**Технология использования подвижных игр на уроках физкультуры для развития физических качеств и социализации обучающихся с ОВЗ**

***Актуальность:***

В современном обществе особую актуальность приобретают проблемы социализации, обучения и развития детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Само понятие «дети с ОВЗ» стало наполняться другим содержанием, приобретать не только медицинский, но и социальный смысл. Дети с нарушениями в здоровье имеют значительные ограничения в жизнедеятельности, в способности к самообслуживанию, передвижению, самоконтролю за поведением, обучению, общению, что приводит их к социальной дезадаптации. Ограничение в жизнедеятельности создает барьеры для включения ребенка в адекватные возрасту педагогические процессы.

Одна из важнейших задач системы образования заключается в развитии готовности образовательной среды к работе с детьми, имеющими различные нарушения в развитии. Для этого необходимо:

- создание условий, необходимых для профилактики отрицательной динамики в развитии ребенка;

- создание условий для максимального проявления и развития всех его способностей;

- повышение комфортности образовательной среды для каждого ученика;

- организация сопровождения особого ребенка в образовательной среде.

Ребенку, независимо от его нарушения, необходимо положительное эмоциональное отношение к нему социального окружения. Это важно для его личностного благополучия, физического и психического здоровья. Это облегчает решение образовательных, педагогических и социальных задач, связанных с завтрашним днем подрастающего человека.Часто формируется неправильная чрезмерная опека, к таким учащимся, что лишает их самостоятельности и вредит им.

Проблему развития «особого» ребенка можно решить, имея информацию о нетипичном развитии, учитывать ее при взаимодействии с учеником, принимать его таким, какой он есть, меняя методы и условия работы с такими учащимися.

***Инновационность*** технологии заключается в целесообразности и необходимости включения подвижных игр в уроки адаптивной физической культуры для развития физических качеств и коммуникативных умений (социализации) детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей – инвалидов.

В отличие от традиционного подхода к обучению, где главная функция педагога – непосредственная организация деятельности учащихся, передача своего взрослого опыта, личностно ориентированная модель отводит педагогу иную роль, заключающуюся в организации такой образовательной среды, которая обеспечит возможность реализации индивидуальных интересов, потребностей и способностей, то есть самостоятельный деятельности и эффективного накопления учеником своего личного опыта. Активная двигательная деятельность помимо положительного воздействия на здоровье обеспечивает психоэмоциональный комфорт учащихся и развития физических качеств, а так же коммуникативных умений (социализации) детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей – инвалидов и формирует у них правила поведения в обществе.

В практике преподавания физической культуры уже существует технология подбора игр, как для одной из частей урока, так и на весь урок.

Урок, состоящий из игр, требует от участника владения нормами организованного поведения и некоторыми игровыми навыками. Такой урок включает в себя 2-3 игры знакомые детям, и 1-2 новые. Игровые уроки рекомендуется проводить в конце каждой четверти перед каникулами, чтобы установить, насколько учащиеся освоили основные движения, отработанные в четверти, проверить их общую организованность и дисциплину в игре, определить, как они освоили пройденные игры, и посоветовать, как самостоятельно проводить их. Следует учитывать, что дети с ОВЗ практически всегда имеют нестабильное настроение, могут быть капризными, апатичными или агрессивными. Поэтому внимательному эмпатичному учителю рекомендуется иметь в своём рабочем арсенале «Картотеку игр», которые способствуют активизации или расслаблению мышц, концентрации внимания, развитию ловкости или плавности и т.п. Для массовых классов с численностью 25-30 человек такой урок организовать сложно, особенно если в классе есть учащиеся, отнесенные к подготовительной медицинской группе или учащиеся с особыми образовательными потребностями, но для индивидуальной работы или в работе с коррекционными группами и классами, это прекрасный оптимальный вариант.

Учащимся с особыми образовательными потребностями необходимо больше времени для ответа или действия, для запоминания правил игры, поэтому они испытывают дискомфорт даже в подвижных играх. Они не такие быстрые, медленно ориентируются в пространстве из – за нарушения моторики, не такие ловкие и увертливые. Часто из-за неудач в игре замыкаются или ведут себя агрессивно по отношению к другим учащимся. Формирование движений, моторики ребенка - один из важнейших компонентов его физического развития. Чувство радости, ощущение самостоятельности остаются главными источниками мотивации физической активности детей

Складывающиеся в подвижных играх ситуации характеризуются большим разнообразием, что позволяет педагогу использовать их для формирования социального поведения. Успешное решение задач физического развития и общественного поведения связаны у школьников с двигательной активностью, проявлением самостоятельности и самоорганизации.

Для избегания конфликтов и недоразумений необходимо приучать участников совместной деятельности следовать общеустановленным правилам. В этом случае ученик приобретает опыт разрешения конфликтов и установления взаимоотношений в соответствии с нравственными нормами. Важно при этом не только помочь школьникам с ОВЗ овладеть нормами поведения, регулирующие деятельность, но и обеспечить удовлетворение интересов каждого отдельного ученика, особенно тогда, когда его умения оказываются недостаточными для достижения положительного результата и он, реально оценивая свои возможности, может включиться в совместную деятельность.

У учащихся с особыми образовательными потребностями появляется устойчивый интерес к совместной деятельности в небольших группах, повышается активность и самостоятельность – важные предпосылки для формирования организованного поведения. По мере расширения двигательного опыта они сначала находят партнера для совместных действий, а затем уже приступают к созданию условий для выполнения физических упражнений. Такое поведение характерно, прежде всего, для учащихся по отношению к дружески расположенным сверстникам. Подобные контакты благоприятны для развития физических качеств у учащихся, реализации творческих замыслов и формирования целеустремленности, положительных взаимоотношений при достижении цели.

Для полноценного развития физических качеств и воспитания волевых черт характера целесообразнее первоначально объединять учащихся по равным возможностям, а затем - немного превосходящими их. Имея уверенность в успешности действий, он будет тянуться за соперником, расширяя границы своих способностей.

**Игра «Ручеек»**

*Применение*: в основной части урока, как разучивание основного движения.

*Цель:* воспитание навыка синхронного выполнения команды.

*Инструкция*. Все игроки становятся в затылок друг другу, взявшись за пояс того, кто стоит впереди, таким образом, образовав колонну. На расстоянии 20 – 30 см справа от колонны кладут веревочку или шнур, обозначающий ручеек.

Все игроки произносят слова:

Разлился ручеек холодной водой. Ух!

Холодной снеговой, холодной, ключевой. Ух!

По пням, по болотам, по лесам колодам. Ух!

Произнося «Ух!», игроки должны все вместе сделать прыжок вправо, перепрыгнув веревку – «ручеек».

Тот, кто оступился, «промочил ноги», выбывает из игры. После чего игра продолжается, дети читают стихотворение заново и снова выполняют прыжок. Только теперь вся колонна выполняет прыжок в левую сторону.

*Методические  указания*. Эту игру целесообразно начинать с 2-3 учащимися, постепенно увеличивая количество игроков, поэтому необходимо объединять детей по равным возможностям.

*Усложнения*: Можно положить две веревочки «ручейка».

За счет увеличения количества игроков.

**Игра «Самолетик – самолет»**

*Применение:* в любой части урока, для восстановления дыхания.

*Цель:* формирование правильного дыхания (его глубины, ритма), укрепление мышц рук и грудной клетки, усвоение понятий «налево», «направо», координация движений в пространстве.

*Инструкция:* Ведущий показывает, как играть в «самолет»: разводит руки в стороны ладонями вверх, поднимает голову вверх – вдох. Делает поворот в сторону, произнося «ЖЖЖ», - выдох, стоит прямо, опустив руки, - пауза и т. д. Ребенок повторяет за ведущим 2 – 3 раза. Затем ведущий читает стихотворение, а ребенок выполняет движения самостоятельно по 2 – 4 раза в каждую сторону в ритм стиха.

 Самолетик – самолет (ребенок разводит руки в

 Отправляется в полет стороны ладонями вверх)

 Жу, жу, жу, (делает поворот вправо и

 Жу, жу, жу, вдох «жжж»)

 Постою и отдохну, (встает прямо, опустив руки, - пауза)

 Я налево полечу, (поднимает голову – вдох)

 Жу, жу, жу, (делает поворот влево и вдох «жжж»)

 Жу, жу, жу. (встает прямо, опустив руки, - пауза)

 Постаю и отдохну.

*Методические  указания*. Следить за правильностью дыхания.

**Игра «Горячий камень»**

*Игра:* «Горячий камень» подводящая игра в баскетбол.

*Применение*: в основной части урока как разучивание основного движения или в конце урока, как игра малой подвижности.

*Цель:* развитие у детей внимания, способности ориентироваться в пространстве, дифференциации мышечных усилий, взаимодействия двигательного и зрительного анализаторов, формирование навыков коллективного взаимодействия.

В игре принимают участие не менее трех игроков. Инвентарь: судейский свисток, мячи разного диаметра.

*Инструкция.* Все игроки образуют, круг на расстоянии вытянутой руки друг от друга, стоя лицом внутрь круга. Каждому игроку выдается мяч. По сигналу ведущего играющие точным пасом двумя руками начинают передавать мячи в руки стоящего справа соседа и ловить мячи, которые им передают игроки, стоящие слева, вплоть до остановки игры ведущим.

Игра останавливается, если: • игрок роняет мяч; • у кого-то из игроков оказывается в руках более одного мяча; • игрок неточно передаст мяч соседу, и тот не может его поймать.

Участник, допустивший ошибку, забирает с собой один мяч и покидает игровой круг. Из игры выбывает тот, кто допускает ошибку первым. В случае если ошибку одновременно допускают несколько играющих, все они покидают игру. Игра останавливается по свистку ведущего, и он принимает решение о том, кто выбывает из игры. Два последних участника выходят в финал. Они встают лицом друг к другу на расстоянии 3—4 метров. По сигналу ведущего игрок передает мяч партнеру пасом двумя руками от груди по дугообразной траектории, другой — пасом двумя руками снизу. Проигрывает тот, кто первым совершит ошибку. Если игра возобновляется, то победивший в предыдущей игре имеет право один раз ошибиться и остаться в игре.

*Варианты:*

1.Игроки могут находиться в положении сидя.

2.Могут быть использованы набивные мячи.

3.Можно использовать комбинации мячей, различных по весу и диаметру.

*Методические указания*

1.При разучивании игры:

• Рекомендуется использовать одинаковые мячи;

• В начале игры мяч должен находиться у каждого второго участника.

2.В момент игры:

• Ведущему следует обращать внимание участников на необходимость точного паса соседу;

• необходимо рекомендовать участникам внимательно наблюдать за действиями того соседа, который должен отдавать им мяч, передавать же его не глядя;

• в ожидании паса следует держать руки перед грудью.

**Игра**  **«Лохматый пес»**

*Применение:* в основной части урока. Повторять 2-3 раза

*Цель*: активизация речевой деятельности, развитие памяти и быстроты реакции, формирование способности имитировать животных (собаку).

*Инструкция*. Из числа играющих выбирают «пса». Он сидит в стороне. Другие дети медленно идут к нему, приговаривая:

«Вот сидит лохматый пес, в лапки свой уткнувши нос. Тихо, мирно он сидит, не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим и посмотрим, Что же будет?»

   Дети  тихонько подходят и хлопают в  ладоши. «Пес» вскакивает, рычит, лает и ловит детей. Пойманный игрок  становится водящим «псом».

 *Методические  указания*. Эта игра отличается большой интенсивностью, поэтому необходимо следить за тем, чтобы дети не перевозбудились.

Следует выделить игры – эстафеты, в которых предусмотрено последовательное выполнение нескольких движений, но каждый член команды осуществляет одно из них. Взаимодействия здесь складываются по – иному: неудачные действия одного ученика могут быть компенсированы дополнительными усердиями других. Обычно время, потерянное на преодоление препятствия кем – то из учеников, может быть наверстано более энергичным и эффективным выполнением движений остальными членами команды. Эти игры предоставляют возможность наиболее успешным учащимся выручить команду, «вырвать» победу. Дополнительная нагрузка на играющих, хорошо владеющих движением, в большей мере активизирует их и создает предпосылку к дальнейшему совершенствованию физических качеств.

В этих играх наглядно отмечается успех не каждого ученика, а только победа всей команды: что подчеркивает значимость сплоченности в достижении положительного результата. Азарт в игре, последовательное выполнение движений каждым членом команды, делает незаметным неудачные движения отдельных учеников, поэтому команда в случае победы ликует. Такой игрой является игра-эстафета «Двойная мотивация». Принцип: совместное синхронное выполнение движений командной эстафеты в паре - здоровым ребенком и ребенком с ОВЗ. Цель: совершенствовать двигательные навыки, умение ориентироваться в пространстве, развивать физические и морально-волевые качества. Таким образом, индивидуальные различия в физическом развитии детей с нарушениями будут нивелированы.

Физическая культура и физическое развитие детей с ОВЗ должно быть направлено на решение задач двух типов:

1. Общие задачи: укрепление здоровья учащихся; обеспечение развития гармоничного его телосложения, правильная осанка; закрепление потребности в разных видах двигательной деятельности; развитие движений, физических качеств, физической и умственной работоспособности; тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной систем; закаливание организма.

2.Специфические задачи: создание специальных условий, стимулирующих физическое развитие учащихся в целом; профилактика простудных и инфекционных заболеваний; осуществление системы коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие и совершенствование основных движений, физических качеств и на предупреждение вторичных отклонений в физическом развитии. Коррекционная направленность должна пронизывать всю работу по физическому воспитанию учащихся с нарушениями, в том числе и при осуществлении общих задач. Физические упражнения рекомендуются в повседневной жизни как на уроках, так и во внеурочное время.

Таким образом, можно сделать вывод, что подвижные и спортивные игры просто необходимы учащимся с ОВЗ - они развивают координацию, благотворно влияя на вестибулярный аппарат, стимулируют кровообращение, укрепляя сердечно - сосудистую систему, способствуют насыщению клеток организма кислородом, повышая активность головного мозга, учат учащихся концентрации и вниманию. Игры создают атмосферу радости и поэтому делают наиболее эффективным решение оздоровительных, образовательных и педагогических задач. Весёлое настроение сопровождается физиологическими изменениями в организме (активизируется дыхание, кровообращение, обменные процессы), а также оказывает положительное влияние на состояние нервной системы учащихся и способствует речевому развитию, что особенно ценно для учащихся с ОВЗ. Подвижные игры и эстафеты развивают такие физические качества, как быстрота, ловкость, выносливость, сила, гибкость. Игра является эффективным средством и методом развития двигательных качеств. Ненавязчивый оздоровительный эффект от игры трудно переоценить. Детский организм естественным образом мобилизуется и естественным образом отдыхает.

**Результативность:** Общий уровень физической подготовленности учащихся с особыми образовательными потребностями значительно возрастает к переходу в следующий класс, учащиеся легко усваивают основы спортивных игр (баскетбол, волейбол). Занятия физической культуры проходят живо, интересно, учащиеся занимаются с удовольствием, уровень качества обучения достаточно высокий (порядка 95%).

Я делюсь своим педагогическим опытом на открытых мероприятиях - таких, как конкурс педагогического мастерства «Учитель года», на мастер – классах и открытых уроках в рамках работы региональной инновационной площадки по работе с учащимися, имеющими особые образовательные потребности.

**Заключение.**Любая посильная нагрузка гораздо полезнее её отсутствия. Просто - играйте с детьми чаще. Это – самая лучшая форма проявления заботы, эмпатии и любви. Так ребенок через игру придет к осмыслению пользы, которую получают через спортивные и подвижные игры.

**Список литературы**

1. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи / В.К. Бальсевич // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – №
2. Былеева Л.В., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 2002.
3. Геллер Е.М. На старт вызывает Спортландия. – Мн., 1988.
4. Жуков М.Н. Подвижные игры. – М.: Изд-во: Академия. – 2000. – 160 с.
5. Исаева С. А. Организация переменок и динамических пауз в начальной школе (практическое пособие). – М.: Изд-во Айрис Пресс, 2004. – 40 с.
6. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2001.
7. Самоухина Н. В. “Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, и коррекционные программы”. – М.: 1993. – 215 с.
8. Спиваковская А. С. Игра – это серьезно. – М.: Педагогика, 1981. – 144с.: ил. – (Библиотека для родителей).
9. Никифорова Н.Ю. Нестандартные уроки физкультуры – Волгоград,2005
10. Садыкова С. Л. Подвижные игры на уроках и во внеурочное время – Волгоград,2008