

# **Значение физкультминуток в работе с детьми с ОВЗ**



*Выполнила учитель-логопед  
МДОУ «Василёк» Воронова  
Елена Анатольевна*



**«Я не боюсь ещё и ещё раз  
повторять:  
забота о здоровье – это  
важнейший  
труд воспитателя. От  
жизнерадостности,  
бодрости детей зависит их  
духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное  
развитие,  
прочность знаний, вера в  
свои силы».**

**В.А. Сухомлинский**



# Каких детей мы называем «ДЕТИ С ОВЗ»?

*Дети с  
ограниченными  
возможностями  
здоровья*



# Слова-синонимы

- «дети с проблемами»;
- «дети с особыми нуждами»;
- «нетипичные дети»;
- «дети с трудностями в обучении»;
- «аномальные дети»;
- «исключительные дети».



# Дети с ОВЗ

## (по классификации В.А. Лапшина и Б.П.Пузанова)

- Дети с нарушением слуха (глухие, слабослышащие, позднооглохшие);
- Дети с нарушением зрения (слепые, слабовидящие);
- Дети с нарушением речи (логопаты);
- Дети с нарушением опорно-двигательного аппарата;
- Дети с задержкой психического развития;
- Дети с нарушением поведения и общения;
- Дети с умственной отсталостью;
- Дети с комплексными нарушениями психофизического развития, с так называемыми сложными дефектами (слепоглухонемые, глухие или слепые дети с умственной отсталостью).

# Для этих детей характерно:

- позднее формирование познавательной активности;
- более низкая работоспособность;
- недостаточная саморегуляция;
- нарушение познавательных процессов.





# Физкультминутка проводится на каждом занятии с целью:

- предупреждения и снятия утомления;
- повышения активного внимания;
- повышения работоспособности.



# Применение физкультурных минут способствует достижению таких позитивных проявлений, как:

- снятие статического напряжения позвоночника;
- улучшение кровоснабжения головного мозга;
- совершенствование функции дыхания;
- расслабление верхних и нижних конечностей;
- совершенствование тонкой моторики пальцев рук.



***Время начала*** физкультурной минутки определяется самим педагогом, т.е. при проявлении первых признаков утомления.

***Внешними проявлениями*** утомления являются рост числа отвлечений, потеря интереса и внимания, ослабление памяти, нарушение почерка, снижение работоспособности и т.д.

***Проводится*** дважды за занятие – на 8-20 минуте занятия.

***Длительность*** физкультминуток обычно составляет 1-2 минуты.

# При проведении занятий

## используются упражнения:

- по формированию осанки;
- укреплению зрения;
- укреплению мышц рук, отдых позвоночника;
- упражнения для ног;
- упражнения на ковре;
- релаксационные упражнения для мимики лица;
- потягивание;
- массаж области груди, лица, рук, ног;
- психогимнастика;
- упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.



# «НАСОС»

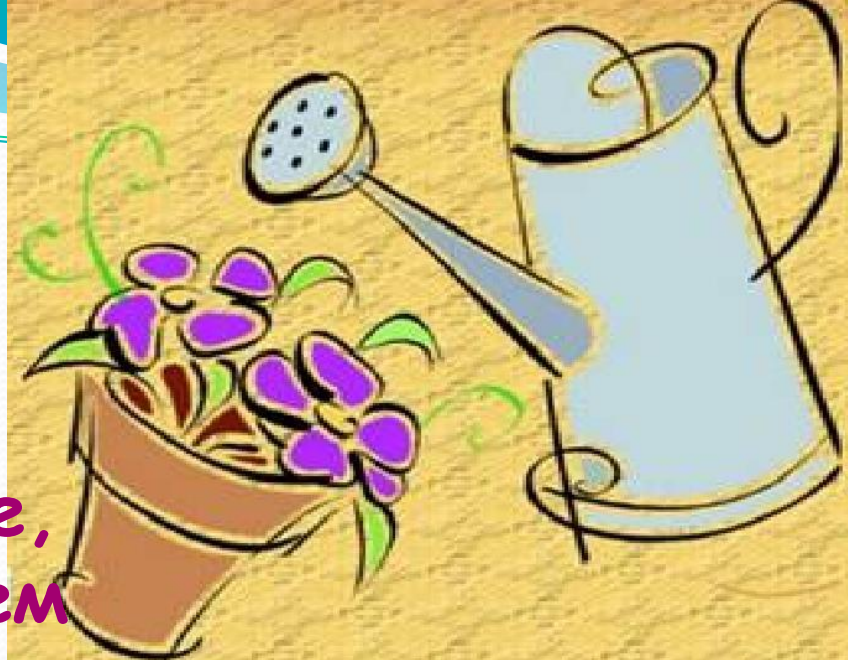
Накачаем мы воды,  
Чтобы поливать цветы.

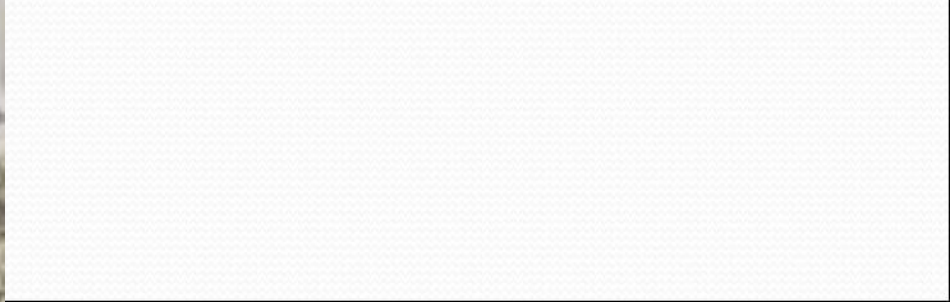
Встать прямо, ноги вместе,  
руки опущены. Вдох, затем  
наклон туловища в сторону—  
выдох, руки

скользят вдоль туловища, при  
этом

громко произносить «с-с-с-с-с-с».

Повторить 6—8 наклонов в  
каждую  
сторону.











## «УТЮЖОК»



- Возьми толстый карандаш. Положи его на стол. «Прогладь» карандаш сначала одной ладонью, потом другой. Покатай карандаш по столу.

*Карандаш я покачу*

*Вправо-влево — как хочу.*





**Спасибо за  
внимание!**

