

## Важность физической культуры в детском саду

### для обычных детей и детей с ОВЗ

*(консультация для воспитателей)*

Именно физкультура является для большинства детей возможностью в будущем стать полноценными членами общества. Если правильно заниматься с малышом дошкольного возраста физическими упражнениями с понятной им проблемой, он будет учиться взаимодействовать с ровесниками, стремясь к первым достижениям и развитию.

Что касается детей с ОВЗ (Ограниченные Возможности Здоровья), для них существует индивидуальный подход, учитывающий следующие особенности:

- **Коррекционно-компенсаторная работа.** Подразумевает подбор упражнений, учитывающий основные и возможные сопутствующие недуги. В этом случае принято использовать комплексный подход, способствующий развитию физических способностей;
- **Профилактические меры.** Эта часть относится к наиболее важным, так как позволяет повышать тонус жизненных сил, а также здоровья, улучшать общее самочувствие и укреплять иммунитет;
- **Психология.** Нередко основной причиной поведения дитя асоциального характера является неуверенность в себе и в собственных силах. В результате малыш не понимает своей роли в обществе и не умеет взаимодействовать с ровесниками. Поэтому комплексный подход призван помочь ребёнку преодолеть подобные проблемы;
- физкультура с детьми с ОВЗ в ДОУ также включает в себя **образовательное воспитание.** Это значит, что все дети с подобными проблемами должны обучаться спортивной культуре, а также правилам соревнований, что поможет им получить навыки работы с другими детьми в команде и впоследствии сделать спорт неотъемлемой частью своей жизни.

Обратите внимание! К основным упражнениям для детей с ОВЗ относятся такие занятия, которые направлены на приобретение важнейших бытовых навыков, сюда включены мелкая моторика рук, микро ориентировки, а также движение ног. Все эти упражнения всегда основываются на положениях о физических и психологических особенностях малыша, а также специальных методических принципах работы с каждым из них.

## **Дети с нарушением речи**

Одним из симптомов речевых нарушений является двигательная недостаточность. Это приводит к затруднению в овладении ребенком предметным миром. У многих детей с нарушением речи недостаточно развития крупная моторика. Это проявляется в виде плохой координации частей тела при выполнении сложных двигательных действий, в их недостаточной точности и четкости.

Так же возникает затруднения при выполнении физических упражнений, как по наглядному методу, так и по словесному. Несовершенство мелкой моторики и кистей у детей с нарушением речи обнаруживается в плохой сформированности навыков самообслуживания. Особенно это заметно в дошкольном возрасте и в начальной школе.

## **Дети с задержкой психического развития**

У детей с задержкой психического развития, не наблюдается тяжелых двигательных отставаний. Но все же присутствует отставание в физическом развитии, несформированность техники выполнения мелкой моторики рук, соответственно, у таких детей недостаточное формирование навыков самообслуживания. У таких детей нарушена концентрация внимания, избыточная, порой патологическая, активность, примитивная игровая деятельность.

## **Дети с нарушением интеллекта (У. О)**

Что касается детей с нарушением интеллекта. У них недостаточная психологическая организация движений, особенно выражена недостаточность во второсигнальной организации движений. Слово не несет смысловой нагрузки, не является регулятором двигательной деятельности.

Так же, нарушена регуляция мышечного тонуса с повышением или понижением тонических рефлексов, приводящих к застаиванию в неудобной позе и невозможности удержать конечность в определенном положении, в бедности выразительных, пластических движений при перемещениях в пространстве.

## Как мы можем помочь детям с ОВЗ?

Одним из средств, улучшающих психическое и физическое состояние детей, является адаптивная физическая культура. Это форма физического воспитания предназначенная для лиц с ОВЗ, для инвалидов всех возрастов. Сюда входят – занятия по физическому воспитанию, ритмике, уроки по физической культуре.

Регулярные занятия для таких детей являются необходимыми. Посредством адаптивной физической культуры можно значительно улучшить психическое и физическое состояние учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, и главное, приобщить их к посильным для себя физическим упражнениям и умению управлять своим психофизиологическим состоянием.

Работа с детьми с ОВЗ направлена на коррекционно-компенсаторную сторону в том числе и на процесс физического воспитания. Школьники с ОВЗ нуждаются в повышении двигательной активности.

При организации занятий по физической культуре для учащихся с ОВЗ, следует исходить из возможностей ребенка – задания должны быть умеренной трудности, но быть доступным, для обеспечения переживания успеха на фоне определенной затраты усилий. Затем задания следует усложнять пропорционально в соответствии возрастающими возможностями ребенка.

Помимо физического развития и активности детям с ОВЗ важно получить навыки поведения в социуме.

Одним из аспектов работы по формированию социальных представлений у школьников, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, выделяется обучение их безопасной жизнедеятельности. Большое внимание необходимо уделять знаниям правил дорожного движения, пожарной, экологической, правовой, духовно-нравственной безопасности, навыкам поведения и реагирования в потенциально опасных, экстремальных ситуациях, в процессе различного рода общения и взаимодействия в социуме.

Особенно эффективным в работе с детьми с ОВЗ является метод имитационно-ролевых игр для проверки знаний алгоритмов действий в чрезвычайных или экстремальных ситуациях того или иного характера.

Имитационно-ролевая игра - это особый способ построения моделей, допускающий одновременное многостороннее взаимодействие соревнующихся и сотрудничающих игроков.

Участвуя в игре (воспитанники и с ОВЗ и с нормой вместе) ненавязчиво усваивают теоретические, методические и практические знания, легче запоминают значительные объёмы информации.

Условия игры имитируют конкретную ситуацию. В сценарии игры подробно описываются правила для ее участников, дающие им возможность принимать решения с высокой степенью безопасности.

На первом этапе в развернутых и точных формулировках раскрывается тема игры.

На втором формулируется ее цель и конкретные учебные задачи.

На третьем дается характеристика исходной обстановки игрового комплекса, определяющая район игры, её условия, используемый наглядный материал, характер размещения участников в аудитории, временные границы проведения.

При подведении итогов игры важно не только дать общую оценку действиям участников и каждого в отдельности, но и подробно по шагам разобрать весь её ход, акцентируя внимание, как на удачных, так и на неудачных решениях.

При этом желательно оценивать и общую манеру поведения участников игры: интерес, взаимопомощь, эгоизм, нестандартность мышления, дисциплину, быстроту реакции и т. п.

Как результат – повышается интерес учащихся к конкретным вопросам изучения раздела, развивается чувство товарищества и ответственности за свою безопасность и безопасность окружающих.