**Консультация для родителей**

***«Важность физической культуры в детском саду для детей с ОВЗ.»***

Физическая культура является неотъемлемой частью жизни современного человека. Социальная адаптация детей с ОВЗ (ограниченные возможности здоровья) происходит в процессе реализации потребностей в психическом и физическом развитии и для большинства детей является в будущем возможностью стать полноценными членами общества. Если правильно заниматься с малышом дошкольного возраста физическими упражнениями с понятной им проблемой, он будет учиться взаимодействовать с ровесниками, стремясь к первым достижением и развитию.

Для детей с ОВЗ осуществляется индивидуальный подход, учитывающий следующие особенности:

* коррекционно-компенсаторная работа. Подразумевает подбор упражнений, учитывающий основные и возможные сопутствующие недуги. В этом случае принято использовать комплексный подход, способствующий развитию физических способностей;
* профилактические меры. Эта часть относится к наиболее важным, так как позволяет повышать тонус жизненных сил, а также здоровья, улучшать общее самочувствие и укреплять иммунитет;
* психология. Нередко основной причиной поведения детей асоциального характера является неуверенность в себе и в собственных силах. В результате малыш не понимает своей роли в обществе и не умеет взаимодействовать с ровесниками. Поэтому комплексный подход призван помочь ребёнку преодолеть подобные проблемы;
* физкультура с детьми с ОВЗ в ДОУ также включает в себя образовательное воспитание. Это значит, что все дети с подобными проблемами должны обучаться спортивной культуре, а также правилам соревнований, что поможет им получить навыки работы с другими детьми в команде и впоследствии сделать спорт неотъемлемой частью своей жизни.

 Обратите внимание! К основным упражнениям для детей с ОВЗ относятся такие занятия, которые направлены на приобретение важнейших бытовых навыков, сюда включены мелкая моторика рук, микро ориентировки, а также движение ног. Все эти упражнения всегда основываются на положениях о физических и психологических особенностях малыша, а также специальных методических принципах работы с каждым из них.

**Дети с нарушением речи:**

Одним их симптомов речевых нарушений является двигательная недостаточность. Это приводит к затруднению в овладении ребенком предметным миром. У многих детей с нарушением речи недостаточно развития крупная моторика. Это проявляется в виде плохой координации частей тела при выполнении сложных двигательных действий, в их недостаточной точности и четкости.

Так же возникает затруднения при выполнении физических упражнений, как по наглядному методу, так и по словесному. Слабая мелкая моторика у детей с нарушением речи обнаруживается в плохой сформированности навыков самообслуживания. Особенно это заметно в дошкольном возрасте и в начальной школе.

**Дети с задержкой психического развития**

У детей с задержкой психического развития, не наблюдается тяжелых двигательных отставаний. Но все же присутствует отставание в физическом развитии, несформированность техники выполнения мелкой моторики рук, соответственно, у таких детей недостаточное формирование навыков самообслуживания. У таких детей нарушена концентрация внимания, избыточная, порой патологическая, активность, примитивная игровая деятельность.

**Дети с нарушением интеллекта (У. О)**.

Что касается детей с нарушением интеллекта. У них недостаточная психологическая организация движений, особенно выражена недостаточность во второсигнальной организации движений. Слово не несет смысловой нагрузки, не является регулятором двигательной деятельности.

Так же, нарушена регуляция мышечного тонуса с повышением или понижением тонических рефлексов, приводящих к застаиванию в неудобной позе и невозможности удержать конечность в определенном положении, в бедности выразительных, пластических движений при перемещениях в пространстве.

**Как мы можем помочь детям с ОВЗ?**

Одним из средств, улучшающих психическое и физическое состояние детей, является адаптивная физическая культура. Это форма физического воспитания, предназначенная для лиц с ОВЗ, для инвалидов всех возрастов. Сюда входят – занятия по физическому воспитанию, ритмике, занятия по физической культуре.

Регулярные занятия для таких детей являются необходимыми. Посредством адаптивной физической культуры можно значительно улучшить психическое и физическое состояние детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, и главное, приобщить их к посильным для себя физическим упражнениям и умению управлять своим психофизиологическим состоянием.

Работа с детьми с ОВЗ направлена на коррекционно-компенсаторную сторону, в том числе и на процесс физического воспитания.

При организации занятий по физической культуре для детей с ОВЗ, следует исходить из возможностей ребенка – задания должны быть умеренной трудности, но быть доступным, для обеспечения переживания успеха на фоне определенной затраты усилий. Затем задания следует усложнять пропорционально в соответствии с возрастающими возможностями ребенка.

**Такие упражнения можно делать с ребенком дома.**

