**ОПЫТ РАБОТЫ:**

**Повышение двигательной активности детей с ОВЗ**

**посредством подвижных игр.**

**БОБОЕВ РУСЛАН АНОРОВИЧ,**

**инструктор по физической культуре.**

Сегодня одной из актуальных проблем является реализация индивидуального подхода в воспитании и обучении детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) в условиях дошкольного учреждения.

Процесс создания оптимального образовательного пространства, ориентированного на поиск новых способов удовлетворения образовательных потребностей каждого участника процесса.

Этап дошкольного детства - время вхождения ребенка с ОВЗ в первую общественную образовательную систему - дошкольное обучение и воспитание.

В настоящее время часто происходит так называемое стихийное включение детей с отклонениями в развитии в среду здоровых сверстников. Дети с ограниченными возможностями здоровья пребывают в общеобразовательных учреждениях независимо от психического и речевого развития, от структуры дефекта, от психофизических возможностей. Нахождение детей с ОВЗ в одном помещении и в одно и то же время с нормально развивающимися сверстниками способствует сокращению дистанции между данными категориями дошкольников. Однако способность включиться в обычную группу детей характеризует не только возможности самого ребенка с ОВЗ, но и качество работы дошкольного учреждения, наличия в нем адекватных условий для развития воспитанников с особыми потребностями. Поэтому для полноценной функциональной и социальной инклюзии необходима особая организация предметного взаимодействия, межличностных контактов и общения, равноправное партнерство, снятие социальной дистанции.

Так, например, можно наблюдать малую двигательную активность детей с ОВЗ, что ведет к стеснению, смущению, закомплексованности в связи с индивидуальными особенностями организма.

Специфика введения в деятельность детей с ограниченными возможностями здоровья заключается в том, что педагогические воздействия должны быть направлены не только на коррекцию физического, но и психического здоровья. Основными задачами являются коррекция и профилактика осанки, плоскостопия, ходьбы, бега и других естественных движений, активизация вегетативных функций и укрепление мышечного корсета. Именно поэтому игры с данными детьми должны носить коррекционно-развивающую направленность, должны быть эмоционально насыщенны.

Дети с ОВЗ часто закомплексованы и эмоционально, и физически. Только в играх дети раскрепощаются полностью, и только в играх можно достичь наилучших результатов в освоении ими физических навыков и умений, обеспечить естественную потребность в движении. Для разностороннего развития функций организма особую ценность приобретает сочетание разнообразных видов движение. Свободное применение освоенных навыков в разных ситуациях создает больше возможности для проявления дошкольниками активности и творчества.

Через игры легче всего приобщить ребенка к занятиям физической культурой. Воспитание умения правильно ходить, быстро бегать, легко и смело прыгать осуществляется на занятиях с помощью физических упражнений и подвижных игр. Игра ставит ребенка в такое положение, когда его ум работает живо, энергично, чувства напряжены, действия организованы.

Именно игра является лучшим средством воспитания личности ребенка.

Использование в практике подвижных игр в совокупности с целостной системой мер по физическому воспитанию поможет добиться желаемого результата. Главная цель - активизировать все системы организма: кровообращение, дыхание, зрение, слух. Игра должна приносить ребенку положительные эмоции. Активные действия в игре также помогают детям с ОВЗ устранить неуверенность в своих силах, застенчивость, робость. Все это вместе взятое и позволяет говорить об оздоровительном эффекте подвижных игр.

Для ребенка самая большая радость в игре – это удовлетворение естественной потребности в общении, эмоционального контакта с другими детьми, возможность проявления своих чувств. Обстановка доброжелательности, доверия, взаимопомощи, одобрение действий, уважение и признание в группе сверстников, - все это является постоянно действующим стимулом и огромной ценностью подвижной игры, как средства повышения двигательной активности.

Сам процесс игры всегда связан с новыми ощущениями и эмоциями. Игры привлекают детей своим познавательным содержанием, эмоциональной окрашенностью, теплотой отношений, неповторимыми переживаниями. Насколько результативным, в плане физического и психического воспитания оказались подвижные игры, можно судить по поведению детей: старательны, в глазах радость, сосредоточены, активны.

Полезными отмечаю подвижные игры, в которых создается ситуация, усиливающая взаимозависимость друг от друга. Навыки общения, полученные в таких ситуациях, легче всего переносятся на другие виды деятельности, в обычные жизненные условия.

Примеры игр, которые можно использовать в качестве освоения основных навыков движения с учетом некоторых ограниченных возможностей детей:

**«Зоопарк»**

**Цель:**развитие воображения, раскованности в движениях.

Количество игроков**-** 4-20 человек.

**Инструкция.** Все участники по очереди показывают движения, характерные для задуманного ими по условиям игры животного. Остальные пытаются отгадать. Затем участники объединяются в подгруппы по 2-3 человека. Ведущий, указывая на любую подгруппу, дает название животного. Участники, не сговариваясь, вместе изображают одно названное животное. Далее подгруппа также может изобразить какое-либо животное, а другие участники отгадывают – какое.

**«Узнай по голосу»**

**Цель:** развитие слуха и умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков - 5-20 человек.

**Инструкция.**Игра проводится в спортзале или на игровой площадке. Все играющие, взявшись за руки,  образуют круг, водящий стоит в центре. Игроки по сигналу водящего начинают двигаться по кругу вправо (влево), приговаривая:

                                Мы немножко порезвились,

                                По местам все разместились.

                                Ты загадку отгадай,

                                Кто назвал тебя, узнай.

        С последними словами все останавливаются, и игрок, до которого во время движения по кругу водящий дотронулся рукой, называет его по имени изменённым голосом, так, чтобы тот его не узнал. Если водящий узнает игрока, они меняются ролями, если же он ошибся, то продолжает водить.

*Вариант: водящий должен узнать голос своей мамы.*

**Методические указания.**

* Во время игры следует соблюдать полную тишину.
* Водящий с остатком зрения или нормально видящий должны закрыть глаза или надеть повязку.

**«Догоняй мяч»**

**Цель:**развитие внимания, точности и согласованности движений.

        Количество игроков – 10-12 детей.

**Инвентарь:** два озвученных мяча.

**Инструкция.** Игра проводится на игровой площадке. Все играющие образуют круг. Двум играющим, стоящим в кругу через 3-4 игрока друг от друга, выдается по мячу. По сигналу водящего играющие стараются как можно быстрее передавать мячи игроку справа, с тем, чтобы один мяч догнал другой. Когда это произойдет, игра начинается снова.

**Методические указания.**

* Мячи можно только передавать, но не бросать.
* Количество мячей можно увеличивать.
* Передача мяча осуществляется на уровне пояса или груди.

**«Догони колокольчик»**

**Цель:**развитие быстроты, ловкости, умения ориентироваться в пространстве.

        Количество игроков – 10-12 человек.

**Инвентарь:** колокольчик.

**Инструкция.** Площадку для игры следует обозначить осязательными ориентирами. Из числа играющих выбирают две пары водящих. Одному из игроков дают в руки колокольчик. Игрок с колокольчиком убегает от водящих, а те стараются окружить его, сомкнув руки. Это может сделать одна или обе пары водящих.

Игрок с колокольчиком в момент опасности имеет право передать (но не бросить) колокольчик кому-либо из участников игры.

        Пойманный игрок и тот, от которого он перед этим принял колокольчик, заменяют одну из пар водящих. Колокольчик вручают наиболее ловкому игроку, и игра продолжается.

*Вариант (игра для слабовидящих и зрячих):*

*Вместо колокольчика используется колпак на голову. Ловить можно только того, у кого колпак на голове.*

**Методические указания.**

* Пары следует комплектовать так: незрячий – ребенок с остатком зрения; зрячий – незрячий.
* Играющим нельзя выходить за пределы площадки.
* Всем играющим на площадке можно надеть озвученные браслеты (с колокольчиками и т.п.).
* Если водящие пары разомкнут руки, убегающий игрок считается не пойманным.

**«Поймай мяч»**

**Цель:**развитие внимания, памяти, приобретение навыков в бросках и ловле мяча.

Количество играющих может быть любым.

**Инвентарь:** один мяч среднего размера.

**Инструкция.** Играющие располагаются по кругу. Водящий находится в центре. Подбрасывая вверх мяч, он называет имя игрока. Названный игрок должен поймать мяч. Если он поймал его, то возвращается на свое место, если же не поймал, то меняется местом с водящим. Побеждает тот, кто меньше всех бал водящим.

**Методические указания.**

* От количества участников, стоящих в кругу, зависит темп игры.
* Если играющие не знакомы, то до начала игры их нужно представить друг другу: каждый по очереди называет свое имя, а вся группа хором его повторяет.
* Играющие могут свободно передвигаться по кругу.

Дети с различными отклонениями в состоянии здоровья (с патологией зрения, слуха, последствиями детского церебрального паралича, с проблемами интеллекта и др.) имеют разные физические возможности, и эту особенность необходимо учитывать при проведении подвижных игр. Важно, чтобы величина нагрузки была доступной для ребенка и не вызывала у него перенапряжения.

Двигательная активность дошкольника должна быть целенаправленна и соответствовать его опыту, интересам, желаниям, функциональным возможностям организма, что и составляет основу индивидуального подхода к каждому ребенку.

Подвижные игры способствуют снятию закомплексованности ребенка, повышают его интерес к двигательной активности.