

Организация совместной игровой деятельности с родителями и детьми с ОВЗ

Насонова Татьяна Николаевна, педагог дополнительного образования, МБОУДО «Центр «Мостовик», город Курган;

Журавлева Светлана Владимировна, инструктор-методист, МБОУДО «Центр «Мостовик», город Курган

Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в усиленной поддержке и помощи близких людей. Изменить привычный образ жизни и находиться постоянно дома — это стресс не только для родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья, но и для самих ребят.

Дети с ограничениями по здоровью испытывают дефицит движения, проводя большую часть времени в статичном положении (за столами, телевизорами, компьютерами). Это вызывает утомление определенных групп мышц, а как следствие, нарушение осанки, задержку в развитии основных физических качеств: скорости, координации движений. Поэтому важное значение для детей с особыми потребностями имеет создание родителями необходимых условий для утоления «двигательного голода».

Человек по природе своей должен много двигаться. Не зря говорят, что движение — это жизнь. Чем меньше ребенок двигается, тем больше проблем со здоровьем он получает.

У детей с ограниченными возможностями здоровья дефицит движения приводит к выраженным функциональным и морфологическим изменениям. Снижается активность биохимических процессов, ослабевает иммунитет к простудным и инфекционным заболеваниям, сужается диапазон возможностей дыхательной и сердечно-сосудистой систем, ослабляется нервно-мышечный аппарат, формируются различные дефекты осанки, что приводит к мышечной гипотонии, уменьшению подвижности грудной клетки во всех ее отделах, общему ослаблению организма и снижению жизненного тонуса.

Игра, а в особенности подвижная игра – это отличный способ сделать процесс физического развития полезным и приятным для самого ребёнка и членов семьи. Играя с детьми, взрослые начинают лучше понимать своего ребёнка, активно включаются в его сложный мир.

Стремление детей к игре естественное и непреодолимое. Игра позволяет ребёнку свободнее выражать свои эмоции и фантазии, наиболее эффективно овладевать социальными и физическими навыками. Во время игры ребёнок не только развлекается, он ещё удовлетворяет своё любопытство, исследует окружающий социум и выплёскивает накопившуюся энергию.

С помощью игр у детей с нарушением развития двигательная активность расширяется, становится не просто хаотичной, а приобретает смысл. Во время активного движения активизируются дыхание, кровообращение и обменные процессы в организме. Также подвижные игры развивают скорость реакции и внимание, тренируют силу и выносливость, снимают импульсивность. Игры способствуют развитию вестибулярного и слухового аппаратов, координации

движений и тактильных ощущений, и предназначены для того, чтобы дети с любыми возможностями здоровья могли активно проводить время.

При выборе игры родители должны учитывать возрастные особенности детей, их физические возможности, количество участников и, конечно же, желание самих ребят.

Перед началом игры нужно подготовить безопасную игровую зону, заранее подобрать необходимый инвентарь. Он должен быть ярким и заметным. Будет замечательно, если инвентарь приготовить вместе с ребёнком.

При проведении подвижных игр необходимо учитывать, что дети с ограничениями по здоровью имеют различные отклонения в состоянии здоровья (патологии зрения, слуха, последствия детского церебрального паралича, ментальные нарушения и т.д.), а также обладают разными физическими возможностями.

Если ребенок имеет проблемы со зрением, то упор следует сделать на его слуховое восприятие: используя свистки, колокольчики, различные «звучащие» мячи. Подойдет для игр, например, для эстафет, и природный материал: шишки, камушки, ракушки.

Перед началом игры, конечно же, нужно объяснить ребенку правила игры. Это нужно сделать логично и понятно для ребенка, изложить правила в увлекательной сказочной форме. Если малыш плохо слышит или видит, имеет ментальные нарушения, обязательно показать все предстоящие ему передвижения заранее, дать попробовать проиграть часть из них. Когда правила остаются непонятными до конца, ребенок может быстро потерять интерес к игре и даже расстроиться. Непременно необходимо дозировать нагрузку! Игру нужно прекратить, в случае, если ребенок начал уставать или у него снизился интерес к этому занятию.

По окончании игры нужно подвести итоги: обсудить с ребенком саму игру и его успехи в ней. Обязательно нужно дать высказаться и ему. Это способствует развитию наблюдательности, приучает к осмыслению действий и сознательной дисциплине.

Подвижные игры детьми с ОВЗ в домашних условиях

«В домике»

В рамках этой игры дети не только развивают соревновательный дух, но и тренируют ловкость и меткость.

На голом полу двумя линиями обозначаются границы «дома». Расстояние между линиями небольшое, примерно до 0,5 метра. Два участника от линии старта толкают пластиковые бутылки с водой в «дом». Важно рассчитать усилие так, чтобы бутылка остановилась в границах «дома». Для усложнения

можно наливать в бутылки разное количество воды.



«Окошки»



Игра, которую можно сделать из очень простых материалов, направленная на развитие моторики и ловкости рук.

По периметру большой коробки (например, от холодильника), вырезать круглые окошки. Ребёнок, от одного края коробки до другого, должен, высунув руки в «окошки», передавать маленький мяч или игрушку, не уронив его.

«Лабиринт»



Игра, учит детей сплочённо работать в команде.

Командная игра, для которой нужно подготовить лабиринт. Круглый склеенный из картона и достаточно большой, чтобы его могли держать за края несколько человек. Действуя вместе, дети должны завести шарик в центр лабиринта.

«Трудный путь»



Интересное упражнение, развивает ловкость, внимание, моторику рук.

На большом куске картона вырезать замысловатую дорожку, которая начинается снизу с левой стороны, проходит через всё поле картона и заканчивается внизу с правой стороны. Ребёнок находится с одной стороны «стенки дорожки». В начале «пути» ребёнок просовывает в отверстие ложку, с другой стороны стенки, на ложку кладут маленький мячик или шарик. Нужно не уронив шарик, провести ложку через весь путь.

«Цветные квадраты»



Упражнение в игровой форме направлено на дыхательную гимнастику, имеет соревновательный характер.

Из цветной бумаги нарезать небольшие квадраты. Важно, чтобы у каждого ребёнка был свой цвет квадратов и количество их у игроков равное. Все квадраты высыпать на стол и перемешать. Каждый участник с помощью соломинки для коктейля, на вдохе должен захватить квадратик своего цвета и перенести в свою тарелку. Победит тот, кто быстрее соберёт

квадраты своего цвета.

«Сила духа»



Игровое упражнение на дыхание.

На столе выложить дорожку из верёвок или книг, со множеством изгибов и поворотов. По этой дорожке нужно прокатить шарик для пинг-понга, выдувая на него струю воздуха из трубочки.

«Ловишка»



Игра на скорость и реакцию.

Понадобятся крышки от фруктового пюре или маленькие шарики, глубокая миска или ведёрко и стол. Ребёнок стоит с одной стороны стола, держит в руках ведёрко. С другой стороны стола взрослый катит шарики, ребёнок ведёрком должен их все поймать. Взрослый меняет направление и скорость подачи шариков.

«Нейрофитнес»



Упражнение даёт хорошую нагрузку на центральную нервную систему – это способствует развитию новых нейронных связей.

В прыжке двумя ногами подкидываем предметы, пытаемся попасть в какую – то ёмкость. Это упражнение нужно выполнять на коврик или не скользком покрытии. Можно и нужно менять факторы, условия и задачи упражнения как можно чаще, ведь что-то новое и необычное повышает интерес ребёнка к данному упражнению.

«Разминка»



Это не только физическая разминка, но и зарядка для ума.

Вместе с ребёнком приготовить реквизит: вырезать из цветной бумаги контуры стоп и ладоней, выложить из них дорожку в разном порядке, закрепить на полу. На первом этапе в центре – стопы, по краям – ладони, на втором наоборот. На следующих этапах можно повторить

положение, а можно ещё усложнить.

«Упражнение с кинезио мешочками»



Способствует развитию ловкости, координации, тренирует вестибулярный аппарат, зрительную концентрацию, развивает ощущение положения частей собственного тела относительно друг друга и в пространстве, укрепляет мышцы стопы и голеностопа.

Ребёнок стоит на ограниченной поверхности (например, полусфера), с одной стороны взрослый подаёт ему мешочек, ребёнок, держа в руке теннисную ракетку, должен переложить мешочек в корзину, стоящую на противоположной стороне.

«Прыжки в мешке с препятствиями»

Подвижная игра развивает координацию движений, баланс, планирование движений.



Игра заключается в том, чтобы, прыгая в мешке, аккуратно подобрать мячи, расставленные на земле, не сбивая подставки.

Для этой игры понадобятся втулки от бумажных полотенец или туалетной бумаги. Обмотаем их цветной бумагой, приклеим на кусок картона и прикрепим к полу

скотчем.

«Весёлая эстафета»



Упражнение как для двух человек, так и для команд. Способствует развитию логики и координации движений.

Участникам необходимо перенести шарики для сухого бассейна из одной корзины в другую. Шарик следует нести на одноразовой бумажной тарелке, держа её в зубах.

Любая игра прежде всего должна приносить радость всем участникам, только тогда она будет благотворно сказываться на развитии ребенка!

Библиографический список.

1. Спорт-экспресс <https://www.sport-express.ru/obshchestvo/reviews/rekomendacii-roditelyam-sportivnye-i-podvizhnye-igry-dlya-detey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-1678862/>
2. Телеграмм канал https://t.me/+_CsyYV0B_ggyMTFi
3. <https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-roditelia-i-rebionka-s-ogranichenn.html>