ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ, ИМЕЮЩИХ ЗАДЕРЖКУ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.

Куликова Ольга Александровна,
учитель физической культуры
МОУ «Средняя общеобразовательная школа№6»

ЗПР- это синдром временного отставания развития психики в целом или отдельных ее функций, замедление темпа реализации потенциальных возможностей организма, часто обнаруживается при поступлении в школу и выражается в недостаточности общего запаса знаний, ограниченности представлений, незрелости мышления, малой интеллектуальной целенаправленностью, преобладании игровых интересов, быстрой пересыщаемости в интеллектуальной деятельности.

Классификация ЗПР :

1.Задержка психического развития конструктивного происхождения ;

2.Задержка психического развития соматогенного происхождения;

3.Задержка психического развития психогенного происхождения ;

4.Задержка психического развития церебрастенического происхождения.

Особенностями корригирующих упражнений являются:

1.Глубокая биологичность – движения свойственны всему живому;

2.Отсутствие отрицательного побочного действия;

3.Возможность длительного применения;

4.Универсальность и широкий диапазон воздействия на организм;

5.Положительное влияние на эмоциональное состояние ребенка;

6.Стимулирующее влияние на все органы и системы организма.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

-следует применять строго дозированные физические нагрузки с учетом всех компонентов;

-постепенно увеличивать физические нагрузки при адаптации организма к ним;

-упражнения должны охватывать различные мышечные группы;

-в занятии необходимо включать дыхательные и общеукрепляющие упражнения;

-перед занятием помещение надо хорошо проветривать;

общие правила:

-проводить строгий контроль за реакцией организма на физическую нагрузку ;

-при проявлении признаков утомления занятие необходимо прекратить и в дальнейшем пересмотреть характер нагрузки ;

-регулярно проводить врачебно-педагогический контроль за детьми на уроках физической культуры.

Задачи:

1.Формировать умение у детей слушать учителя по физической культуре и выполнять задания на различных уровнях сложности.

2.Подобрать такие основные виды движений , которые способствовали бы формированию двигательного умения с учетом возраста.

3.Развивать внимание , зрительную и слуховую память во время занятий физкультурой.

4.Дать представление о здоровом образе жизни.
5.Занятия должны включать в себя дыхательную гимнастику.

Релаксация – **глубокое мышечное расслабление , сопровождающееся снятием психического напряжения.**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ