

Необходимым условием эффективного развития детей с ограниченными возможностями здоровья является их физическое развитие. Это развитие всех видов моторики и зрительно-двигательной координации, которое служит основой для становления всех видов детской деятельности.

Специфической направленностью в работе с этой категорией детей является ее коррекционно-компенсаторная сторона. Главным условием подготовки детей с ОВЗ является исправление нарушений физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей. У большинства детей данной категории отмечается недостаточный уровень развития познавательной сферы, незрелость мотивации к учебной деятельности, сниженный уровень работоспособности и самостоятельности. Поэтому поиск и использование активных форм, методов и приёмов обучения является одним из необходимых средств повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса в работе инструктора по физкультуре.

Выделяется несколько особенностей работы с детьми с ОВЗ:

1. Приемы и методы удержания и привлечения внимания.

Дети с ограниченными возможностями здоровья — это очень неоднородная по своему составу группа детей. Даже в одном сегменте нарушений могут быть дети с совершенно разными психофизическими возможностями и значит с разными образовательными потребностями.

Но несмотря на индивидуальные особенности, для всех детей с ОВЗ характерны общие особенности:

1. Замедление восприятия и переработки информации;
2. Недостатки в развитии мелкой и общей моторики;
3. Недостатки в развитии мыслительной деятельности (как отдельных компонентов, так и в целом);
4. Пробелы в знаниях и представлениях об окружающем мире;
5. Недостатки в развитии личностной сферы (неуверенность в себе).

У детей с ОВЗ с задержкой психического развития и интеллектуальными нарушениями, посещающими группы компенсирующей направленности, наблюдается низкий уровень мотивации: они как правило, не умеют самостоятельно организовать игру, быстро отвлекаются и утомляются. Они трудом сосредотачиваются на задании, быстро становятся вялыми или раздражительными, при неудачах отказываются от выполнения задания. У некоторых воспитанников в результате утомления возникает двигательное

беспокойство: они начинают суетиться, усиленно жестикулировать. Многие дети отличаются повышенной впечатлительностью, обидчивостью, болезненно реагируют на тон голоса, на малейшие замечания. У них легко возникают реакции недовольства, упрямства и негативизма.

Хочется отметить, что у детей с интеллектуальной недостаточностью часто есть сопутствующие нарушения, которые инструктор по физической культуре должен обязательно учитывать в построении образовательной деятельности, особенно если это касается нарушений со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также физического развития и моторики. Так же встречаются воспитанники с парезами отдельных мышечных групп. Выявление возможностей воспитанников с ОВЗ и коррекция дефектов их развития требуют специальных методических приемов, которые следует облечь в доступную форму, в нашем случае это конечно же игровые приемы и методы. В целом, же физическое воспитание направлено на коррекцию физического развития, укрепление здоровья детского организма, обучение двигательным умениям и навыкам.

Любое обучение и коррекция возможны только в том случае, если педагогу удается удержать внимание воспитанника. В том числе и в физическом воспитании детей с ОВЗ привлечение и удержание внимания дошкольников — это вопрос, требующий отдельного рассмотрения.

Без удержания внимания деятельность инструктора по физкультуре не может быть продуктивной. Поэтому важно в ежедневной работе инструктора с детьми с ОВЗ использовать разные приемы активизации внимания и повышения интереса детей к занятиям. Вот некоторые из них:

1. *Занятия должны основываться на личностно-ориентированной модели взаимодействия с детьми.* То есть, если ребенок застенчив и не уверен в себе, тогда необходимо выделять даже незначительные его успехи. Хороший способ повысить самооценку партнерский способ ведение игры совместно с педагогом, при этом уверенность взрослого передастся ребенку.
2. *Использование игрового метода.* В дошкольной деятельности ведущей деятельностью является игра. Это основной инструментарий педагогов, в том числе педагога по физкультуре. Данный метод способствуют созданию положительного эмоционального фона, формированию коммуникативных способностей. Позволяет детям акцентировать внимание на правильности выполнения упражнений. Время-от-временем можно вводить в образовательную деятельность присутствие «гостя — героя» (как игрушки, так и переодетого взрослого), что поможет привлечь и активизировать внимание детей с ОВЗ. Иногда с

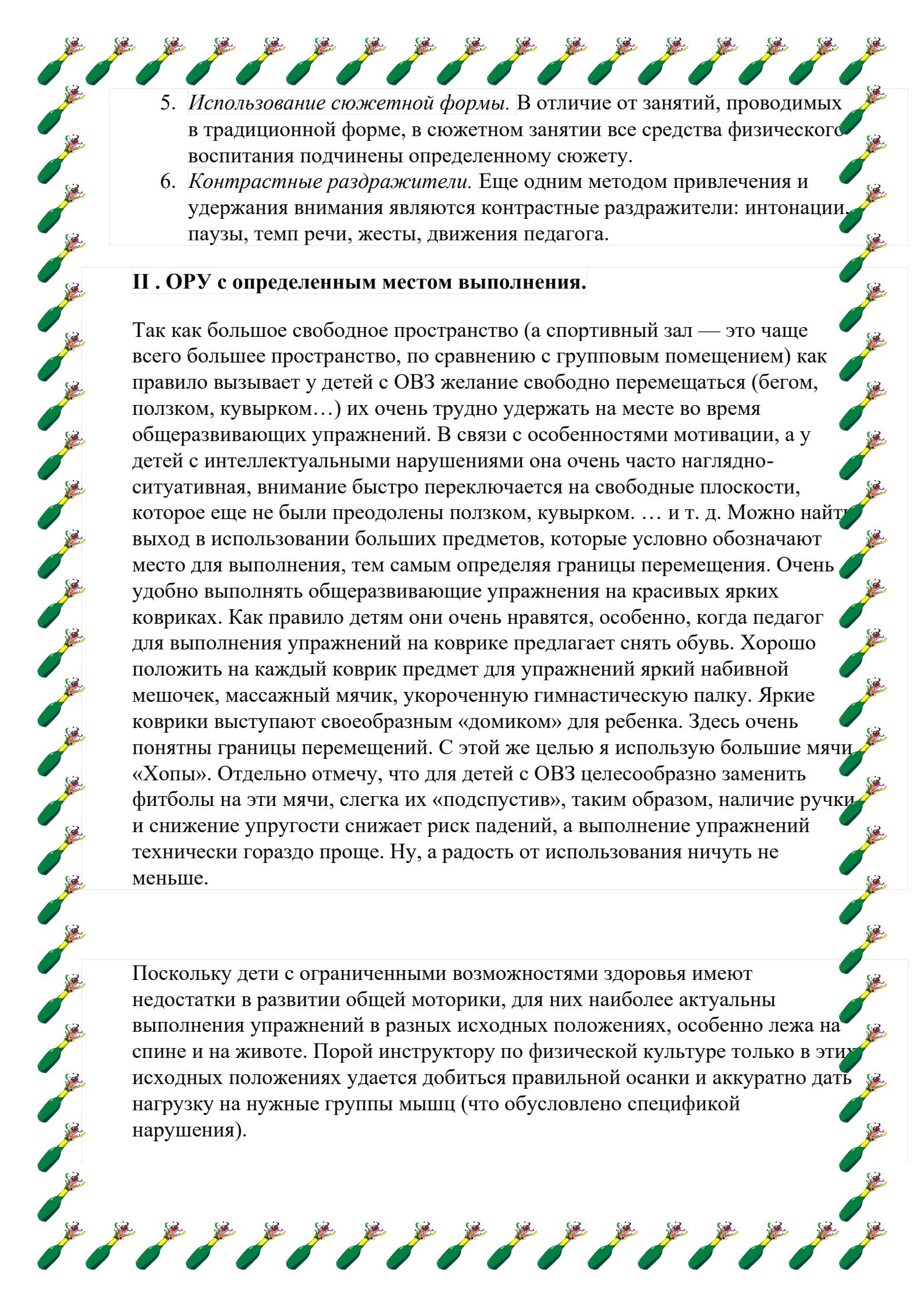
некоторыми детьми, эффективным становится прием соперничества с инструктором по физической культуре. Когда педагог вместе с детьми становится участником подвижной игры. После того как ребенок догонит инструктора, у него возникает чувство гордости и радости. Это мотивирует ребенка, повышается интерес.

3. *Разнообразие средств физического воспитания.* Для привлечения и удержания внимания целесообразно использовать яркое, часто сменяющееся оборудование. Хорошо если есть возможность использования мультимедийного проектора, в таком случае появление героев будет разнообразнее, а удержание внимания легче. Поскольку уровень мотивации у детей с ОВЗ как правило наглядно-сituативный или игровой. Также в занятия могут включаться новые упражнения с нестандартным оборудованием — «дорожка здоровья» или мягкий коврик, наполненный различными материалами, а также массажеры для стоп.
4. *Использование на занятии физкультуры музыки.* Музыка оказывает огромное воздействие на детей с интеллектуальными нарушениями, вызывает яркие эмоциональные переживания и привлекает внимание, стимулирует двигаться в заданном ритме.

Используя эту особенность детей, возможно, повысить качество любого занятия, сделать его более привлекательным для ребенка. У многих детей с ОВЗ нарушен ритм выполнения движений, поэтому важно научить их согласовывать свои движения с заданным ритмом; многие движения полезно выполнять под счет, хлопки, музыку. Так, в ходьбе, проводимой под музыку, у детей легче формируется равномерность длины шага, координация движений. Использование музыки во время общеразвивающих упражнений, игр, развлечений способствует лучшей концентрации внимания.

Необходимо добавить, что для упражнений, направленных на овладение навыком произвольного расслабления, рекомендуется использовать специальную музыку — это звуки океанских волн и «пение» птиц, шум леса дождя и др. Такая музыка способствуют снятию психоэмоционального напряжения, имеет важное воспитательное значение.

Необходимо учитывать то, что бывают воспитанники, у которых реакция на музыку отрицательная, они закрывают уши, мимика отражает резкий дискомфорт, ребенок может начать кричать, чтобы перекрыть громкость музыки (как правило такие реакции бывают если у ребенка есть расстройства аутистического спектра в сочетании с высокой слуховой чувствительностью). В таком случае использовать музыку во время образовательной деятельности недопустимо.

- 
5. *Использование сюжетной формы.* В отличие от занятий, проводимых в традиционной форме, в сюжетном занятии все средства физического воспитания подчинены определенному сюжету.
 6. *Контрастные раздражители.* Еще одним методом привлечения и удержания внимания являются контрастные раздражители: интонации, паузы, темп речи, жесты, движения педагога.

II . ОРУ с определенным местом выполнения.

Так как большое свободное пространство (а спортивный зал — это чаще всего большее пространство, по сравнению с групповым помещением) как правило вызывает у детей с ОВЗ желание свободно перемещаться (бегом, ползком, кувырком...) их очень трудно удержать на месте во время общеразвивающих упражнений. В связи с особенностями мотивации, а у детей с интеллектуальными нарушениями она очень часто наглядно-сituативная, внимание быстро переключается на свободные плоскости, которое еще не были преодолены ползком, кувырком. ... и т. д. Можно найти выход в использовании больших предметов, которые условно обозначают место для выполнения, тем самым определяя границы перемещения. Очень удобно выполнять общеразвивающие упражнения на красивых ярких ковриках. Как правило детям они очень нравятся, особенно, когда педагог для выполнения упражнений на коврике предлагает снять обувь. Хорошо положить на каждый коврик предмет для упражнений яркий набивной мешочек, массажный мячик, укороченную гимнастическую палку. Яркие коврики выступают своеобразным «домиком» для ребенка. Здесь очень понятны границы перемещений. С этой же целью я использую большие мячи «Хопы». Отдельно отмечу, что для детей с ОВЗ целесообразно заменить фитболы на эти мячи, слегка их «подспустив», таким образом, наличие ручки и снижение упругости снижает риск падений, а выполнение упражнений технически гораздо проще. Ну, а радость от использования ничуть не меньше.

Поскольку дети с ограниченными возможностями здоровья имеют недостатки в развитии общей моторики, для них наиболее актуальны выполнения упражнений в разных исходных положениях, особенно лежа на спине и на животе. Порой инструктору по физической культуре только в этих исходных положениях удается добиться правильной осанки и аккуратно дать нагрузку на нужные группы мышц (что обусловлено спецификой нарушения).

Также удобно, если группа по составу небольшая, для общеразвивающих упражнений использовать парашют, применяя его как коврик, где у каждого ребенка цветом сектора определено место выполнения задания.

Упражнения должны быть простыми по содержанию, структурно несложными. Для детей с более сложными нарушениями или если только начинаем работать большинство упражнений выполняются в лицевой плоскости, одновременно и односторонне (сразу поднимают вверх или вытягивают вперед обе руки или, лежа на спине, поднимают обе ноги).

3. Взаимодействие педагогов на физкультурном занятии.

Еще одной важной особенностью коррекционно-развивающей работы по физическому развитию с детьми с ОВЗ является тесное взаимодействие инструктора и специалистов: педагога-дефектолога, учителя-логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, медицинского работника.

С целью повышения эффективности коррекционно-развивающей работы в условиях ДОУ в нашем учреждении выстроилась модель сотрудничества педагогов-специалистов и инструктора по физической культуре. В рамках работы психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПК) в начале учебного года все специалисты знакомятся с заключениями территориальной ПМПК, определяют образовательные потребности каждого ребенка согласно нарушению развития, продумывают специальные образовательные условия для каждого из детей, при необходимости составляют индивидуальные маршруты развития и образования.

Определив эффективную тактику сопровождения детей с ОВЗ, начинают образовательную деятельность в плотном взаимодействии. В начале учебного года у нас очень часто можно увидеть учителя-дефектолога или педагога психолога в образовательной деятельности по физическому воспитанию.

Для детей с ОВЗ каждый год — как новый год, после продолжительного, а порой и после непродолжительного отпуска, педагогам приходится начинать сначала весь путь по формированию алгоритмов. (как заходить в зал, где останавливаются, как перемещаться, как брать предмет и т. д.). Конечно, не для всех, но всегда есть несколько самых особенных детей, которым нужно самое особенное педагогическое внимание. В таком случае воспитатель группы, специалист, а порой и младший воспитатель тоже (если группа вновь набранных детей проходит период адаптации) выполняют роль тьютора, обеспечивая образовательные условия для каждого конкретного ребенка. В таком случае педагог обеспечивает индивидуальное сопровождение особого ребенка. Продолжительность совместного со

специалистами проведения образовательной деятельности по физкультуре, зависит от того, насколько быстро адаптируются вновь прибывшие дети к условиям детского сада. По мере формирования алгоритма поведения в зале, присутствие специалистов в образовательной деятельности минимизируется, а затем исключается. И тогда воспитатель группы становится вторыми руками инструктора по физической культуре. От его уровня включенности зависит и качество обучения и коррекции, а также безопасность образовательной деятельности. Кроме того, что воспитатель осуществляет страховку на ОВД, помогает принять детям правильные исходные положения во время выполнения ОРУ, обеспечивает безопасность во время образовательной деятельности, вместе с инструктором по физической культуре он предвидит и блокирует нежелательные действия ребенка (как правило педагоги, работающие с особыми детьми по внешним, совсем незаметным проявлениям, улавливают изменения в настроении ребенка).

4. Индивидуальная работа с детьми ОВЗ.

Индивидуально-коррекционная работа инструктора с детьми направлена на восстановление, замещение и компенсацию нарушенных функций, развитие самостоятельного и качественного выполнения двигательных действий, подготовка к социальной интеграции. Индивидуальная работа позволяет максимально скорректировать основные двигательные навыки воспитанников, с учетом характера заболевания, развивать основные физические качества.

В индивидуальной работе с детьми с ОВЗ обязательно отводится место дыхательным упражнениям выносятся в индивидуальную работу ввиду того что дети с ОВЗ, имея поверхностное, неритмичное дыхание, не умеют произвольно управлять актом дыхания и правильно согласовывать его с движениями. Без специальных подготовительных упражнений, направленных на обучение дыханию, воспитанники с ОВЗ не научатся правильно дышать, их дыхание будет неглубоким, неустойчивым и даже незначительная мышечная нагрузка будет его изменять. Детей следует прежде всего научить вдоху и выдоху, а затем включать в элементарные движения, напоминая постоянно, как нужно производить вдох и выдох.

Обучая правильному дыханию в покое и в процессе выполнения элементарных упражнений, инструктор по физкультуре может помочь логопеду в постановке звуков. В индивидуальной работе хорошо прорабатываются упражнения для укрепления ослабленных мышц рук, выработки дифференцировки и точности движений конечностей и в особенности пальцев рук. Дошкольнику с ОВЗ недостаточно скорректировать

элементарное движение. Необходимо помочь ему включить это движение в сложные действия, выработать соответствующие навыки. Общеразвивающие и корректирующие упражнения имеют большое значение не только для укрепления мышц тела и разностороннего физического развития. Они воздействуют на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Выполняя упражнения для рук, ног, туловища, дети учатся управлять своими движениями, производить их ловко, координированно, с заданной амплитудой в определенном направлении, темпе, ритме.

В индивидуальной работе особое внимание уделяется формированию осанки, т. к. умение правильно держать свое тело имеет большое оздоровительное значение, при этом создаются оптимальные условия для деятельности внутренних органов и лучшие условия для их работы.