

Хощенко Галина Васильевна

педагог-психолог

Логвинова Олеся Юрьевна

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №31 «Журавлик»

г. Старый Оскол, Белгородская область

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК ВАЖНОГО ЭЛЕМЕНТА
СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОВЗ**

Аннотация: в статье рассматривается роль физической культуры в развитии социальных навыков у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Авторами отмечено, что физические упражнения и адаптированные игры помогают этим детям не только укреплять здоровье, но и учиться взаимодействовать со сверстниками, развивать коммуникативные навыки, повышать уверенность в себе и формировать позитивный образ «Я». Психолого-педагогические аспекты такой работы делают физическую культуру важным элементом комплексной программы социальной адаптации детей с ОВЗ.

Ключевые слова: физическая культура, социализация, социальные навыки, дошкольники, дети с ОВЗ, игры.

Дети с ограниченными возможностями здоровья часто сталкиваются с проблемами социализации, что может негативно влиять на их эмоциональное состояние и уверенность в себе. Эти дети нередко испытывают сложности в общении со сверстниками, что ограничивает их возможности для полноценного взаимодействия. В данном контексте физическая культура является мощным средством, которое может помочь детям с ОВЗ развивать социальные навыки и улучшать качество их жизни.

Роль физической культуры в развитии социальных навыков.

Физическая культура может существенно помочь в формировании социальных навыков у детей с ОВЗ по следующим направлениям.

1. Развитие коммуникативных навыков.

Игры и физические упражнения, выполняемые в группах, требуют от детей взаимодействия и коммуникативных усилий. Участие в командных играх и занятиях учит детей не только выражать свои мысли и желания, но и учитывать интересы других, что способствует развитию эмпатии и навыков общения.

2. Повышение уверенности в себе.

Физические достижения и успехи в занятиях помогают детям с ОВЗ повышать самооценку и развивать уверенность в своих силах. Чувство успеха, полученное через физическую активность, позволяет ребенку чувствовать себя способным и значимым, что является важной составляющей социализации.

3. Формирование умения работать в команде.

Командные игры, такие как адаптированные эстафеты, требуют взаимодействия и координации с другими детьми. Они учат детей поддерживать и помогать друг другу, слушать и следовать инструкциям. Такие навыки важны для социальной интеграции и построения доверительных отношений.

4. Обучение навыкам самоконтроля.

Физическая активность помогает развивать навыки саморегуляции и самоконтроля. Игры, требующие соблюдения правил и очередности, помогают детям с ОВЗ управлять своими эмоциями и действиями, что способствует адаптации в социуме.

5. Позитивное восприятие других детей.

Во время занятий физической культурой дети с ОВЗ учатся принимать помощь и поддерживать других. Это способствует положительному восприятию окружающих и снижает уровень социальной изоляции.

Психолого-педагогические аспекты работы.

Для эффективного развития социальных навыков у детей с ОВЗ необходимо учитывать следующие психолого-педагогические аспекты.

Индивидуальный подход. Учебные программы должны быть адаптированы к возможностям и потребностям каждого ребенка.

Поддержка и позитивное подкрепление. Важно отмечать достижения детей, поддерживать их, формировать позитивное отношение к занятиям.

Групповая динамика. Создание комфортной и поддерживающей среды в группе, что поможет детям чувствовать себя уверенно и спокойно.

Взаимодействие с родителями. Сотрудничество с родителями позволяет продолжать развитие социальных навыков вне занятий, что усиливает эффект и способствует более успешной адаптации ребенка.

Практические рекомендации для проведения занятий.

Адаптированные игры и упражнения. Применение игр, учитывающих особенности детей с ОВЗ, помогает создать комфортные условия для социализации.

Командные задания. Использование эстафет и командных игр, где дети учатся работать вместе, способствует развитию навыков взаимодействия.

Активности на свежем воздухе. Подвижные игры на открытом воздухе могут способствовать улучшению настроения и снижению уровня тревожности у детей.

Постепенное усложнение заданий. По мере укрепления физических навыков дети получают возможность выполнять более сложные упражнения, что способствует развитию уверенности.

На занятиях физической культуры в развитии социальных навыков играет огромную роль коммуникация – это контакт между людьми, позволяющий приспособиваться. Чаще всего выделяют вербальную коммуникацию, совершенно не задумываясь о роли эмоций, жестуляций и мимики при общении. Невербальные техники, на занятиях физкультуры с детьми ОВЗ, проводимые инструктором по физической культуре, совместно с педагогом-психологом, зачастую не имеют опоры на словесную базу, но поясняет какие-то вещи более доступным способом. Кроме этого, они универсальны, то есть не зависимы от языковых барьеров.

Не стоит забывать, что физическая культура влияет не только на физическое состояние, но и помогает установить тесный психологический контакт с

преподавателем, партнером, а также с коллективом, что играет огромную роль в работе особенно с детьми ОВЗ.

Заключение.

Физическая культура оказывает значительное влияние на развитие социальных навыков у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. Занятия физкультурой и адаптированные игры помогают этим детям укреплять коммуникативные навыки, развивать уверенность в себе, учиться работать в команде и адаптироваться к социальной среде.

Комплексный подход, который включает физическое и психологическое сопровождение, позволяет эффективно развивать социальные навыки у детей с ОВЗ и обеспечивает им возможность полноценного участия в жизни общества.

Список литературы

1. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения эффективной коммуникации / А.Г. Грецов, – СПб.: СПбНИИ физ. культуры, 2006. EDN TLXXPX
2. Иванов В.Д. Невербальные паттерны ролевого поведения учителя / В.Д. Иванов // Вестн. Юж. – Урал. Гос. ун-та. Сер. Образование, здравоохранение, физ. культура, – 2007.
3. Фаина А.Г. Психология общения в спорте: учебн.-метод. пособие / А.Г. Фаина, – Астрахань: Астрах. Ун-т, 2011.