

## Аннотация

В данной статье рассмотрены особенности детей с ОВЗ. В статье решаются проблемы обеспечения сохранения здоровья детей с ОВЗ посредством применения здоровьесберегающих технологий. В статье раскрывается роль педагога физического воспитания в правильной организации образовательного процесса для детей с ОВЗ и приобщения их к здоровому образу жизни в рамках занятий по физической культуре.

*В данной статье рассмотрены особенности детей с ОВЗ. В статье решаются проблемы обеспечения сохранения здоровья детей с ОВЗ посредством применения здоровьесберегающих технологий. В статье раскрывается роль педагога физического воспитания в правильной организации образовательного процесса для детей с ОВЗ и приобщения их к здоровому образу жизни в рамках занятий по физической культуре.*

**Ключевые слова:** физическая культура в детском саду, здоровьесберегающие технологии, организация занятий физической культурой в дошкольных учреждениях для детей с ОВЗ.

Для освоения образовательной программы физического воспитания в рамках детского сада детям с ОВЗ необходимо создавать специальные условия обучения. В последнее время вопрос о значимости здоровьесберегающих технологий является одним из наиболее обсуждаемых в педагогике, так как сохранение здоровья имеет приоритетное значение в процессе жизнедеятельности каждого человека. Данное утверждение подтверждается нормами действующего федерального государственного образовательного стандарта о дошкольном образовании.

В качестве одной из приоритетных задач инструктора по физическому воспитанию, является такая организация и методика проведения образовательного процесса для детей с ОВЗ, при которой происходит дальнейшее развитие, вследствие чего удастся укрепить здоровье ребенка.

Формирование культуры здоровья и приобщение к здоровому образу жизни происходит в дошкольном возрасте. В организации занятий по физической культуре для детей с ОВЗ требуется систематическая работа инструктора совместно воспитателем и другими работниками дошкольного образовательного учреждения, направленная на сохранение и укрепление здоровья этих детей. Чтобы обеспечить в рамках дошкольного образовательного учреждения достижение оптимального уровня использования интеллектуального и творческого

потенциала каждого ребенка необходимо создание психологической, нравственной атмосферы, в которой дети с ОВЗ не будут испытывать дискомфорта в виду своих особенностей. Таким образом, детям с ограниченными возможностями здоровья дается возможность наравне со всеми реализовать право на образование и, будучи включенным в полноценную социальную общественную жизнь среди ровесников, обрести право на обычное полноценное детство.

Здоровьесберегающие технологии, используемые педагогическим коллективом детского сада, тесно перекликаются с целями и задачами каждого занятия по физической культуре, и в виде коррекционной работы применяются к ребенку индивидуально с учетом особенностей его развития.

Для обеспечения развития и участия в образовательном процессе детей с ОВЗ ключевым фактором, влияющих на эффективность коррекционно-развивающего процесса, является слаженная работа всех участников данного процесса — воспитателя, логопеда, педагога-психолога, музыкального руководителя, инструктора по физической культуре и родителей ребенка. Целью реализации образовательных программ в дошкольных учреждениях для детей с ОВЗ является создание условий для сохранения, укрепления здоровья каждого особенного ребенка, посредством применения здоровьесберегающих технологий.

Обозначим главные задачи применения здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с особенностями развития здоровья:

- а) Повышение умственной и физической работоспособности ребенка;
- б) Укрепление дыхательной системы;
- в) Совершенствование общей и мелкой моторики;
- г) Снятие психического и нервного напряжения;
- д) Стимулирование речевых зон коры головного мозга;
- е) Профилактика нарушений зрения.

Таким образом, здоровьесберегающие технологии интегрируют все направления работы коллектива педагогов на сохранение, формирование и укрепление здоровья детей с особенностями развития. В этой связи здоровьесберегающие технологии имеют наибольшее

значение среди всех образовательных технологий по важности влияния на здоровье детей.

В современных дошкольных учреждениях в работе с воспитанниками с ОВЗ в основном применяются следующие здоровьесберегающие технологии.

1. Сохранение и стимулирование развития здоровья;
2. Обучения здоровому образу жизни;
3. Коррекционные технологии.

В рамках этих трех направлений реализуется комплекс различных приемов и методов, направленных на сохранение здоровья детей.

Подвижные и спортивные игры являются важнейшим ежедневным занятием с детьми с ОВЗ. Предусмотренные планированием игры проводятся на утренних и вечерних прогулках в соответствии со временем года. Игры способствуют не только развитию игровых навыков ребенка, но и служат формированию здоровья детей.

Динамические паузы — использование физкультминуток во время проведения организованной образовательной деятельности способствует снижению утомляемости у детей, а также активизируется мышление и повышается умственная работоспособность.

Расслабляющие упражнения (релаксация) — коррекционный приём, направленный на снятие мышечного и эмоционального напряжения у детей. Умение расслабляться и регулировать мышечный тонус помогает детям с синдромом гиперреактивности, неврозами, высокой тревожностью, заиканием.

Артикуляционная гимнастика — комплекс специально подобранных упражнений для подвижности речевых органов с целью тренировки их мышц. Выполнение артикуляционной гимнастики развивает силу и координацию, переключаемость артикуляционных движений, что способствует не только формированию звукопроизношения, но и улучшению общего звучания речи, её темпа, ритма, разборчивости.

Дыхательная гимнастика — комплекс упражнений, направленный на развитие физиологического и речевого дыхания. Дыхательная гимнастика способствует насыщению кислородом коры головного мозга и улучшению работы всех центров, а также профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы.

Гимнастика для глаз — комплекс упражнений, направленный на тренировку глазных мышц и сохранение зрения детей. Детям с патологией зрения противопоказаны упражнения, связанные с длительным и резким наклоном головы.

Пальчиковая гимнастика — комплекс упражнений, способствующий формированию произвольных, координированных движений пальцев рук. Ежедневная систематическая пальчиковая гимнастика способствует улучшению работы различных центров коры головного мозга.

Игры на координацию речи с движением — игровая деятельность, направленная на развитие общей моторики детей. Двигательная активность улучшает работоспособность, эмоциональное состояние детей, активизирует внимание, память, мышление.

Занятия по физической культуре организуются в детских садах в соответствии с программными требованиями. В дошкольном образовательном учреждении они осуществляются в следующих формах: физкультурное занятие, утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, специально организованная физкультурная деятельность на прогулке, самостоятельная физкультурная деятельность.

Во время утренней гимнастики повышается эмоциональный тонус, который является результатом мышечной радости от движений в коллективе сверстников. Снимается напряжение от пробуждения после ночного сна, дисциплинируется поведение, происходит коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата, развитие органов дыхания. Утренняя гимнастика проводится перед завтраком.

Гимнастика пробуждения проводится после дневного сна для запуска всех жизненно важных процессов организма. Является хорошим стимулом для поднятия настроения, бодрости, для профилактики нарушений осанки и плоскостопия. Проводится ежедневно, состоит из упражнений в кровати, «дорожки здоровья», закаливающих мероприятий.

Самомассаж — это дозированное механическое раздражение тела человека, выполняемое с помощью специального оборудования: массажные мячики, деревянные массажеры. самомассаж стимулирует обменные процессы в мышечной ткани, усиливает кровообращение в мышцах, улучшает питание тканей, снабжая их кислородом.

Подводя итоги, можно отметить, что использование в работе совокупности приёмов и методов по здоровьесбережению детей с ограниченными возможностями по наблюдению специалистов, позволяет снизить уровень заболеваемости среди этой группы детей, повысить их работоспособность, выносливость, а также увеличить уровень социальной адаптации.

Все здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение здоровья, заложенного природой, поддержание позитивного эмоционального состояния детей. Вся работа направленная на оздоровление детей способствует нормальному физическому развитию, для увеличения результативности и эффективности данного процесса важно обеспечить сотрудничество с родителями воспитанников, имеющих ограниченные возможности здоровья. Обеспечить эффективное взаимодействие с родителями сегодня можно с помощью интернет ресурсов: сайт детского сада, где целесообразно разместить видеоматериалы, консультации, мастер-классы, практикумы по применению здоровьесберегающих технологий, которые легко можно использовать в домашних условиях.

Применение воспитателями и инструкторами по физическому воспитанию здоровьесберегающих педагогических технологий в работе с детьми с ОВЗ, повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогического коллектива и родителей необходимые ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.