

Подвижная игра в процессе социализации ребенка

Социализация – это процесс интеграции индивида в социальную систему, вхождение в социальную среду через овладение ее социальными нормами, правилами и ценностями, знаниями и навыкам, что позволит индивиду успешно функционировать в обществе или иными словами – успешно коммуницировать с внешним миром. У физической культуры есть множество инструментов для облегчения социализации. И один из таких мощных способов, где коммуникация включается естественным образом является подвижная игра.

Целеполагание, наличие четких правил (задач для физического выполнения – переползти, перешагнуть, кинуть и так далее), инструкции извне от инструктора по физической культуре и внешние знаки (например, инвентарь с указанием направления движения, цветовые схемы, силуэты частей тела) достижение результата и, конечно, взаимодействие с партнером или партнерами – это и есть основополагающие моменты подвижной игры.

В личной практике широко применяется такой вид подвижной игры, как «Дорожка препятствий».

«Дорожка препятствий», являясь многокомпонентным инструментом для педагога, по своей сути может постоянно видоизменяться. Таким образом, один этап дорожки будет нацелен на изучение нового способа/принципа движения, остальные звенья дорожки – на закрепление уже освоенного материала. Таким образом, в каждом занятии будет присутствовать эффект новизны и, что очень важно, постоянное психологическое удовлетворение от получившегося

задания, которое продолжает осваиваться и выполняется лучше и лучше.

Важные факторы данной игры:

- 1) Создать Дорожку можно из любых подручных средств, то есть создание игры под силу любому родителю – создай траекторию движения и побуди ребенка к действию своим примером.
- 2) Цикличность легко усваивается детьми
- 3) Так как ребенок на третьем или четвертом круге будет уже самостоятельно выполнять упражнения, преодолевать препятствия, то взрослый уже может выключиться из активной фазы и вести игру пассивно, только давая голосовые инструкции.
- 4) Вариативность

Для современных родителей, пожалуй, 3 пункт будет самым весомым. Так как все хотят, чтобы дети были веселые, подвижные, здоровые, однако, у большинства родителей силы остаются на работе, в занятости и тому подобное.

Консультация 6. Нейротренажеры

Уважаемые родители, в современном мире мы имеем под руками огромный вариативный ряд инвентаря для классических и реабилитационных занятий. Однако, как говорил классик: "Всё гениальное просто!"

Сегодня в реабилитационных и коррекционных практиках нейротренажеры по праву занимают весомую позицию. Суть нейротренажеров - задействовать оба полушария головного мозга.

Красиво написано, но далеко не всем понятно. Простым языком - работают две стороны тела (правая рука и левая рука), значит мы задействуем оба полушария.

Классификация нейротренажёров обогащается с каждым днём, наука и человеческая мысль на месте не стоят. Однако, всегда будут стоять отдельной группой БАЛАНСИРЫ! Уникальная система нашего вестибулярного аппарата, нашей системы компаса внутри тела, что не даёт нам упасть буквально, тренируется при каждой попытке найти баланс! И здесь важно креативно подойти к вопросу. Потому что балансиrom может стать что угодно!!!! Даже просто встать по стойке "ноги вместе, руки по швам" и закрыть глаза ... Опа, закачалось? Поздравляю, вы тренируете баланс и ... задействуете и правую, и левую сторону.

Встаньте на блок, на игрушку, на любой предмет, что выдержит ваш вес и попробуйте удержать равновесие. Даже с открытыми глазами это будет задачей . Потому что мы приподняли тело от земной поверхности и нам уже противодействует земное притяжение.

Придумать игру с удержанием баланса, например, разноцветные кубики, может абсолютно любой человек. Нет кубиков? Разложить любые игрушки и перешагивайте через них - вот пример ещё игры.

Зачастую родители ожидают доставку "крутого тренажёра", когда весь арсенал у них есть под рукой. И вот тренажёр доставлен и гордо занимает свое место под кроватью/в углу/в шкафу, где угодно, но только не в постоянном систематическом использовании.

Наличие инвентаря не делает результат. Результат даёт движение! А самый огромный, разнообразный тренажерный зал - это тело и мысль.

По большому счёту, почему достигаются такие высокие результаты, благодаря нейрофитнесу? Потому что увеличивается количество сигналов, что проходят по нашей ЦНС. Их количество, качество, обработка, количество сигналов через обратную связь и скорость этой обратной связи.

Простым языком - мы заставляем (учим/даём возможность, называйте, как хотите) себя прочувствовать БОЛЬШИЙ спектр ощущений. Просто потому, что у нас работает не одно полушарие, а два. Логично же!

Все гениальное просто, а удивительное рядом. Любая координационная, балансирующая деятельность приводит наш мозг в действие по поиску нового положения тела. Мозг буквально кипит, потому что возникает непривычное положение у тела или ... Или ощущение!

Чем, как ни стопами, мы можем расширить этот круг ощущений! Делюсь уникальным, но абсолютно логичным результатом своего подопечного. Когда стопа получает новую порцию ощущений и ... Стопы "с пирамидкой" опускаются в опору. Обратите внимание, как только ребенок встаёт на привычную поверхность, пяточки поднимаются вновь.

Именно на тренировке ЦНС, улучшении проводимости сигналов я и

сосредотачиваю свои тренировки и занятия. Это задача номер один для достижения результата, будь то коррекция осанки или восстановление функции конечностей.