

**ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**FEATURES OF PHYSICAL EDUCATION FOR
PRESCHOOL CHILDREN WITH LIMITED HEALTH
OPPORTUNITIES**

*Т. Н. Осинина / T. Osinina,
Д. А. Ерохина / D. Erokhina*

*Государственный гуманитарно-технологический университет,
Орехово-Зуево, Российская Федерация*

В статье рассматривается понятие физического воспитания и особенности его организации у воспитанников с ограниченными возможностями здоровья. Дается определение адаптивной физической культуры, рассматриваются цели и задачи адаптивного физического воспитания. Описываются особенности физкультурных занятий для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья.

The article discusses the concept of physical education and the features of its organization for pupils with disabilities. A definition of adaptive physical education is given, the goals and objectives of adaptive physical education are considered. The features of physical education classes for preschool children with disabilities are described.

Ключевые слова: физическое воспитание; дошкольный возраст; ограниченные возможности здоровья; адаптивная физическая культура; адаптивное физическое воспитание.

Keywords: physical education; preschool age; disabilities; adaptive physical culture; adaptive physical education.

Физическое воспитание – это направление воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями, формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях и ценности жизни и здоровья. Его цель – оптимизация физического развития личности и ее всестороннее совершенствование.

Дошкольный возраст – фундамент для основ физического развития. Именно в этот период необходимо правильно организовывать физическое воспитание: закладывать основы здоровья, двигательную активность и гармоничное физическое развитие, что неоднократно подчеркивается в работах Ю. С. Герасимовой, Л. А. Добрыниной, М. В. Кузьменко, А. В. Матвеевой, Е. Я. Михайловой, Е. А. Сальниковой, И. И. Таран и др.

Из-за особенностей здоровья не все дети могут реализовать себя в полной мере, что обуславливает разработку обновленных подходов к организации образовательного процесса. Опираясь на Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», обучающийся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) – «...физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий...» [4].

Для реализации в образовательных организациях физического воспитания детей с ОВЗ разрабатывают адаптированные образовательные программы. Физическое воспитание организуется через адаптивную физическую культуру. Адаптивная физическая культура включает в себя комплекс оздоровительных мероприятий, благодаря которым происходит реабилитация и адаптация воспитанников с ограниченными возможностями [3].

Адаптивное физическое воспитание преследует следующие цели: развитие внутренней потребности заниматься спортом; сохранение и укрепление здоровья; обучение работать самостоятельно; улучшение психических процессов, интеллектуального и речевого развития; приспособление в обществе; развитие личности. Адаптивное физическое развитие и воспитание направлено на обучение навыкам самообслуживания, повышение физической и психической устойчивости, формирование привычек здорового образа жизни, обучение навыкам безопасности, формирование значимых личностных характеристик.

Правильная организация адаптивного физического воспитания и развития достигается за счет выполнения основных задач:

1. Образовательных: обучение детей знаниям для осознанного восприятия движений тела и новых навыков; обучение важ-

ным повседневным физическим навыкам; обучение правилам упражнений; научение в понимании своих возможностей.

2. Развивающих: повышение точности и силы двигательной системы; развитие прикладных навыков.
3. Оздоровительных и коррекционных: поддержание и укрепление здоровья, закалка, активация иммунитета, улучшение работы внутренних органов, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, коррекция опорно-двигательного аппарата.
4. Воспитательных: формирование уверенности в себе, ответственности за свое здоровье, развитие упорства, воли и самостоятельности [1].

Особенностью физического воспитания детей с ОВЗ является уменьшение уровня требований к физическим упражнениям и сокращение времени, отведенного на выполнение определенного упражнения и всего занятия в целом, по сравнению с воспитанниками, не имеющими проблем в развитии. Каждое занятие с воспитанниками с ОВЗ должно включать работу по коррекции равновесия, укреплению мышц, по формированию правильной осанки, по нормализации двигательной активности.

В раннем возрасте следует проводить с детьми бессюжетные подвижные игры, которые помогут детям в повышении эмоционального тонуса и научат воспитанников ориентироваться в условиях подвижных игр. В старшем дошкольном возрасте в подвижные игры добавляются правила, но с элементами соревнования, так как многие воспитанники начинают осознавать моторную неловкость и это вызывает отрицательное эмоциональное отношение к подвижным играм.

Содержание физического воспитания для воспитанников с ОВЗ включает в себя следующие особенности: сокращение физической нагрузки во время занятий; адаптация сложных упражнений до более легких; отбор упражнений, исходя из медицинских показателей воспитанников; наблюдение за состоянием воспитанников медицинским работником; оказание помощи ребенку во время выполнения упражнений; увеличение времени для выполнения заданий.

Специфической особенностью в физическом воспитании дошкольников с ОВЗ является его коррекционно-компенсаторная

сторона. Воспитанники нуждаются в повышенной двигательной активности. Двигательную активность нужно стараться применять также и при развитии умственных способностей. Необходимо искать наиболее активные методы и формы обучения и воспитания [2].

Особенности организации физического воспитания дошкольников обусловлены спецификой нарушений здоровья ребенка. У умственно отсталых детей физическое воспитание рассматривается как решающий фактор повышения двигательных возможностей, исправления нарушений моторики и физического развития, формирования двигательных умений и навыков и как результат всего этого – развитие личностных качеств и познавательной деятельности ребенка.

Важнейшей задачей физического воспитания детей с нарушением зрения является коррекция двигательных недостатков, возникших в результате такого нарушения. Это достигается путем организации коррекционно-направленных физкультурных занятий, предусматривающих развитие пространственно-ориентировочной деятельности, двигательной сферы, способности ощущать и оценивать быстроту движений, их амплитуду, степень напряжения и расслабления мышц.

У детей с нарушением слуха коррекция отклонений в моторном развитии предполагает тренировку функции равновесия, формирование правильной осанки, коррекцию и профилактику плоскостопия, развитие дыхания, координации движений. Одной из важных коррекционных задач физического воспитания глухих и слабослышащих детей является развитие их ориентировки в пространстве.

Для детей с расстройством аутистического спектра занятия по физической культуре необходимо начинать с того, что ребенку лучше знакомо, что он уже умеет, в той или иной степени. Новый материал необходимо вводить постепенно, чтобы не привести к агрессии со стороны ребенка или же отказу от занятий. Для проведения занятий по физической культуре очень важно учитывать индивидуальные особенности ребенка, уровень его развития и интересы [5].

Для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата особое значение имеет ранняя стимуляция развития основных двигательных навыков. В связи с этим физическое воспитание детей

с двигательными нарушениями должно начинаться с первых месяцев жизни. В системе физического воспитания детей с нарушениями речи большое значение придается моторному развитию.

Список использованных источников

1. Бегидов, Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры / Т. П. Бегидова. – М.: Юрайт, 2019. – 192 с.
2. Вандакурова, О. В. Особенности коррекционной работы по физической культуре с детьми ОВЗ / О. В. Вандакурова. – Рязань, 2018. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/vandakurova-olesya-viktorovna>. – Дата доступа: 09.10.2023.
3. Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение / Н. Л. Литош. – М.: Юрайт, 2020. – 170 с.
4. Об образовании в Российской Федерации: федеральный закон от 29.12.2012 № 273–ФЗ // Информационно-правовое обеспечение «Гарант». – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/>. – Дата доступа: 09.10.2023.
5. Пагиев, В. Б. Специфика занятий по физической культуре для детей с расстройствами аутистического спектра / В. Б. Пагиев, А. А. Скоробогатова // Мир педагогики и психологии. – 2022. – №02 (67). – Режим доступа :<https://clck.ru/363B5t>. – Дата доступа : 10.10.2023.