**РАЗВИТИЕ МЕЛКОМОТОРНОЙ КООРДИНАЦИИ СТОПЫ У ДЕТЕЙ**

**ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СРЕДСТВАМИ ФУТБОЛА**

**Ершов М.Е.,**

**Научный руководитель:**

**В. С. Жолобов**

*ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры»*

Приведено теоретическое обоснование важности развития мелкой моторики стопы у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития. Автор указывает на эффективность упражнений с элементами игры в футбол, способствующих формированию мелко-моторных проявлений стопы.

**Ключевые слова:** дети дошкольного возраста, футбол, задержка психического развития, координация движений, координационные способности, мелкая моторика стопы.

**Актуальность.** Сегодня в рамках адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста (5-6 лет) с задержкой психического развития (ЗПР) большое внимание уделяется повышению двигательной активности.

В свою очередь, уровень двигательных возможностей ребенка определяется формированием координационных способностей, которые обуславливают успешность управления двигательными действиями и их регуляцию [1].

Н.А. Бернштейн [2] доказал, что движение представляет собой сложную функциональную систему. Любое двигательное действие обеспечивается суммарной работой анализаторов, расположенных в коре головного мозга. Регулятором координации движений человека является мозжечок, который отвечает за точность, порядок выполнения, равновесие. Сложно-координационные двигательные действия управляются нейронами, расположенными в прецентральной извилине (моторной коры) головного мозга, и характеризуются более высокоорганизованной передачей функций управления, самым объемным является участок коры головного мозга, отвечающий за выполнение движений руками, а самым незначительным - за движения ногами (стопами).

Координация движений в большей степени связана с уровнем сформированности психической сферы и зависит от пластичности корковых нервных процессов.

Несмотря на относительно обширную теоретическую научную обоснованность взаимосвязи развития умственных и двигательных способностей детей в процессе адаптивного физического воспитания, ориентированная направленность развития мелко-моторной координации стопы, как важного показателя психофизического развития детей данной категории, не получили должного признания и широкого применения в практике дошкольных образовательных учреждениях.

**Материал и методы исследования.** Для детей дошкольного возраста с данной нозологией присуще отклонения в формировании координации движений, проявляются нарушения в проявлении мелко-моторной организации двигательных действий.

Наиболее ярко недостаточность мелкой моторики наблюдаются у дошкольников с данным нарушением при выполнении сложно-координационных движений, требующих четкого управления, правильной пространственной организации.

Моторная сфера детей с ЗПР характеризуется неловкими, скованными, недифференцированными движениями. Имеет место небольшое ограничение объема движений верхних и нижних конечностей. При физической нагрузке возможны нарушения мышечного тонуса.

Одним из действенных, доступных для детей дошкольного возраста средств является футбол. Педагогический опыт говорит о том, что данный вид спорта является средством, создающим предпосылки к гармоничному формированию личности, укреплению здоровья, формированию интеллектуальной сферы.

При выполнении упражнений с мячом у дошкольника повышаются возможности двигательных участков коры головного мозга, которые отвечают за двигательные функции нижних конечностей и, тем самым, вовлекая в работу близлежащие области коры, отвечающие за формирование психических процессов.

Футбол включает в себя огромное спектр сложно-координационных упражнений. При этом большое число упражнений сопровождаются «борьбой за мяч» [3]. Выполняя упражнения, ребенок контролирует движения и мышечные усилия в зависимости от степени воздействия соперника, наличия мяча. Все вышесказанное говорит о положительном влиянии упражнений из арсенала футбола, как средства выработки мелко-моторной координации, дифференцированных пространственных и выполняемых движений.

Большое значение при выполнении упражнений имеет дифференцировка мышечно-двигательных ощущений, которая носит специфический характер. Немаловажным фактором является и формирование равновесия, так как во время борьбы за мяч дошкольники часто оказываются в неустойчивом положении.

**Выводы.** Таким образом, футбол в рамках адаптивного дошкольного физического воспитания будет способствовать развитию мелко-моторной координации стопы через разнообразные упражнения из спектра данного вида спорта: многогранные вариации способов выполнения упражнения, комбинирование двигательной деятельности, выполнение упражнения при дефиците времени, варьирование поступающей информации.

В этом отношении, футбол является одним из самых эффективных средств адаптивного физического воспитания.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Бернштейн, Н.А. О ловкости и её развитии / Н.А. Бернштейн. – М.: Физкультура и Спорт, 1961. – 228 с.
2. Барабаш, О. А. Методологические принципы контроля качества образования по физической культуре в специальном учреждении / О. А. Барабаш // Адаптивная физическая культура. – 2012. – № 2 (50). – С. 25-27.
3. Варюшин, В.В., Лопачев, Р.Ю. Первые шаги в футболе: Методическое пособие/ В.В. Варюшин, Р.Ю. Лопачев, - М.:РФС: 2015.-17 с.
4. Годик, М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет/ М.А. Годик, С.М. Мосягин, И.А. Швыков, Н.В. Котенко. – Нижний Новгород.: СПРИНТ: 2015. -133 с.

Сведения об авторе:

[VelBW@yandex.ru](mailto:VelBW@yandex.ru)