Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение

 «Детский сад № 43 «Сказка»

**Консультация для педагогов**

**Особенности физического воспитания детей с особыми образовательными потребностями**

 Автор: воспитатель

 Карсакова Ирина Викторовна

2024

Важной целью физического воспитания ребенка выступает сохранение его здоровья. Дети с особыми образовательными потребностями часто соматически ослаблены, физически невыносливы, быстро утомляются. Наибольшие затруднения у дошкольников вызывают выполнение физических упражнений различной координационной сложности, связанных с ориентировкой в пространстве, точностью движений, функцией равновесия; страдает техника выполнения основных движений.

Как мы можем помочь таким детям? Одним из средств улучшающих психическое и физическое состояние детей, является физическая культура.

Физическое воспитание в современном дошкольном учреждении должно опираться на создание предпосылок для интегративного развития средствами физической культуры интеллектуальных способностей.

Планируя работу, нужно четко представлять реальность физических возможностей каждого ребенка. Прежде, чем приступить к физическим занятиям, от педагога требуются знания о сопутствующих заболеваниях, медицинских показаний и противопоказаний к тем или иным видам физических упражнений. Если есть противопоказания, то комплекс упражнений заменяется, который учитывает особенности заболевания детей.

Данные знания необходимы педагогу для того, чтобы не навредить здоровью, а также выявить потенциальные возможности ребенка, определить оптимальный путь развития и коррекции. При нарушении осанки, плоскостопии использовать специальные упражнения.

Для более эффективной работы в данном направлении педагогу необходимо постоянно взаимодействовать с другими специалистами образовательного учреждения, а именно с психологом (релаксирующие игры, самомассаж-расслабление), с логопедом (разучивание слов для речевых игр на физкультурных занятиях, речевок), медицинским работником (заполнение индивидуальных карт ребенка в соответствии с группой здоровья).

Основными задачами физкультурно-оздоровительной работы являются

1.Корекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоз, плоскостопия)

2.Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, точности движений, выносливости)

3.Развитие речи посредством движения

4. Воспитывать чувства уверенности в своих силах и возможностях.

Организация физического воспитания детей с особыми образовательными потребностями в условиях дошкольного образовательного учреждения применяется на основе комплекса средств адаптивной физической культуры.

Организация адаптивной физкультурно-оздоровительной работы, должна включать в себя занятия физической культурой, релаксирующие упражнения, лечебную физкультуру, а также интеграцию двигательной, игровой и познавательной деятельности на физкультурных занятиях.

Форма построения занятия чрезвычайно важна, ведь занимающиеся - дети, и чтобы добиться ощутимого эффекта, нужно сделать так, чтобы им нравилось выполнять упражнения, было весело и интересно. Поэтому самыми результативными являются занятия в игровой форме. Именно в игре легче реанимировать или освоить двигательные функции, научиться общаться и дружить, да еще и приобрести хорошее настроение.

Проводить физкультурные занятия нужно в специальном помещении, оснащенном необходимыми приспособлениями и красочным инвентарем: яркими игрушками, мячиками и горками. Нужно следить за тем, чтобы на виду у ребенка были только те предметы, которые понадобятся для конкретных упражнений, чтобы малыш не отвлекался.

Важно чередовать умственные и практические задания, чтобы избежать переутомления у юных физкультурников, не забывая поощрять их за малейшие успехи.

Система  занятий по адаптивной физической культуре лежит в основе организации всей жизни детей в дошкольном учреждении. В режиме должны быть предусмотрены   технологии сохранения и стимулирования здоровья, а так же технологии обучения здоровому образу жизни и  нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с особыми образовательными потребностями. К ним относятся:

*Утренняя гимнастика с элементами кинезиологических упражнений.* Цель проведения: помочь ребенку гармонично развиваться, расти крепким и здоровым с помощью различных здоровьесберегающих технологий.

*Комплексы упражнений для профилактики плоскостопия и коррекции осанки.* Цель проведения: развитие силовой выносливости спины, совершенствование координации движений, умение держать правильную осанку, исправление дефектов осанки.

*Ритмопластика.* Цель проведения: воспитание у детей любви и интереса к занятиям ритмикой, потребности движения под музыку.

*Динамические паузы.* Цель проведения: учить моделировать свое эмоциональное состояние, совершенствовать внимание, память, внутреннюю собранность.

*Подвижные игры.* Цель проведения: укреплять здоровье  детей, способствовать их правильному физическому развитию, содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями и совершенствованию в них.

 *Дыхательная гимнастика.* Цель проведения: дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма, умение управлять дыханием способствует умению управлять собой.

*Гимнастика корригирующая.* Цель проведения: способствовать коррекции имеющихся недостатков в физическом развитии. Воспитывать бережное отношение к своему телу. Дать заряд бодрости на весь день.

*Бодрящая гимнастика после дневного сна.* Цель проведения: поднять настроение и  мышечный  тонус  детей с помощью физических упражнений, устранить сонливость и вялость, помочь организму «проснуться»

*Самомассаж и  массаж.* Цель проведения: повышение сопротивляемости детского организма простудным заболеваниям, создания чувства радости и хорошего настроения.

*Релаксация.* Цель проведения: умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение.

*Прогулки на свежем воздухе в любое время года.* Цель проведения:оказывать закаливающее воздействие на организм в естественных условиях.

Все  оздоровительные мероприятия  должны быть направлены на сохранение  имеющегося потенциала здоровья и на своевременную коррекцию возникающих отклонений.

Немаловажной проблемой является формирование мотивации детей к занятиям физической культуры. Эта проблема имеет особую актуальность. От того насколько развита мотивация к занятиям, во многом зависит эффективность обучения, уровень достигнутых результатов, а значит и их развитие в целом. Успешность решения этого вопроса во многом зависит от того, как организована работа педагога и детей на занятиях, от используемых методов и средств. Главная задача, вызвать интерес у детей к занятиям физической культурой.

Лучшее средство для этого - это подвижные речевые игры. Подвижные игры - одно из самых любимых занятий дошкольников. Являются составной частью физкультурных занятий. Эти игры дают возможность отработать с ребенком наиболее простые движения (ходьба, бег, прыжки). Таким образом, дети без принуждения учатся ходить бегать прыгать.

Поэтому, выстроенная работа по физическому развитию детей с особыми образовательными потребностями в детском саду способствует укреплению их здоровья и физическому развитию, закрепляет успехи ребенка, достигнутые в коррекционно-развивающей работе.

Специалисты ДОО не должны пропустить ни одну грань развития ребенка с особыми образовательными потребностями.  Специалистам необходимо вовлекать воспитанника в образовательную деятельность всеми средствами физической культуры.

Действительно, чтобы ребенку с особыми образовательными потребностями приспособиться к условиям окружающей среды, ему нужны физические силы (выносливость, ловкость, гибкость). В целом, можно говорить о том, что адаптивная физкультура - это одна из возможностей приобрести эти силы, укрепить здоровье детей. Поэтому занятия по адаптивной физической культуре, имеют главенствующее значение в развитии детей с особыми образовательными потребностями.

В заключении, хочется отметить, что всегда надо помнить, о том, что укреплению здоровья детей способствует движение. Именно движение активизирует функции всего организма, усиливает процессы дыхания, кровообращения, улучшает аппетит, нормализует сон.

Поэтому можно говорить о том, что адаптивная физическая культура является неотьемлемой частью воспитания и обучения детей с особыми образовательными потребностями, способствуя их всестороннему развитию.