**ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

 **С ДЕТЬМИ С ОВЗ**

Для успешного совершенствования умений детей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) важно уделять особое внимание их физическому развитию (далее ФР). Это включает в себя улучшение моторных навыков и зрительно-двигательной координации, которые являются фундаментом для всех видов детской активности. В работе с этой группой детей акцент поставлен на применение коррекционно-компенсаторных методик. Основным аспектом подготовки детей с ОВЗ является исправление физических отклонений, улучшение моторных способностей и расширение двигательных возможностей. Многие представители этой группы демонстрируют слабое формирование познавательных умений, низкую мотивацию к обучению и недостаточную самостоятельность. В связи с этим, для повышения эффективности коррекционно-развивающих занятий педагогом по физической культуре (далее ФК) необходимо искать и применять активные методы и формы организации уроков [2].

Целью исследования является рассмотрение особенностей проведения занятий ФК с детьми с ОВЗ.

Для обеспечения эффективного ФР важно учитывать состояние здоровья ученика и его уникальные физические, психические и личностные характеристики. Это необходимо для успешной организации образовательного процесса. При участии в процессе обучения дети с ОВЗ сталкиваются с разнообразными физическими и психическими трудностями. Среди них можно выделить: снижение познавательной активности, проблемы со слухом, речевые нарушения, эмоциональные и психологические отклонения, а также недостатки коммуникативных проявлений. Это требует от педагогов применения индивидуализированных подходов и особого внимания. Из-за проблем со здоровьем дети с ОВЗ не могут в полной мере усваивать стандартные образовательные программы и нуждаются в специально адаптированных условиях обучения и воспитания [5].

Учитель напрямую взаимодействует с ребёнком, совместно решая развивающие, коррекционные, воспитательные, оздоровительные и профилактические задачи. Постоянные физические упражнения способствуют значительным изменениям в функциях организма, особенно в период роста. При повторных выполнениях тренировочных комплексов ребенок улучшает свою физическую форму, совершенствует двигательные навыки. ФК оказывает значительное влияние на растущий организм и обладает множеством преимуществ, таких как:

* Развитие и поддержание здоровья опорно-двигательного аппарата, повышение мышечного тонуса и гибкости, усиление силы и укрепление суставов.
* Улучшение кровотока и метаболических процессов.
* Повышение эффективности работы мозга и устойчивости к стрессу.
* Усиление сенсорных способностей [3].

Групповые или командные методы проектной деятельности считаются основными в организации физкультурной работы, так как они способствуют формированию соревновательного духа, стремлений к победе и коллективизма. Рассмотрим, как подобные формы могут быть полезны для детей с ОВЗ на примере уроков по ФК:

1. У детей с ОВЗ улучшаются навыки коммуникации и сотрудничества, что подразумевает формирование эффективной связи между ними.

2. В рамках проекта, выполняемого группой, можно рассмотреть различные аспекты рассматриваемого феномена. В данном случае это включает изучение аспектов соблюдения здорового образа жизни (далее ЗОЖ) с точки зрения педагогов, а также детей с ОВЗ и инвалидов.

3. Для успешного выполнения группового проекта необходимо наличие лидера, который направляет и мотивирует команду. Одной из ключевых задач проектной работы является формирование лидерских качеств, что особенно важно для признания авторитетности детей с ОВЗ. Совершенствование волевых качеств также играет основополагающую роль в занятиях ФК. Поскольку их применение помогает эффективнее решать задачи, поставленные на уроках.

4. В проектной деятельности принимают участие все школьники с ОВЗ. Это творческий процесс, свободный от физических и интеллектуальных барьеров. Каждый ребенок вносит свой уникальный вклад в разработку тематики и осваивает принципы ЗОЖ.

5. Соревновательный дух служит дополнительной мотивацией для достижения успеха. Каждый ребенок с ОВЗ стремится оставить свой след [4, c. 60-61].

При проведении урока ФК для обучающихся с ОВЗ необходимо использовать специальные средства, методы и приемы. Основным способом организации является привлечение программ индивидуального образования, так как дети с особенностями развития уязвимы и требуют большего внимания. Важным аспектом планирования занятий является распределение времени по его этапам, чтобы учитывать быструю утомляемость детей с ОВЗ. Учитель физкультуры использует различные средства для снижения усталости: чередование двигательной активности с практическими заданиями, выполнение упражнений сериями и организация пауз для отдыха. В рамках уроков ФК применяется специальный набор задач, адаптированный к физическим возможностям различных групп учащихся с ОВЗ. Например, для детей с нарушениями зрения важно не только компенсировать визуальные недостатки, но и усиливать их общее ФР, улучшать двигательную активность и укреплять здоровье. Простые упражнения, направленные на равновесие и координацию движений, используют сохранные анализаторы, помогают формировать правильную осанку, тренируют мышцы глаз и развивают мелкую моторику рук. Основной целью таких занятий является обучение ориентировке в пространстве, снятие скованности в движениях и укрепление иммунитета [1].

Для детей с нарушениями слуха важно исправить недостатки в их моторике и ФР. Для этого разрабатывается комплекс упражнений, направленный на улучшение двигательных навыков и качеств. Дети с задержкой психического развития имеют свои специфические потребности, поэтому для них должны быть подготовлены следующие упражнения: для формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия, равновесия и коррекции устойчивости в пространстве. Педагог, ответственный за физическое воспитание, должен обладать необходимыми личностными и профессиональными компетенциями для организации и проведения тренировок. Главная задача педагога состоит в создании комфортных условий для учащихся в образовательной среде, а также в формулировании целей и задач учебного процесса [1].

Таким образом, регулярные занятия ФК, специально разработанные для детей с ОВЗ, оказывают положительное влияние на их психическое и физиологическое состояние. Важно отметить и то, что дети привыкают к необходимым для них физическим упражнениям, что способствует улучшению их психофизиологического и эмоционального состояния.

**Список литературы**

1. Вдовина П.Е., Мальцева А.С., Аношина Т.В., Мищенко И.В. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАМКАХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ // Материалы XII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <a href="https://scienceforum.ru/2020/article/2018021086">https://scienceforum.ru/2020/article/2018021086</a> (дата обращения: 27.05.2024 ).
2. Кукушкина, М. А. Особенности работы инструктора по физкультуре с детьми с ОВЗ / М. А. Кукушкина. — Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы XLII Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2023 г.). — Казань : Молодой ученый, 2023. — С. 43-50. — URL: https://moluch.ru/conf/ped/archive/475/17749/ (дата обращения: 27.05.2024).
3. Макаренко, А. Г. Адаптивная физическая культура детей с ограниченными возможностями здоровья / А. Г. Макаренко // Постулат. – 2022. – № 1(75).
4. Таловский, В. А. Специфика занятий спортом детей с ОВЗ и детей-инвалидов / В. А. Таловский // Столыпинский вестник. – 2023. – Т. 5, № 1. – С. 60-61.
5. Ярлыкова О.В., Воропаева А. Физическое воспитание детей с отклонениями в состоянии здоровья. Электронный научный журнал. Таврический научный обозреватель. - 2016. - № 1-3 (6). - с. 80-82.