

## **Рекомендации для родителей по адаптивному физическому воспитанию детей раннего возраста со сложными нарушениями развития.**

Сложное нарушение развития – это сочетание двигательных, речевых, сенсорных, эмоциональных нарушений, а также сочетание этих нарушений с умственной отсталостью разной степени.

Основная отличительная черта детей данной категории – замедленность темпов развития, пассивность, низкий уровень работоспособности, истощаемость психических процессов. Эти малыши постоянно нуждаются в интенсивной поддержке при самообслуживании, в вербальном и невербальном общении.

Наряду с первичными имеют место и вторичные нарушения, структура которых зависит от степени ведущего нарушения. Вторичные нарушения затрагивают как физические, так и психические функции, которые интенсивно формируются в раннем возрасте: зрительно-моторная координация, произвольная регуляция деятельности, двигательная сфера, моторные навыки и другое.

Многие родители недооценивают значимость развития двигательной активности ребёнка, ограждают его от трудностей передвижения, тем самым снижая объём двигательной активности.

Одним из важных компонентов коррекционно-развивающей помощи детям со сложными нарушениями развития является адаптивная физическая культура. Она является действенным средством коррекции и компенсации нарушенных функций, а также для социализации этих детей.

Для работы с данной категорией детей разрабатывается индивидуальный маршрут, который согласовывается с родителями. Педагоги-дефектологи, психологи оказывают помощь родителям.

Работа направлена на:

- формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- коррекцию двигательных нарушений;
- развитие пространственной ориентировки, сохранных анализаторов, сенсорной системы, коммуникативной и познавательной деятельности.

Какие рекомендации должны соблюдать родители при проведении занятий дома:

1. Создание коррекционно-развивающей безопасной среды.
2. Постоянно следим за реакцией ребёнка, чтобы исключить переутомление.
3. Соблюдайте принцип постепенности: начните с самых простых доступных движений, постепенно усложняя их. Учитывайте

индивидуальные особенности вашего ребёнка (слух, остроту зрения, уровень общения и др.).

4. Форма занятий может быть любой: совместная игра, соревнование и др.
5. Чаще меняйте исходные положения, упражнения на расслабление, используйте музыку.
6. Занятия и игры должны соответствовать возрасту, возможностям и потребностям ребёнка.

Физическое воспитание ребёнка в условиях семьи начинается с выявления приоритетных сигналов восприятия и ориентирование на активное их использование.

Необходимо подбирать физические упражнения, которые стимулировали бы ребёнка к вставанию. Хорошо использовать упражнения имитационного характера. Полезно использование стимульного материала: озвученных игрушек, дорожек с наклеенными предметами, тактильные мячи и др.

Для детей с нарушениям зрения очень важны тактильные контакты, пассивные упражнения утренней гимнастики, повороты головы к источнику света и звука, перевороты со спины на живот и обратно.

Используйте каждый день необычные комплексы упражнений, гимнастики, пальчиковые игры.

В то же время необходимо постоянное речевое общение с мамой, установление психоэмоционального контакта.

Таким образом, занятия физкультурой с детьми под руководством родителей способствуют устранению дефицита движений, нормализации нарушенных функций, совершенствованию моторики и психики ребёнка.