

Мастер-класс для педагогов на тему
«Особенности физкультурно – оздоровительной работы
в ДОУ с детьми с ОВЗ»

Уважаемые коллеги! Сегодня мы представим вам фрагмент занятия физкультурно – оздоровительной работы с детьми с ОВЗ, которое является не только одной из средств устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценным физическим развитием, укрепление здоровья, адаптации в социуме. Степень адаптации находится в прямой зависимости от клинико – психопатологического состояния детей, инструктору физической культуры для продуктивной педагогической деятельности необходимо знать характерные проявления основного дефекта, особенности психического, физического, личностного развития данной категории детей. Как показывает практика, планомерная работа по программам, направленных на охрану и укрепление физического и психического здоровья детей дошкольного возраста, приводит не только к улучшению состояния здоровья воспитанников, но и к повышению их самооценки, воспитанию уверенности в себе, расширяет кругозор.

В настоящее время в дошкольном образовательном учреждении существуют общие проблемы:

- Возрастающее количество детей с ограниченными возможностями здоровья и вторичными проявлениями различных нарушений;
- увеличение количества детей со 2,3,4 группами здоровья.

Основная цель физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ:

- содействие гармоничному физическому развитию и своевременная коррекция имеющихся нарушений в психо-физическом развитии
- создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего здоровья и здоровья дошкольников.

Задачи работы:

- Сохранение и укрепление здоровья детей.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Привитие культурно-гигиенических навыков.
- Осознание и осмысление собственного "Я", преодоление барьеров в общении, формирование коммуникативных навыков.

- Оказание помощи семье в воспитании детей с ОВЗ.

Принципы физкультурно - оздоровительной работы с детьми ОВЗ:

Принцип участия - привлечение всех участников педагогического процесса, социума к непосредственному и сознательному участию в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, по формированию здоровых привычек, планирование оптимальной учебной нагрузки, своевременной диспансеризации детей.

Принцип гарантий - реализация конституционных прав детей на получение образования и медицинского обслуживания, выполнения государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

Принцип систематичности и последовательности - постепенный, системный подход к подаче материала, к решению тех или иных возникающих проблем.

Принцип комплектности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса и всех видов деятельности.

Принцип адресованности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учет разно уровненного развития и состояния здоровья.

Принцип результативности и гарантированности - реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного развития работ.

Этапы работы:

- Мониторинг исходного состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности дошкольников. На основании мониторинга мы определили, что в нашем ДООУ группы дошкольников с ОВЗ не однородна. Это определяется, прежде всего, тем, что в нее входят дети с разными нарушениями развития: нарушениями речи, опорно-двигательного аппарата, задержки психического аппарата, нарушение интеллектуального развития.

Для работы с детьми нами введены условное обозначение групп здоровья и физкультуры:

- * синий – основная группа физкультуры (2 гр. группа здоровья);
- * красный – подготовительная группа физкультуры (3 группа здоровья);
- * зелёный – специальная группа физкультуры (4-5 группа здоровья).

Для детей с подготовительной и специальной группой физкультуры осуществляется индивидуальный подход – снижается соответствующая

нагрузка, уменьшается количество подходов в упражнениях, облегчаются виды движения.

- Организация и проведение здоровьесберегающего образовательного пространства в ДОУ (оздоровительные режимы, физкультурные занятия всех типов, оптимальный двигательный режим);
- Проведение анализа и оценки результатов физкультурно - оздоровительной работы за год
- Определение дальнейшей перспективы сохранения и укрепления здоровья детей на следующий учебный год.

Ожидаемые итоговые результаты реализации программы

Повышение уровня лечебной и профилактической работы:

- реализация оптимального режима использования игровой и образовательной деятельности и активного отдыха детей.
- повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.
- осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
- снижение количества дней, пропущенных по болезни одним ребенком.
- увеличение доли детей, вовлеченных в профилактические мероприятия.
- увеличение количества детей, имеющих гармоничное психофизическое развитие;
- усвоение программы,
- нормализация статических и динамических функций организма, общей и мелкой моторики;
- увеличение доли детей, вовлеченных в профилактические мероприятия;
- применение здоровьесберегающих технологий;
- нормализация речи детей

При работе с детьми с ОВЗ одним из самых важных условий для педагога является понимание того, что эти дети не являются ущербными по сравнению с другими. Но, тем не менее, эти дети нуждаются в особенном индивидуальном подходе, отличном от рамок стандартной программы, в реализации своих потенциальных возможностей и создании условий для развития. Ключевым моментом этой ситуации является то, что дети с ОВЗ не приспособляются к правилам и условиям общества, а включаются в жизнь на своих собственных условиях, которые общество принимает и учитывает.

Специальные формы и методы для обучения детей с ОВЗ.

В целом, в нашем ДОУ мы работаем с детьми по специальным методикам

обучения, которые касаются всех этапов: разъяснение нового материала, выполнение заданий, оценивание качества выполнения воспитанниками. Нами используются следующие формы и методы:

Формы и методы	Содержание
Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период) во всех спортивных мероприятиях
	Создание комфортной обстановки и микроклимата
Физические упражнения	Утренняя гимнастика
	Физкультурные занятия
	Подвижные игры
	Игры - хороводы
	Релаксационные упражнения
	Профилактическая гимнастика (гимнастика после сна)
	Спортивные игры
	Спортивный час
	Прогулки (организация двигательной активности детей)
	Логоритмика
	Занятия на тренажерах
	Физминутки
	Динамические паузы
Коррекция физического развития детей	Пальчиковая гимнастика
	Дыхательная гимнастика
	Индивидуальная работа
Гигиенические и водные процедуры	Мытье рук
	Увлажнение воздуха
Свето-воздушные ванны	Проветривание помещений
	Прогулки на свежем воздухе
	Обеспечение температурного режима
Активный отдых	День здоровья
	Физкультурно-спортивные праздники
	Физкультурный досуг

Светотерапия	Обеспечение светового режима
Музотерапия	Музыкальное сопровождение учебного процесса
	Музотеатральная деятельность
	Пение
	Слушание музыки
Психогимнастика	Игры и упражнения на развитие эмоционально-волевой сферы

Методические приёмы:

- Поэтапное разъяснение заданий, чёткое проговаривание инструкций.
- Последовательное выполнение заданий.
- Повторение воспитанниками инструкции к выполнению задания.
- Близость к воспитаннику во время объяснения задания.
- Перемена видов деятельности
- Подготовка воспитанников к перемене вида деятельности.
- Чередование занятий и физкультурных пауз.
- Предоставление дополнительного времени для завершения задания.
- Работа на спортивных тренажерах.
- Индивидуальное оценивание выполнения упражнения.

Здоровье сберегающая деятельность нашего учреждения - это система мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья воспитанников с ОВЗ, включая:

- создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения;
- рациональная организация образовательного процесса, использование в работе методов для организации мероприятий для коррекции здоровья детей (о которых мы говорили ранее);
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- просветительско-воспитательная работа с родителями, направленная на формирование ценности здоровья, здорового образа жизни, правильного отношения к занятиям физической культурой и спортом;
- организация системы просветительской и методической работы с педагогами,
- медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья воспитанников, сотрудничество с медицинским персоналом поликлиники №4 .

Также существенное влияние на состояние здоровья дошкольников оказывают условия воспитания и обучения; воздушно-тепловой режим и освещенность помещений; комплектация мебелью и ТСО; рациональная организация образовательного процесса и организационно двигательная активность воспитанников и т. д. Соблюдение основных **гигиенических**

требований к помещениям, оборудованию и организации физкультурных занятий является основой здоровьесберегающей деятельности ДОУ.

Физкультурно – оздоровительная работа

"Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни".

Работа по формированию представлений и навыков здорового образа жизни реализуется через все виды деятельности детей в детском саду.

Формы проведения физкультурных занятий в ДОУ

- Обучающие занятия
- Комплексные занятия
- Игровые (на основе подвижных народных игр и игр-эстафет)
- Тематические (сюжетно-игровые)
- Занятия на основе игр и упражнений с пособиями одного вида
- Самостоятельные занятия (на свободном выборе движений и использованием тренажеров)
- Занятия - зачеты
- Контрольные занятия
- На полосе препятствий
- Дни здоровья

Формы проведения утренней гимнастики в ДОУ

- Общеразвивающие упражнения без предметов
- Общеразвивающие упражнения с предметами
- На полосе препятствий
- Танцевально-ритмические упражнения

А сейчас уважаемые коллеги, предоставляю вашему вниманию план – конспект, в котором указана цветовая маркировка, в нём подробно описывается физкультурно – оздоровительная работа с детьми с ОВЗ. (Приложение)

Именно эта система работы позволяет нам учитывать особенности и строить физкультурно – оздоровительную работу не во вред.

А теперь уважаемые коллеги, я попрошу вас пройти в наш спортивный зал, где я вам продемонстрирую мастер – класс!

Прошу желающих участвовать в занятии выйти сюда.

Наш мастер-класс будет состоять из трёх частей. Все части нашего занятия рассчитаны на возраст старшей группы детского сада.

Вводная часть - разминка. В ней разучиваются и автоматизируются различные имитационные движения, прыжки, подскоки, прямой галоп, а также общеразвивающие упражнения.

Основная часть – включает в себя разучивание основных видов движения.

Заключительная часть - состоит из подвижной игры, которая закрепляет основные виды движения.

Вы все прекрасно понимаете, как важно в работе с детьми последовательное грамотное разучивание отдельных движений какой либо двигательной композиции. Но мы с вами ограничены во времени, поэтому будем выполнять движения без предварительного разучивания. Я прошу вас быть внимательными.

Ход мастер-класса: Сейчас вы все маленькие дети. Итак, начинаем занятие.

Встаньте все в одну шеренгу. Ровняйся! Смирно! Направо! Налево! Кругом! За направляющим по кругу, шагом марш! Раз, два, три, четыре!..

Молодцы. Повторяйте за мной движения.

Разминка:

Ходьба в колонне по одному. Ходьба на носочках, руки вверх на пяточка, руки за спину; на внешней стороне, руки за спину; на внутренней стороне стопы, руки на пояс.

« Гуси». Ходьба в полуприседе, руки вперёд.

Ходьба скрестным шагом.

Быстрый бег.

Дыхательные упражнения («паровозик», «одуванчики»)

Ходьба « слоники»

Бег с заданием: с разбега подпрыгнуть вверх и достать рукой в прыжке до бубна, который держит в руках инструктор, продолжать бег 2-3 раза.

Ходьба.

Молодцы! А теперь общеразвивающие упражнения с малым мячом.

1.И.п.: стоя ноги врозь, мяч в обеих руках внизу. Поднять мяч вперёд, опустить, вернуться в и.п. (6 раз).

2.И.п.: ноги на ширине плеч, мяч в обеих руках перед собой. Наклониться, прокатить мяч от правой ноги к левой, встать, вернуться в и.п. (5-6 раз).

3.И.п.: сидя, ноги врозь, мяч в обеих руках перед собой. Наклонится, коснуться мячом пола, как можно дальше, выпрямиться, вернуться в и.п. (5-6 раз).

4.И.п.: стоя на коленях, сидя на пятках, мяч в обеих руках перед собой. Прокатить мяч вокруг себя правую и левую сторону (по 3 раза).

5.И.п.: ноги на ширине ступни. Руки внизу. Прыжки на двух ногах вокруг мяча в чередовании с ходьбой.

Замечательно? Разминка прошла прекрасно! Приступим к основным видам движения.

- 1. «Кораблик». Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз, наступая на каждую рейку поочередно двумя ногами (наступить на седьмую рейку) 2раза.

Цель: Преодоление страха высоты, координация и согласованность движений рук и ног, профилактика плоскостопия, воображения

- 2. «Козлики». В парах ходьба по гимнастической скамейке на встречу друг другу, руки за голову, 2раза.

Цель: Сохранение динамического равновесия, удержание вертикальной позы на ограниченной опоре.

- 3. « зайчики». Прыжки через обруч на двух ногах- 3раза по 5прыжков.

Цель: Укрепление свода стопы, ритмичность и соразмерностью усилий, координация движений рук и ног

- 1.Г.К. –наступить на четвёртую рейку (2раза).
- 2.Г.К.- поддержка спины инструктором.
- 3. Г.К.- шагает через обруч.

Прекрасно! А теперь поиграем!

« По ровненькой дорожке»

Дети становятся в круг. Идут за инструктором и говорят слова: по ровненькой дорожке, по дорожке по дорожке, Шагают наши ножки, шагают наши ножки.

По камушкам, по камушкам, в ямку - бух!

Дети идут друг за другом, на слова: «По камешкам» - прыгают на двух ногах, слегка продвигаясь вперёд. На слова: «В ямку – бух!» - присаживаются на корточки. «Вылезли из ямки», - говорит инструктор, и дети поднимаются.

Цель: развитие речи в движении.

И наконец, мы с вами расслабимся и успокоемся.

Точечный массаж и дыхательная гимнастика: 1.Соединить ладони и потереть до нагрева одну ладонь о другую поперёк.

2. Слегка подёргать кончик носа.

3.Указательным пальцем массировать ноздри

4.Растереть за ушами сверху вниз указательными пальцами: « Примазывать, чтобы не отклеилось».

5.Вдох через нос, выдох - через рот на ладонь (с одуванчиками).

Цель: профилактика простудных заболеваний, повышение жизненного тонуса; снижение нагрузки.

Ровняйся! Смирно! Направо! Налево! Кругом! За направляющим к двери шагом марш!

Молодцы! Хорошо вы занимались! Наше занятие окончено!

Досвидание!

