**Использование метода упражнений на уроках для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в начальной школе**

Метод — это способ достижения поставленной цели, для педагога — способность управлять ходом воспитательного процесса, строить его сообразно с логикой и закономерностями развития, обеспечивая развитие личности ребенка в заданном направлении.

В системе коррекционного обучения широко используются словесные, наглядные, практические методы обучения. Варианты их использования подробно, с позиций коррекционной дидактики, раскрыли Г.М.Дульнев, А.Н.Граборов, И.Г.Еременко.

В общей и специальной педагогике наиболее эффективным, распространенным и приоритетным среди практических методов по закреплению знаний, совершенствованию умений и отработке навыков, формирования отдельных качеств личности является метод упражнение.

Как утверждал Подласый И.П.: «Нельзя научить ребенка писать, рассказывая, как пишут другие; невозможно обучить игре на музыкальном инструменте, демонстрируя виртуозное исполнение. Точно так же невозможно сформировать требуемый тип поведения, не привлекая воспитанников к активной целенаправленной деятельности. Сущность упражнения состоит в многократном выполнении требуемых действий, в доведении их до автоматизма. Результат упражнений - устойчивые качества личности, т.е. навыки и привычки».

Существует несколько классификаций метода упражнений.

В зависимости от целей обучения различают: обучающие (подготовительные) и проверочные (контрольные) упражнения; от места оформления работы: классные и домашние; от формы словесного выражения мысли: устные и письменные; от мыслительных операций ученика: аналитические, аналитико-синтетические, синтетические; от степени самостоятельности учащегося выделяют следующие виды упражнений: в которых воспроизводится усвоенный материал, работы по применению знаний в новых условиях, творческие работы.

Упражнение является обязательной частью любого изучаемого детьми предмета, будь то чтение, математика, русский язык, труд и т.д. Следовательно, можно сказать, что существует несколько видов упражнения применяемых в специальной (коррекционной) школе: письменные и устные. Выполнению упражнения всегда предшествует прочное усвоение теоретического материала учащимися. При обучении письму и счету используется разные виды упражнений. Но специальный вид применяется чаще, так как предполагает многократное повторение. Производные упражнения редко используются, поскольку больше направлены на закрепление ранее сформированных навыков. Комментированные упражнения используются при выполнении заданий по русскому языку и математике (комментированное письмо).

Перед выполнением упражнений учащийся должен прочно усвоить теоретический материал. С помощью метода упражнений возможно организовать индивидуальный и дифференцированный подход к учащимся, что выражается в степени трудности задания, его объеме и характере помощи. Систематическое выполнение упражнений укрепляет волю учащихся, воспитывает настойчивость, упорство, прилежание, самообладание. При помощи упражнения мы можем диагностировать прочность усвоения знаний, глубину их понимания учащимися, поскольку от этого зависит качество усвоенных умений и навыков и успешное их применение на практике.

Чтобы развить у умственно отсталых детей анализаторы: осязание, зрение, слух, восприятие, вкусовые ощущения и обоняние, применяются специальные упражнения. Эти упражнения, применяются со времен Э.Сегена, за это время они были частично изменены, разработаны новые дидактические пособия (окрашенные ткани, дощечки, плоские геометрические фигуры и др.). Система развития чувств, у умственно отсталых детей, вошла в историю олигофренопедагогики и получила название «сенсорная культура», позже была преобразована в сенсомоторное воспитание.

Большое внимание так же уделяется развитию эмоциональной сферы умственно отсталых учащихся, поскольку она выполняет важные функции: связь с отражением окружающего мира и приспособлением к его изменяющимся условиям. Коррекции нарушений эмоционального развития большое внимание уделила группа педагогов и психологов под руководством доктора психологических наук Шаповаловой О.Е. Ими была разработана технология психолого-педагогической поддержки эмоционального развития умственно отсталых учащихся. Особое место среди многообразия действенных методов занимает особое место метод упражнение. Являясь вариативным, последовательным, повторением того или много действия, позволяет не только закрепить это действие, но и совершенствовать его, исправляя имеющиеся недостатки. При выполнении упражнений учащиеся применяют словесные, наглядные и практические материалы. Метод упражнений применяется на индивидуальных заданиях и является коррекционным и развивающим. Упражнения развивающего характера направлены на преодоление личностной незрелости школьников, а также на развитие высших чувств и сохранных качеств эмоциональной сферы.

Чтобы совершенствовать коррекционно-воспитательную работу школы используются две группы средств: психолого-педагогические технологии прямого и косвенного воздействия на эмоциональное развитие умственно отсталых школьников.

Технология прямого воздействия состоит из игр, упражнений и тренингов, направленных на развитие эмоциональной сферы учащихся, на коррекцию нарушений. Особенности этого метода: направленность на развитие адекватного отношения к другим людям; на повышение уровня интеллектуальной регуляции эмоциональных проявлений; обогащение представлений учащихся о способах решения проблемных ситуаций; возможность оценивать такие ситуации с разных точек зрения. Но в работе с умственно отсталыми детьми метод ролевого тренинга недостаточно эффективен. Учащиеся способны справиться только с несложными заданиями.

Для участия в играх и тренингах учащиеся объединяются в группы по 5-10 человек, упражнения выполняются в индивидуальной форме под контролем экспериментатора. Эффективность игрового метода в том, что цель и мотивы связаны с переживаниями детей. Игры проходят с постепенным усложнением материала, это связано с переходом от статичного выражения эмоционального состояния к движению. Важным методом данной технологии является упражнение, позволяющие не только закрепить какое-либо действие, но и совершенствовать его, исправляя имеющиеся недостатки. При выполнении упражнений учащиеся оперируют словесными, наглядными и практическими материалами. Не вызывают энтузиазма у детей, упражнения, требующие длительной концентрации и серьезных усилий.

Многие упражнения включены в технику по развитию чувства юмора и построены на материале смешных картинок, высказываний, рассказов, анекдотов. Например, упражнение «А где смеяться?», приводит к осознанию того, что многие люди считают смешными одни и те же вещи . Так же используются и многие другие «Шутки разные бывают», «Твой любимый анекдот», «Нарочно не придумаешь», «Чтоб было смешно» и т.д. Эти упражнения включены в технику, направленную на развитие адекватности эмоциональных проявлений. Они эффективно используются в работе с младшими и со старшими школьниками. С большим удовольствием школьники выполняют упражнения, составляющие технику развития эмоционального диапазона. Такие упражнения стимулируют проявление позитивных переживаний и высших, социально обусловленных чувств, обогащающих запас слов, обозначающих эмоциональное состояние, расширяющих представления школьников об эмоциях. Но так же такие упражнения вызывают и определенные трудности у детей.

Упражнения, способствующие развитию различных параметров эмоциональной сферы умственно отсталых школьников, являются необходимым элементом воспитательной работы в школе. Также не менее важны упражнения, которые должны подбираться и разрабатываться в соответствии с индивидуальными нарушениями эмоционального компонента психики.

Существует ряд интересных упражнений помогающих учащимся избегать аффективных вспышек, преодолевать аффективные тенденции, контролировать свои чувства, сохранять эмоциональное равновесие ( «Получай, противная подушкой», «Посчитай до десяти», «Письмо обидчику», «Чудо-Юдо», «Меня это не касается» и др.).

Упражнения являются важным методом воздействия на эмоциональную сферу обучающихся. Его эффективность обусловлена индивидуальной формой работы, обеспечивающей устойчивый контакт и доверительные взаимоотношения с воспитанником; максимальной направленностью на преодоление возможных негативных тенденций, сопутствующих развитию личности.