Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «Гражданская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат»

**ДОКЛАД**

«Физическое воспитание детей в коррекционной школе VIII вида»

тренер - преподаватель:

Ивасик Сергей Васильевич

2020 г.

**Значение физического воспитания в школе** **VIII вида**

Определяя основные направления воспитательной работы с детьми, следует исходить из того, что каждый ребенок прежде всего должен быть здоров, а его жизнь охраняется взрослыми, этот раздел в плане школы и конкретных воспитателей обозначается как **физическое воспитание.**

На современном этапе перестройки школьного образования, в частности, школы VIII вида, физическое воспитание должно выступать как основной фактор повышения двигательных возможностей умственно отсталых детей в подготовке их к жизни и в последующем к физическому труду, т.е. сущность физического воспитания в специальной коррекционной школы 8 вида должна заключаться в активном и многообразном содействии процессу социальной адаптации. Ведь данная проблема, проблема трудоустройства выпускников вспомогательной школы является в настоящее время одной из важнейших проблем дефектологии. От того, насколько успешно овладеет умственно отсталый школьник рабочей профессией, зависит его дальнейшее социальное положение и, следовательно, успешная адаптация в самостоятельной жизни.

Важно отметить, что физическое воспитание занимает особое положение в системе коррекционно-воспитательной работы школы VIII вида, поскольку физическое состояние и двигательные возможности умственно отсталого ребенка во многом определяют его общую дееспособность в обучении и в труде, а также компенсаторные возможности организма в преодолении нарушений развития.

У многих учащихся имеются нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной и эндокринной систем. Наблюдается слабость миокарда, аритмии, дыхание нарушено по частоте, глубине, ритму; отсутствует согласованность дыхательного акта с двигательной нагрузкой. Физические же нагрузки способствуют увеличению сердцебиения, мышца сердца под влиянием физических нагрузок сокращается сильнее, повышается выброс сердцем крови в магистральные сосуды. Постоянная тренировка системы кровообращения ведет к ее функциональному совершенствованию. Кроме того, во время работы в кровоток включается и та кровь, которая в спокойном состоянии не циркулирует по сосудам. Вовлечение в кровообращение большой массы крови не только тренирует сердце и сосуды, но и стимулирует кровотечение.

Физические упражнения способствуют хорошей работе органов пищеварения, помогая перевариванию и усвоению пищи, активизируют деятельность печени и почек, улучшают деятельность желез внутренней секреции: щитовидной, половых, надпочечных, играющих огромную роль в росте и развитии молодого организма. Физические упражнения вызывают повышение потребности организма в кислороде, в результате чего увеличивается “жизненная емкость” легких, улучшается подвижность грудной клетки. Кроме того, полное расправление легких ликвидирует застойные явления в них, скопление слизи и мокроты, т.е. служит профилактикой возможных заболеваний. Легкие при систематических занятиях физическими упражнениями увеличиваются в объеме, дыхание становится более редким и глубоким, что имеет большое значение для вентиляции легких.

Процесс физического воспитания в школе VIII вида направлен на решение таких задач, как коррекция и компенсация нарушений моторики, содействие оптимальному физическому развитию ребенка, закаливанию организма, повышению его физической подготовленности, развитию двигательных качеств и т.д.

Важность физического воспитания в деле развития умственно отсталого ребенка заключается также и в том, что одним из важнейших условий гармоничного развития личности является достаточная двигательная активность. Аномальным детям, как установлено, свойственна гипокинезия, которая ухудшает состояние организма и способствует появлению ряда заболеваний. Выход из этого может быть только один: своевременное применение физиологически обоснованных физических нагрузок. Можно даже считать, что ***аномальные дети больше нуждаются в мышечной деятельности, чем здоровые.***

Важно также отметить, что при умственной отсталости явно недоразвита регулирующая функция речи в организации целенаправленных движений и формируется она только при активной коррекционно-воспитательной работе. Проводимая коррекционная работа способствует также воспитанию у учащихся таких качеств, как внимательность, сосредоточенность, умение пользоваться словесной инструкцией при организации своих движений, терпеливость, целеустремленность и т.д.

Физическое воспитание содействует и формированию нравственных качеств: у детей воспитываются и закрепляются коллективистические навыки, товарищество, правильное отношение к требованиям дисциплины, чувство чести класса, школы.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что физическое воспитание умственно отсталых учащихся является важным участком всей учебно-воспитательной работы в школе VIII вида, и оно занимает одно из важнейших мест в подготовке данной категории детей к самостоятельной жизни и производительному труду.

**Организация деятельности по физическому воспитанию в условиях пандемии**

**В условиях пандемии проводились тренировки в дистанционном режиме. Ребята занимались самостоятельно дома, основные нагрузки нисколько не спали. Проведение дистанционных тренировок в основном касается общефизической подготовленности: отжимания, приседания, выпрыгивания, все амплитудные движения, все это можно делать дома. Также применяются элементы специальной физической подготовки. Меньше это коснулось таких видов спорта, как дартс, здесь можно полноценно тренироваться на дому, что я активно практиковал.**

**Как только отменят режим повышенной готовности, тренировки возобновятся в полноценном размере.**

**Заключение**

Итак, физическое воспитание подрастающего поколения – одна из важнейших задач, поставленных перед школой. Школа закладывает основы физического развития ребенка. Значение физического воспитания как средства формирования личности особенно важно для работы школы VIII вида. Физическое воспитание всегда рассматривалось в олигофренопедагогике как необходимое средство развития умственно отсталых детей. Поэтому в системе специальных (коррекционных) школ VIII вида физическое воспитание занимает видное место, так как оно помогает решать задачи не только физического развития детей-олигофренов (что само по себе важно), но и умственного.