

## **Методическое объединение «Физическое развитие» о важности двигательной активности для детей, имеющих ограниченные возможности здоровья**

У детей с ОВЗ недостаточно сформированы пространственные представления, с трудом формируются речевые, двигательные стереотипы. Для них характерна скованность, плохая переключаемость. Необходимо уделять серьезное внимание таким видам деятельности, которые помогли бы детям закреплять и развивать моторные навыки.

Формирование полноценных двигательных навыков, овладение тонко-координированными движениями рук является необходимой частью коррекционной работы. Таким детям свойственны двигательная неловкость, малый объем движений, быстрая утомляемость, физическая невыносливость. Недостаточная двигательная активность отражается и на психической деятельности: появляется сонливость и бессонница, вялость и раздражительность; вследствие быстро наступающего утомления снижается умственная работоспособность.

Активная двигательная деятельность и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей к целесообразному использованию приобретенных двигательных навыков. В подвижных играх создаются благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом многократно одни и те же движения, не замечая усталости. Особенно это важно в работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

Кроме того, подвижные игры, обеспечивая подвижность такого ребенка, значительно повышают качество его запоминания. Сознательная цель – сосредоточиться, запомнить что-то, сдержать импульсивное движение – раньше и легче всего выделяются в игре. Если ребенок невнимателен к тому, что требует игровая ситуация, если не запоминает или не соблюдает условий игры, то он просто выбывает из игры. Поэтому игра, в том числе и подвижная игра, является самым простым и доступным средством развития личности ребенка: это касается всех детей дошкольного возраста – как нормально развивающихся, так и имеющих нарушения в развитии. Это давно поняли наши предки.

Хочется отметить, что двигательная активность является простым и эффективным средством, влияющим на общее развитие ребенка в целом при определённых условиях, а именно:

1. При правильном подборе двигательной нагрузки, соответственно возрасту детей.
2. При чёткой организации двигательной активности в разнообразных формах в течение всего дня.
3. При методически грамотном использовании подвижных игр, с учетом индивидуального подхода к дифференцированным группам детей.
4. Заинтересованности всех сотрудников, родителей и детей в увеличении двигательной активности.
5. При достаточной оснащённости игровой и двигательной активности и деятельности.

В современном мире человеку угрожает множество опасностей: войны, голод, болезни, загрязнение среды обитания. А двигательная активность от рождения и до глубокой старости – эликсир жизни!

Двигательная активность является мощным биологическим стимулятором жизненных функций организма. Потребность в движениях составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма, являясь условием его нормального формирования и развития.

Руководитель МО Кочкина О.В.