**Целью физического воспитания детей с ОВЗ** является созданиецелостной системы педагогическогопроцесса, обеспечивающего создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей и укрепления здоровья, учитывая возрастные и индивидуальные особенности дошкольников с ОВЗ, путём повышения физиологической активности органов и систем детского организма; коррекция двигательных нарушений; разработка и использование таких методов, приёмов и средств, которые способствовали бы функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды, в рамках реализации образовательных областей в соответствии с ФГОС ДО.

**Задачи физического развития и физического воспитания детей с ОВЗ:**

* Формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
* Охранять жизнь и укреплять здоровье детей;
* Формировать правильную осанку и содействовать профилактике плоскостопия;
* Создавать условия и формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
* Развивать у детей движения, двигательные качества, физическую и умственную работоспособность, учитывая возрастные и индивидуальные особенности;
* Тренировать у детей сердечно сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;
* Создавать условия для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
* Осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновение вторичных отклонений в психофизическом развитии ребёнка;
* Учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
* Учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
* Формировать у детей игровые двигательные действия.

**На занятия по физическому развитию решаются как общие, так и коррекционные задачи.**

В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метание, ходьба, бег, лазанье, ползание, прыжки), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физио-логических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В ходе утренней гимнастики в семье и на занятиях в ДОО предлагаем детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание в положении лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег) и подвижные игры.

Работа по развитию ручной и тонкой ручной моторики проводится на специальных занятиях. На начальном этапе обучения большое внимание уделяется общему развитию рук ребенка, формированию навыка хватания, становлению ведущей руки, согласованности действий обеих рук, выделению каждого пальца. В ходе проведения занятий у детей отрабатываются навыки удержания пальцевой позы, переключения с одной позы на другую, одновременного выполнения движений пальцами и кистями обеих рук. Подобные движения выполняются с речевым сопровождением и опорой на зрительные и тактильные образы-представления. Развитие всех видов ручной моторики и зрительно-двигательной координации служит основой для становления типичных видов детской деятельности, является предпосылкой становления устной и письменной речи, а также способствует повышению познавательной активности детей.

**Основные направления коррекционно-педагогической работы**

***Метание*** –один из первых видов двигательной активности ребенка,который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе движений хватание развивается раньше прямостояния. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение от плеча, поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с нарушением интеллекта.

***Построение, перестроения*** направлены на организацию деятельности детей в процессефизического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

***Ходьба*** направлена на развитие основных движений ребенка,формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

***Бег*** способствует совершенствованию основных движений ребенка,позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка. Совместный бег в группе детей закрепляет навыки коллективных действий, способствует появлению эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности. Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

***Прыжки*** направлены на развитие основных движений ребенка,тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки следует вводить постепенно и очень осторожно, поскольку они создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка (физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и 3-образного изгиба позвоночника). Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

***Ползание, лазанье, перелезание*** направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывают положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног, на укрепление внутренних органов и систем. Данное направление работы является одним из важнейших, поскольку представляет высокую коррекционную значимость, как для физического, так и для психического развития ребенка. В связи с тем, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания, одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел.

***Общеразвивающие упражнения*** способствуют развитию интереса кдвижениям, совершенствованию физических показателей и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяют следующие группы движений:

* упражнения без предметов;
* упражнения с предметами;
* упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
* упражнения для развития равновесия.

***Подвижные игры*** закрепляют сформированные умения и навыки,стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, активной совместной деятельности.

В процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

Наиболее эффективна организация подвижных игр на свежем воздухе (при активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья).

**Диагностика и мониторинг результатов физической подготовленности детей с ОВЗ**

В физическом воспитании дошкольников диагностическое тестирование помогает решению ряда сложных педагогических задач, таких, как выявление уровней развития двигательных качеств, оценка уровня владения двигательными навыками, соответствие физического развития ребенка возрастным нормам. На основе результатов тестирования можно сравнить динамику развития движений ребенка; проводить отбор физических упражнений для занятий; осуществлять объективный контроль обучения детей движениям; выявлять преимущества и недостатки применяемых средств, методов обучения и форм организации занятий; составлять наиболее обоснованные планы групповых и индивидуальных занятий.

Для комплексной оценки физического состояния детей необходимы учет и анализ данных физической подготовленности, которая характеризуется степенью сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Диагностику физической подготовленности детей и развития физических качеств детей проводим в соответствии с методическими рекомендациями Тарасовой Т.И.

У детей с ОВЗ в каждой возрастной группе 2 раза в год проводится диагностика развития основных видов движений (в сентябре – на начало учебного года и в мае – на конец учебного года). Тесты на каждой возрастной группе аналогичные на начало и конец учебного года, чтобы можно было оценить динамику развития движений. Анализ результатов позволяет сделать качественный и количественный анализ развития конкретного ребенка, выявить реальный уровень его развития и степень соответствия возрастным нормам, а также определить общегрупповую тенденцию развития детей каждой возрастной категории. Результаты тестирования являются точкой отсчета для прогнозирования особенностей развития детей с ОВЗ и подбора оптимального содержания обучения движениям, средств и приемов адекватного педагогического воздействия.

Результаты мониторинга заносятся в специальные таблицы по возрастным группам.

**Оценка уровня овладения детьми основными видами движений в начале и в конце учебного года производится следующим образом:**

* по каждому из указанных параметров в столбце с фамилией и именем ребенка выставляются полученные им баллы;
* по каждому ребенку подсчитывается итоговый показатель (сумма балов в столбце делится на количество параметров, полученный результат округляется до десятых долей).

Полученный показатель на начало учебного года выявляет трудности в обучении движениям на предыдущем году обучения (или у вновь пришедших детей); определяет уровень актуального развития; фиксирует характер отклонений в двигательном развитии; выявляет личностный ресурс ребенка, определяет зону ближайшего развития и помогает в разработке плана конкретных мероприятий на текущий учебный год, направленных на решение выявленных проблем.

Полученный показатель на конец учебного года показывает эффективности реализации индивидуальной коррекционно-развивающей программы ребенка и помогает в составлении прогноза относительно дальнейшего физического развития ребёнка.

Итоговый показатель мониторинга результатов физической подготовленности детей по каждой возрастной группе детей помогает описать общегрупповые тенденции развития движений детей, ведения учета результатов освоения программы по разделу «Физическое воспитание», а также для подготовки к административно-групповым совещаниям, где все специалисты, работающие на данной возрастной группе, обсуждают и анализируют полученные результаты по каждой образовательной области.

Приложение

**Качественно-количественные оценки результатов диагностики детей**

**1 балл /низкий уровень/:** ребенок не демонстрирует умение,илинаблюдаемое качество, или показатель той или иной образовательной области; либо пытается принять задание и степень выраженности того или иного качественного показателя крайне низкая; либо отмечаются слабые попытки выполнить задание, но помощь не эффективна; ребенок допускает существенные ошибки в технике движений. Не соблюдает заданный темп и ритм, действует в сопровождении показа воспитателя. Нарушает правила в играх, хотя с интересом в них участвует. Ошибок в действиях других не замечает.

**1,5 балла /уровень ниже среднего/:** ребенок демонстрирует умение,илинаблюдаемое качество, или показатель только в единичных случаях, или это носит случайный характер; необходима обучающая (объяснение способа выполнения задания) или организующая (организация мыслительной деятельности и контроль действий ребенка) помощь; либо ребенок сам постоянно обращается за помощью к взрослому, эффект незначителен.

**2 балла /средний уровень/:** ребенок демонстрирует умение,илинаблюдаемое качество, или показатель, но отмечаются неточности, ошибки, незначительное отставание от возрастных нормативов или программных требований и необходима направляющая (постановка цели, повторение инструкции, задания), либо организующая (организация мыслительной деятельности и контроль действий ребенка) помощь; владеет главными элементами техники большинства движений; способен самостоятельно выполнять упражнения на основе предварительного показа; иногда замечает ошибки при выполнении упражнений и нарушения правил в играх; увлечен процессом, не всегда обращает внимание на результат; в играх - активен.

**2,5 балла /уровень выше среднего/:** ребенок демонстрирует умение,или наблюдаемое качество, или показатель, но отмечаются неточности, ошибки или незначительное отставание от возрастных нормативов или программных требований и необходима эмоционально-регулирующая (положительная или отрицательная оценка деятельности), либо стимулирующая (активизация собственных сил ребенка) помощь.

**3 балла /высокий уровень/:** ребенок демонстрирует умение,илинаблюдаемое качество, или показатель постоянно, отмечается высокая степень самостоятельности, успешность ребенка не зависит от особенностей ситуации, но возможно, что в некоторых случаях требуется стимулирующая помощь («подумай» и т.д.); ребенок проявляет стойкий интерес к физическим упражнениям; осуществляет элементы контроля за действиями сверстников, замечает нарушение правил в играх; наблюдается перенос освоенных упражнений в самостоятельную деятельность.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В МБДОУ детский сад № 4 «ТЕРЕМОК»**

Основная коррекционно-развивающая и оздоровительная работа педагогов нашего учреждения с детьми с ОВЗ, решается в комплексе и направлена на социальную адаптацию, всестороннее развитие ребенка в соответствии с его возможностями. Для оказания медико - психолого - педагогической помощи детям с ОВЗ мы составляем индивидуальную программу развития ребенка, которая основывается на полученных результатах диагностики и системном подходе в коррекционной работе. Каждый педагог в непрерывной непосредственно образовательной и свободной деятельности учитывает особенности нарушения и решает коррекционно - развивающие задачи. У детей с общим недоразвитием речи изменен мышечный тонус, поэтому я, как инструктор по физической культуре особое внимание уделяю упражнениям на осанку и активное расслабление, и напряжение мышц. Разная амплитуда и скорость движений помогают регулировать мышечный тонус и частоту дыхания, а исполнение ребенком упражнений со стихами стимулирует развитие речи, артикуляции и силы голоса. При выполнении физических упражнений организму требуется больше кислорода, однако дети с общим недоразвитием речи при выполнении даже сравнительно легких движений нередко задерживают дыхание. Для таких детей дыхательные упражнения особенно важны, так как наряду с работой над физиологическим дыханием происходит коррекция речевого дыхания: короткий вдох длительный выдох. Слабое развитие мелкой моторики, пространственно - временной ориентировки и зрительно - моторной координации могут стать причиной моторной и оптической дисграфии. Поэтому в дошкольном возрасте важно развивать механизмы овладения речью и письмом, создать условия для накопления ребенком двигательного и практического опыта. Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно - коррекционной работы с данными детьми, которая включает в себя мышечную релаксацию, дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, логоритмику, упражнения на развитие высших психических функций (внимания, памяти, мышления). Я использую следующие коррекционно - развивающие и здоровьесберегающие образовательные технологии:

**Ритмопластика**

В процессе непосредственно образовательной деятельности

 В ритмические упражнения включается речь, движения со словом, жестом и музыкой в образовательной деятельности

**Пальчиковая гимнастика (с младшего дошкольного возраста)**

Игры - являются мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияют на центры развития речи, развивают ручную умелость, помогают снять напряжение: - пальчиковые игры с мелкими предметами; - пальчиковые игры со стихами, потешками, скороговорками

**Дыхательная гимнастика**

В процессе непосредственно - образовательной деятельности

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а так же продолжительность, силу и правильное распределение выдоха. Ритмичные шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психо – эмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет

**Корригирующая гимнастика**

В различных формах физкультурно - оздоровительной работы

Виды гимнастики зависят от поставленной задачи и особенностей здоровья ребенка

**Релаксация**

В процессе непосредственно - образовательной деятельности

Релаксация, помогающая расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища, успокоить детей и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Технологии обучения здоровому образу жизни

**Непосредственно образовательная деятельность**

2- раза в неделю, 1 - раз в неделю на спортивной площадке

Специально организованное, развивающееся во времени и в рамках образовательной системы взаимодействие детей и педагогов, направленное на достижение целей здоровьесбережения и здоровьеобогощения

**Оздоровительные праздники и развлечения совместно с родителями**

1 раз в квартал.

 Поддержание и обогащение здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду

**Проектная деятельность**

По мере планирования Процесс направлен на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка Коррекционные технологии

**Кинезиологическая гимнастика**

В процессе непосредственно - образовательной деятельности

Активизирует межполушарное взаимодействие, различные отделы коры головного мозга. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения.

**Психогимнастика**

В процессе непосредственно - образовательной деятельности

Мимика тесно связанная с артикуляцией. Стимулируя изображать на лице ребенка различные эмоции, способствует у него развитию не только мимической, но и артикуляционной моторики.

**Элементы логоритмики**

В процессе непосредственно - образовательной деятельности

Элементы логоритмики, способствуют развитию рече-двигательного и слухового анализаторов, регуляции дыхания, закреплению двигательных навыков и правильному произношению. Для реализации коррекционно - развиающих и здоровьесберегающих технологий используемых мною в работе наш музыкально - спортивный зал оснащен всем необходимым оборудованием в соответствии с ФГОС ДОО. Вместе с родителями и детьми мы изготовили много интересного нестандартного оборудования, такое оборудование вносит в каждое занятие элемент новизны. Работе с родителями детей с ОВЗ уделяю достаточно большое внимание. Разработала систему мероприятий, к которым относятся: физкультурные досуги, праздники, беседы, а так же открытые просмотры, консультативные встречи, интерактивное общение на форуме, проектная деятельность, совместные мастер-классы. Такие формы работы позволяют детям с особыми возможностями здоровья и их родителям полноценно адаптироваться в обществе. Работая с детьми с тяжелыми нарушениями речи, непосредственно образовательная деятельность по физическому воспитанию планируется с учетом физических индивидуальных особенностей детей, а так же при тесном контакте медицинской сестры и логопеда. Одним из звеньев неразрывной цепи коррекционнообразовательного процесса является взаимодействие логопеда и инструктора по физической культуре, которое определяет следующие формы работы: - перспективное планирование коррекционной работы по физическому воспитанию с учетом ведущего дефекта; - адаптирование логопедом речевого материала для спортивных праздников, вечеров развлечений, досугов в зависимости от этапа коррекционной работы; - разработка и проведение логоритмических занятий, направленных на коррекцию и профилактику речевых нарушений.

Применение в физкультурно-оздоровительной работе здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно - образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, обеспечивает индивидуальный подход к каждому ребенку.