

## **Особенности занятий физической культурой с детьми с ОВЗ в детском саду.**

Основной целью проведения физкультурных занятий с детьми с ОВЗ является формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Специфика работы с детьми с ОВЗ состоит в снижении уровня возрастных требований к физическим упражнениям, кратковременности выполнения каждого отдельного движения по сравнению с нормально развивающимися детьми.

В каждое занятие включается специальная работа по коррекции функции равновесия, укреплению мышц, формирующих правильную осанку, и мышц свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), развитию дыхательной мускулатуры и нормализации двигательной активности.

На начальных этапах обучения целесообразно проводить с детьми бессюжетные подвижные игры, так как у них еще не сформированы основные движения, малый двигательный опыт, не умеют ориентироваться в пространстве помещения и не могут понять правила и условия сюжетной игры. Бессюжетные подвижные игры способствуют повышению эмоционального тонуса и учат детей ориентироваться в условиях подвижных игр.

В старшем дошкольном возрасте дети могут овладеть подвижными играми с правилами, но с элементами соревнования, так как многие дети начинают осознавать моторную неловкость и это вызывает отрицательное эмоциональное отношение к подвижным играм. При обучении детей физическим упражнениям применяются словесные, наглядные и практические методы.

В содержание работы с детьми ОВЗ входят:

- Уменьшение физической нагрузки в процессе занятий;
- Адаптирование сложных для выполнения упражнений на более легкие;
- Исключение некоторых видов упражнений по медицинским показаниям;

- Формирование правильного отношения к физической культуре, к себе и к своему здоровью;
- Наблюдение за состоянием ребенка во время занятий инструктором, медицинской сестрой, воспитателем группы;
- Мотивация на улучшение результатов (похвала);
- Релаксация во время занятия;
- Оказание помощи ребенку при выполнении упражнений;
- Предоставление дополнительного времени для выполнения заданий.

Практика показала, что на физкультурных занятиях при правильной организации, можно реализовать целый комплекс задач, не лишая детей двигательной нагрузки

- закреплять представления детей об окружающем мире;
- обогащать словарь ребёнка;
- классифицировать предметы по форме, цвету, величине. и др.;
- закреплять количество и счёт;
- ориентировку в пространстве.

Исправление нарушений физического развития, моторики и расширение двигательных возможностей таких детей, являются главным условием подготовки его к жизни. У большинства детей с ОВЗ 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 ФК.

Тесное взаимодействие инструктора, воспитателя, логопеда и медицинского персонала – это главный принцип работы с детьми ОВЗ.

1. Коррекционное направление адаптивной физической культуры с проблемными детьми обеспечивает физическое, познавательное, коммуникативное, речевое развитие детей.

2. Обучение детей с нарушениями в развитии по адаптивной физической культуры – это эффективный путь к успешной интеграции детей с ОВЗ.

3. Дети с ограниченными возможностями здоровья испытывают дефицит двигательной и эмоциональной активности, поэтому на занятиях физкультурой необходимо большое разнообразие двигательной деятельности.

Формы работы на занятиях достаточно разнообразны: систематические, индивидуальные, соревновательными и игровыми. Одни формы организуются педагогом физической культуры самостоятельно, другие после обсуждения и рекомендаций других специалистов. На занятиях присутствуют воспитатели, участвующие в процессе занятия. Это дает возможность более эффективного включения некоторых воспитанников в процесс обучения. При работе с данной группой детей необходимо использовать наглядно-действенные способы работы для объяснения того или иного упражнения, так как обращенная речь доступна не для всех детей. На занятиях физической культуры в детском саду действия инструктора физической культуры и воспитателя должны быть слажены. При ознакомлении детей с новыми упражнениями инструктор по физической культуре показывает, как правильно выполнять упражнение, а воспитатель следит за правильностью выполнения задания и при необходимости помогает ребенку действием – направляет, поддерживает или исправляет неверно выполненное движение. Функция воспитателя - оказание индивидуальной помощи ребенку, который в ней нуждается.

Большое значение имеет физкультурно-оздоровительная работа с детьми ОВЗ. Упражнения на дыхание, закаливание, массаж, ходьба по корригирующим дорожкам оказывают стимулирующее воздействие на физиологические системы детей. Оказывая благоприятное воздействие на психологическое и физическое состояние, как здоровых детей, так и детей с ОВЗ. Эта работа должна вестись не только во время физкультурного занятия,

но и в продолжительности всего дня (утренняя гимнастика, динамические паузы, подвижные игры на прогулке, гимнастика после дневного сна, физкультминутки).

Необходимо уделять большое внимание режиму двигательной активности детей с ОВЗ. Потому что утомление у таких детей может произойти раньше, чем у здоровых ребят. При наличии признаков утомления (значительное покраснение кожи, напряженное выражение лица, выраженное потоотделение, дыхание резкое и поверхностное) нагрузку следует уменьшить. Заключительная часть занятия должна закончиться упражнениями на расслабление или элементами аутотренинга, чтобы успокоить детей. Занятия физкультурой для детей с ограниченными возможностями здоровья является одной из эффективных форм их социализации, а также коррекции нарушений их развития.