

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА НА ТЕМУ: "ОРГАНИЗАЦИЯ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ДЕТЬМИ ОВЗ С РАЗЛИЧНЫМИ НАЗАЛЬНЫМИ ГРУППАМИ"

Введение

Физическая культура играет важную роль в жизни каждого ребенка, включая детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Основная цель физкультуры для таких детей - это не только развитие физических качеств, но и улучшение психоэмоционального состояния, социализация и повышение качества жизни. Особенно важно учитывать особенности детей с различными назальными группами, которые имеют специфические потребности и возможности. В этой методической разработке рассматриваются особенности организации уроков физической культуры для детей ОВЗ с различными диагнозами.

Цели и задачи

Цели:

Развитие двигательных навыков у детей с ограниченными возможностями здоровья.

Коррекция нарушений в движении и координации.

Создание условий для социализации и эмоциональной адаптации детей.

Формирование здорового образа жизни и укрепление здоровья детей.

Задачи:

Оценка состояния здоровья и уровня физической подготовки каждого ребенка.

Индивидуализация упражнений и заданий в зависимости от особенностей каждого ребенка.

Внедрение игровых методов, направленных на мотивацию и увлекательность занятий.

Осуществление контроля за выполнением упражнений и коррекция движений.

Ожидаемые результаты

Укрепление здоровья детей.

Повышение уровня двигательной активности.

Развитие физических качеств: силы, гибкости, выносливости, координации.

Улучшение психоэмоционального состояния детей через физическую активность.

Повышение социальной интеграции и уверенности в себе.

Методические рекомендации

Подготовка к уроку:

Каждый урок должен начинаться с диагностики состояния здоровья учащихся, чтобы оценить их возможности и ограничения.

Для детей с ограниченными физическими возможностями следует подбирать индивидуальные задания с учетом их особенностей. Важно учитывать, какие виды физической активности противопоказаны или ограничены для детей с определенными заболеваниями.

Организация урока:

Разминка: необходимо уделить внимание дыхательным упражнениям и легким разминкам для улучшения подвижности суставов. Для детей с нарушениями опорно-двигательной системы упражнения должны быть адаптированы с учетом их физического состояния.

Основная часть: упражнения можно выполнять как индивидуально, так и в малых группах. Важно разнообразить виды

активности: плавание, занятия на тренажерах, занятия с мячом, игровые упражнения.

Заключительная часть: в конце урока следует провести релаксацию, успокаивающие дыхательные упражнения и растяжку. Это поможет детям снять напряжение и расслабиться.

Учет специфики детей с различными диагнозами:

Дети с нарушениями слуха: акцент на зрительные и тактильные сигналы. Важно, чтобы дети четко воспринимали информацию, поэтому рекомендуется использовать жестовый язык и визуальные инструкции.

Дети с нарушениями зрения: задания должны быть направлены на развитие тактильных ощущений, баланса и ориентации в пространстве. Например, упражнения с мячом на ощупь, занятие с яркими цветными метками или текстурами.

Дети с нарушениями опорно-двигательной системы: для них упражнения должны быть ориентированы на укрепление мышц, улучшение подвижности суставов, развитие мелкой моторики. Нужно исключить перегрузки и гипернагрузки на суставы.

Использование инклюзивных методов:

Важно создать атмосферу взаимопомощи и поддержки, где дети с ОВЗ чувствуют себя уверенно.

Ожидаемый результат - создание равных условий для всех учащихся, несмотря на физические ограничения.

Вовлечение родителей:

Родители играют ключевую роль в поддержке физического развития детей с ОВЗ. Рекомендуется вовлекать их в процесс, предоставлять рекомендации по выполнению упражнений дома, а также проводить встречи для обмена опытом.

Примерная структура урока

Приветствие и настрой на урок (2-3 минуты).

Разминка (10-12 минут): дыхательные и легкие гимнастические упражнения, растяжка.

Основная часть (15-20 минут): работа с мячами, упражнения на гибкость, игры с элементами физической активности, плавание.

Заключительная часть (5-10 минут): релаксация, растяжка, успокаивающие дыхательные упражнения.

Заключение

Организация урока физической культуры с детьми ОВЗ требует индивидуального подхода, тщательной подготовки и учета медицинских рекомендаций. Важно создать такую образовательную среду, где дети с ограниченными возможностями здоровья смогут развиваться, ощущать себя полноценными членами общества и получать удовольствие от физических упражнений.