

**Тубол Павел Сергеевич**

учитель

МБОУ СОШ №54

г. Воронеж, Воронежская область

## **ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ**

*Аннотация: в статье рассмотрено значение физической культуры для детей с ОВЗ. Автор отмечает, что посредством адаптивной физической культуры можно значительно улучшить психическое и физическое состояние учащихся.*

**Ключевые слова:** физическая культура, дети, ОВЗ.

Анализируя процесс физического воспитания в классах, где обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), надо отметить, что специфической направленностью в работе с такими детьми, является ее коррекционно-развивающая сторона, в том числе и процесса физического воспитания.

Основная цель работы учителя физической культуры – обеспечить ученику с ОВЗ не только возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, но и научить его «помогать» своему здоровью, сформировать у него необходимые знания укрепления здоровья в повседневной жизни.

На занятиях физической культурой осуществляются следующие задачи:

- оздоровительная;
- образовательная;
- воспитательная;
- коррекционно-развивающая.

*Оздоровительные:* укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию;

*Образовательные:* в основу инклюзивного образования положена идеология, которая обеспечивает доступ к образованию для детей с особыми потребностями, уменьшает дискриминацию таких детей. Таким образом, инклюзивное

образование является наиболее перспективной формой образования детей с особыми образовательными потребностями.

*Воспитательные:* воспитание сознательного отношения к занятиям физической культуры, воспитание самостоятельности, воспитание чувства коллектизма.

*Коррекционные:* корректировать нарушения в движениях (закрепощенность, неточность, несогласованность рук и ног), нарушения осанки, сутулость, движение по прямой линии (регулятивные УУД), корректировать выразительность в подвижных играх, коррекция дифференцировки усилий, времени и пространства.

Физическая культура (ФК) и спорт являются важным фактором для реабилитации и социально-бытовой адаптации ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Ведь физический недуг в большей или меньшей степени приводит к нарушению функций организма в целом, значительно ухудшает координацию движений, затрудняет возможность социального контакта с окружающим миром. В этих условиях появляется чувство тревоги, теряется уверенность в себе и даже чувство собственного достоинства. С другой стороны, активные физкультурно-оздоровительные и спортивные занятия позволяют лучше владеть своим телом, восстанавливают психическое равновесие, возвращают чувство уверенности в себе, дают новые возможности самообслуживания и, в итоге, возврата к активной жизни. Таким образом, посредством адаптивной физической культуры можно значительно улучшить психическое и физическое состояние учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, и главное, приобщить их к посильным для себя физическим упражнениям и умению управлять своим психофизиологическим состоянием.

### ***Список литературы***

1. Дмитриев А.А. Адаптивная физическая культура в специальном образовании. – М.: Академия, 2002. – 176 с.

2 <https://interactive-plus.ru>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры /  
Под редакцией С.П. Евсеева. – Т. 1. – М.: Советский спорт, 2005.