение действовать совместно.

Методика руководства двигательной активностью детей с разным уровнем двигательной активности позволяет выделить **три** уровня ее развития.

Наибольший процент среди младших школьников с нарушением зрения составляют дети со средним уровнем двигательной активности. Они охотно выполняют разнообразные движения (ходьба в чередовании с бегом и прыжками; бег в разных направлениях с обеганием предметов, влезание на снежный холм и спрыгивание с него, ходьба на лыжах и скольжение по ледяным дорожкам с помощью взрослых, катание на санках).

Дети со средним уровнем двигательной активности (55%) достаточно уравновешенны, активны, подвижны и самостоятельны. Но и им не всегда удается правильно

выполнить задание, так как они поглощены самим процессом движений, их эмоциональной стороной.

Дети с высоким уровнем двигательной активности (17%) гиперподвижные, легко возбудимые, имеют разные нарушения в психофизическом развитии. Для них характерны действия высокой интенсивности, что мешает им быть внимательными и правильно выполнять двигательные задания педагога. А их самостоятельная двигательная активность однообразна.

Дети с низким уровнем двигательной активности (28%) малоподвижны, отличаются плохо развитой моторикой, часто болеют. Им присущи неуверенность в своих движениях, неустойчивость эмоционального тонуса. Такие дети особенно нуждаются в помощи взрослого, его поощрении и поддержке. В работе с детьми младшего школьного возраста основными **задачами** на прогулке являются:

- знакомство детей с различными видами движений и создание вариативных условий для их систематического выполнения;
- закрепление умений ориентироваться в пространстве, действовать совместно, участвовать в коллективных играх и игровых упражнениях;
- создание благоприятных условий для развития творчества детей, в том числе в движениях, и положительного эмоционального состояния. Успешно решать эти задачи возможно лишь при рациональном сочетании разных видов и форм двигательной деятельности под руководством педагога. С целью совершенствования движений и закрепления игровых умений и навыков целесообразно новый материал предлагаемый на физкультурных занятиях увязывать с играми и упражнениями на прогулках.

Прогулки - самостоятельный вид деятельности, свойственный человеку. Большинство прогулок связано с двигательной деятельностью, проявляющейся в форме творческого соревнования в постоянно меняющихся условиях, ограниченных установленными правилами. Особое место в жизни человека занимают подвижные игры. Разнообразие игр для всех возрастов детей с нарушением зрения и возможность их проведения в разных условиях (комната, площадка, двор, поле, лес и т.д.) не могут быть адекватно использованы в практике работы специальных учреждений и поэтому требуется специальная организация их с такими детьми.

Часто понятие прогулка смешивают с такими понятиями, как экскурсия, игра, занятия спортом и трудом. Это происходит потому, что в обычной жизни прогулка часто сочетается с различными видами занятий на воздухе.

В воспитательной работе с детьми с нарушением зрения можно предложить использовать следующие виды прогулок, которые подразделяются таким образом:

ПРОГУЛКА НАБЛЮДЕНИЕ за:

- *сезонными изменениями в природе;
- *особенностями растительного мира;
- *жизнью домашних и диких животных;
- *трудом и отдыхом людей.

ПРОГУЛКА - ЗАДАНИЕ, имеющая цель

- *поздравить товарищей или взрослых с праздником;
- *пригласить гостей на классное или школьное мероприятие;
- *известить население, родителей, товарищей о каком-нибудь событии или мероприятии;
- *оказать шефскую помощь.

ПРОГУЛКА -ЗАДАЧА, направленная на решение какой-нибудь практической задачи. Например, предлагается определить:

- *расстояние;
- *величину предмета;
- *высоту предмета;
- *его цвет;
- *крутизну склона;
- *направление и скорость ветра.

ПРОГУЛКА-ПОИСК. Во время этой прогулки учащиеся получают задание отыскать:

- *лекарственные травы;
- *сеянцы;
- *семена деревьев;
- *природный материал для гербария, коллекции и т.д.

ПРОГУЛКА-ПОХОД на:

- *скорость;
- *выносливость;
- *дисциплину;
- *внимание;
- *ориентирование на местности.

ПРОГУЛКА-ФАНТАЗИЯ должна представить возможность:

- *сделать зарисовку;

*изготовить поделку из природного материала;

*сплести венок, корзину;

*составить букет из листьев, цветов, веток;

*придумать сказку, стихотворение, рассказ.

ПРОГУЛКА-ПОКАЗ, ставит перед воспитателем самые разнообразные задачи. Познакомить и показать:

*местные достопримечательности;

*различные предметы и объекты;

*редкие цветы, деревья, кустарники;

*разнообразные свойства, признаки предмета.

ПРОГУЛКА-ПРАКТИКУМ, предусматривает закрепление знаний и умений учащихся:

*по правилам дорожного движения;

*по технике безопасности;

*по трудовым навыкам;

*по ориентированию;

*по культуре поведения.

КОМБИНИРОВАННАЯ ПРОГУЛКА проводится в сочетании с играми;

*спортивными занятиями;

*трудом;

*экскурсионной работой.

Прогулка проводится один раз в неделю до самоподготовки.

Ее продолжительность – 1,5 часа. Воспитатель определяет три цели прогулки: познавательную, воспитательную, развивающую.

ПОДГОТОВКА К ПРОГУЛКЕ

Определить вид прогулки.

Установить цель.

Разработать маршрут, ознакомиться с ним.

Выбрать место проведения.

Определить затраты времени на прогулку.

Разработать задание.

Наметить виды деятельности учащихся.

Составить конспект прогулки.

ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ

Предупредить о прогулке заранее, чтобы одежда и обувь соответствовали погоде.

Сообщить цель прогулки.

Рассказать о маршруте и заданиях.

Указать порядок следования по маршруту.

Назначить ответственных.

Провести инструктаж по ТБ.

Таким образом, структурными компонентами прогулки являются:

*наблюдение

*дидактические задания

*трудовые действия детей

*подвижные игры и упражнения

Все эти компоненты позволяют сделать прогулку более насыщенной и интересной. К тому же они выступают не как отдельные педагогические мероприятия, а как логически обоснованные части того основного, что запланировано воспитателем в конкретной прогулке. В зависимости от различных погодных и сезонных условий, объекта наблюдения, общего настроения детей, проведенных занятий, эти структурные компоненты могут осуществляться в разной последовательности.

Кроме того, педагог должен обладать оптимальным выбором диагностических средств, прогнозировать возможное развитие каждого отдельного ребенка, уметь выделять все существенные для педагогического воздействия условия, средства, методы. Конкретно определять свои функции, коллектива детей и отдельного ребенка для достижения воспитательно-образовательных задач. Двигательные возможности у детей с нарушением зрения значительно сужены, что создаёт определенные трудности при организации игровой деятельности. С

зрячие, только эти игры должны быть адаптированы к особенностям такого ребенка. Занятия с использованием таких игр позволяют совершенствовать прыжки, бег, ловкость. Прислушиваться и ориентироваться в быстро изменяющейся игровой обстановке. Игры вырабатывают и прививают ряд навыков, необходимых в трудовой деятельности и повседневной жизни. Подготовка и участие в подвижных играх способствуют овладению пространством, приобретению свободы в движениях, лёгкости в них и уверенности в себе, развивают координацию, быстроту, силу, смелость, слух, осязание.

Практические рекомендации помогут многим воспитателям узнать влияние игр на функции организма детей с нарушением зрения, на развитие конкретных сторон личности. Важным условием организации игр со слепыми и слабовидящими детьми является четкое взаимодействие педагогов, воспитателей и родителей. Перед отбором игр различного характера педагоги, совместно с врачами, обязаны чётко определить с помощью диагностики какие игры противопоказаны, а какие нет, но при этом не должно быть перестраховки и категоричности.

Задача педагога, воспитателя - знать содержание игры и её воздействие на состояние организма детей, остаточное зрение.

Такая совместная кропотливая работа всего педагогического коллектива не лишит детей радости игры и будет служить действительным средством воспитания, коррекции физического развития и физической подготовленности, а также совершенствованию функционального состояния их организма.

Педагогу в начале года нужно получить листок здоровья группы от медицинских работников и использовать характеристики здоровья учащихся для дифференцирования материала на мероприятиях, побуждать с родителями детей к выполнению назначений врача. Прежде всего педагоги должны быть примером для своих воспитанников в вопросах здоровьесбережения.

Воспитатель должен подбирать игры, руководствуясь принципами подбора физических упражнений (игры, связанные с ходьбой, бегом и прыжками.)

При организации и проведении игр со слепыми и слабовидящими детьми во время прогулок на игровой площадке, особенно в небольшом помещении, где есть некоторые препятствия, необходимо предварительно ознакомить детей, с нарушением зрения, с игровым пространством, размерами площадки, сориентировать играющих. Провести их вдоль и поперек и походить по периметру помещения, дать самостоятельно походить, побегать, пощупать предметы. Это будет способствовать частичному устранению чувства боязни. При этом объяснить необходимость соблюдения мер предосторожности.

С целью адаптации к игровому пространству в начале необходимо предложить игры малой подвижности с простыми правилами, а затем постепенно перейти к играм большей подвижности. Всё это позволит включиться в игру без страха и успешно овладеть правилами. Воспитатель должен быть наблюдательным и поощрять творческие проявления играющих. Игры с метанием и бросанием требуют соблюдения

осторожности, необходимо напомнить играющим и следить за тем, чтобы они бросали мяч в товарища не выше пояса, чтобы исключить попадания мяча в голову, лицо, глаза.. Соблюдение требований в большинстве игр позволяет детям с остаточным зрением играть без всяких ограничений, необходимо следить за тем, чтобы слабовидящие игроки не брали на себя полностью игровую инициативу, оттесняя слепых.

Во второй половине после учебных нагрузок большое значение для их здоровья имеет правильное дыхание во время прогулок.

От дыхания зависит нормальное снабжение крови кислородом, а также ритм работы сердца и циркуляция крови в организме. Недостаток кислорода снижает работоспособность мозга, нередко вызывает головную боль. В целях сохранения и укрепления здоровья необходимо вырабатывать привычку к правильному дыханию - дышать через нос, глубоко, ровно.

Особое внимание заслуживает вопрос о широком внедрении в быт школьников элементарного использования зимних игр и развлечений на воздухе... Важно дать всем ребятам элементарное представление о том, что зимой имеется очень много возможностей для интересных увлекательных и полезных для здоровья игр и развлечений на воздухе. У младших школьников рассеять боязнь холодного воздуха, следует ознакомить детей с правилами, чтобы прогулки приносили пользу и ни в коем случае не могли нанести ущерб здоровью. Чистый, свежий воздух улучшает аппетит, сон – укрепляет здоровье.

Дети, которые регулярно бывают на свежем воздухе реже болеют. Однако, чтобы прогулки на свежем воздухе принесли как можно больше пользы для организма, нужно знать и постоянно выполнять простые, но важные гигиенические правила:

Памятка к проведению прогулок:

1. Осуществлять прогулки на детских площадках, в скверах, в парках, на зеленых лужайках. Не стоит играть вблизи мусорных ящиков, ям. Нельзя это делать на тротуарах и дорогах - это опасно для жизни.
2. Дышать носом глубоко и спокойно. Громкие крики и возгласы, особенно в холодные дни, могут привести к заболеванию голосовых связок, дыхательных путей.
3. Во время прогулки не следует ссориться, ни в коем случае не пить холодную воду.
4. Не играть непрерывно в подвижные игры в течении 1-1,5 часа. После 30 мин нужно сделать отдых 5-10 минут. При морозе 15 градусов, сильном ветре продолжительность игр и прогулок на свежем воздухе следует сократить.
5. Перед прогулкой очистить территорию от камней, мелких предметов, стекол, учесть метеорологические условия (температуру воздуха, направление и силу ветра).

Таким образом, правильная организация и проведение прогулки: укрепление здоровья, развитие двигательной активности детей, подбор одежды в соответствии с сезоном и

температурой воздуха, подвижные игры, пример взрослого, в отношении к своему здоровью – все это является залогом привития **детям здорового образа жизни**.

2. Цели и задачи.

2.1. Прогулка – это педагогически организованная форма активного отдыха детей.

2.2 Прогулка способствует восстановлению умственной работоспособности, расширению кругозора детей, развитию их познавательных интересов, воспитанию нравственных взаимоотношений, дисциплины в коллективе.

2.3. Оздоровительная задача прогулки является ведущей, она реализуется в подвижных, спортивных играх. Она также сочетается с разнообразными проявлениями трудовой, познавательной, художественной деятельности учащихся, в сюжетно-ролевых играх, общении детей на свежем воздухе.

2.4. Прогулка – это занятие на свежем воздухе, в тесном общении с природой, с людьми на улицах, друг с другом и воспитателем в иной, более естественной обстановке. На прогулке создается ситуация реальной связи ребенка с жизнью в ее различных проявлениях. В этом и есть главный воспитательный смысл прогулки.

3. Порядок проведения прогулки.

3.1. Организационный момент:

- одевание детей (воспитатель должен проследить, чтобы дети оделись по сезону и в соответствии с деятельностью на прогулке);
- инструктаж по технике безопасности;
- инструктаж о цели и продолжительности прогулки, правилах поведения;
- распределение конкретных поручений детям.

3.2. Движение по намеченному маршруту и выполнение предусмотренных заданий, организованное наблюдение, беседа воспитателя по теме прогулки, самостоятельная деятельность школьников. (Если цель и содержание прогулки требуют организации игр, следует заранее обеспечить площадку и необходимый инвентарь.

3.3. Возвращении в школу. Переодевание детей. Гигиенические процедуры.

3.4. Подведение итогов прогулки.

4. Виды прогулок.

4.1. Прогулка-наблюдение. Ее содержание чаще всего связано с целенаправленными наблюдениями школьников за сезонными изменениями в природе, особенностями растительного и животного мира. Место проведения- школьный двор, зеленая зона недалеко от школы.

Уже по дороге воспитатель просит детей обратить внимание на то, какие деревья и кустарники растут вдоль улицы, встречаются по пути, какие птицы зимуют в городе и т.п.. Эта прогулка может включать элементы игры, например, конкурс «Кто самый наблюдательный?». Воспитатель предлагает за 5 минут (время засекается по часам) каждому ученику заметить и запомнить как можно больше видов деревьев, кустарников, цветов. Конкурс можно усложнить заданием: кто лучше расскажет о

названных деревьях, кустарниках и т.д. Во время прогулки можно организовать наблюдение за трудом людей. Это способствует воспитанию у детей умения видеть особенности той или иной профессии, понимать ее общественную пользу и красоту. «Что является главным в работе продавца, дворника, водителя автобуса и т.д.?» Над этими вопросами школьники задумываются на прогулке. Наблюдая за повседневным трудом взрослых.

4.2. Прогулка-практикум. Такие прогулки используются для отработки, закрепления жизненно необходимых навыков, например, следования определенным правилам культуры поведения, правилам дорожного движения и др. Во время прогулки воспитатель создает специальную педагогическую ситуацию. В которой школьники должны действовать в соответствии с правилами, организует контроль. Анализирует и оценивает действия детей. Например, они учатся переходить улицу с оживленным движением транспорта, определяют самую удобную дорогу к школе, дому и т.д.

4.3. Прогулка с заданием. Содержание этой прогулки определяется задачами общественной жизни группы второй половины дня. Школьники могут получить задание в виде путевки от ученического совета школы. Выполнение задания иногда может занимать 2-3 прогулки. Примерные варианты путевок-заданий могут быть следующими: «Улицы, переулки, площади вокруг нашей школы. Почему они так названы?», «Достопримечательности нашего города» и т.п.

4.4. Экскурсии. Ее назначение – познакомить школьников с историей родного города, края, достижениями людей, живущих в городе, расширить их представления о видах производительного труда. Такие задачи решат, например, экскурсия на предприятие, в организацию, учреждение, учебное заведение и т.д.

4.5. Творческая прогулка. Определяющая задача этого вида прогулок – вызвать у детей эмоциональный подъем и организовать их творческую деятельность. Наибольшая творческая активность школьников возникает в общении с природой. При наблюдении ее явлений...

Во время такой прогулки дети могут составлять букеты из осенних листьев, собирать природный материал для составления композиций, лепить из снега забавные скульптуры.

4.6. Развлечения на воздухе. Во время такой прогулки нужно организовывать массовые подвижные игры, веселые старты и состязания, спортивные часы.

5. Подготовка прогулок.

5.1. Педагогический результат прогулок во многом определяется их перспективным планированием.

5.2. Проведение всех видов прогулок требует тщательной подготовки воспитателя. В соответствии с планом воспитатель заранее готовит необходимое оборудование и спортивный инвентарь, определяет площадку, маршрут движения, продумывает задания для детей и т.д.

5.3. Прогулка – реальная ситуация для выполнения школьниками своих общественных поручений.

6. Обеспечение безопасности.

6.1. Перед началом прогулки воспитатель проводит инструктаж детей по правилам техники безопасности и правилам поведения.

6.2. Во время прогулки воспитатель обеспечивает соблюдение правил ТБ, контролирует действия учащихся, не допускает их самовольного ухода за пределы школьной территории или площадки, на которой проходит прогулка; не допускает лазания по деревьям, прыжки с них или с заборов, выбегания на проезжую часть дороги, предотвращает прочие действия, которые могут привести к травматизму.

6.3. В случае любой травмы, полученной ребенком во время прогулки, воспитатель принимает все меры для оказания ему доврачебной помощи, доставляет ребенка в медпункт школы, ставит в известность о случившемся дежурного администратора, родителей (законных представителей) ребенка. В случае необходимости или отсутствия медработника принимает меры по доставке пострадавшего в больницу или вызову скорой медицинской помощи.