

сокращения мышц становятся сильнее, мышцы обретают выносливость. Ребенок старшего школьного возраста в плане выносливости уже может сравниться с взрослым человеком. Ребенок среднего и старшего школьного возраста хорошо владеет своим телом, и если он занимается спортом, то может достигнуть в спорте высоких результатов. Руки способны выполнять очень тонкую работу - писать, рисовать, лепить, что-нибудь конструировать и т.д.

Костная система. У девочек к 14-15 годам таз приобретает формы, которые характерны для взрослой женщины. Окостенение тазовой кости завершается к 17-18 годам. Рост скелета у девочек прекращается в 16-18 лет.

В переходном периоде дети нуждаются в особо внимательном педагогическом руководстве. В переключении их бурно растущей энергии в сторону здоровых проявлений - серьезных интеллектуальных интересов, занятий искусством, активного участия в общественной жизни и в производительном труде и т.д.

Библиографический список:

1. Бабцева, А. Ф. Анатомо-физиологические особенности органов и систем у детей: учебное пособие / А. Ф. Бабцева, К. А. Арутюнян, Т. Е. Бойченко, Е.Б. Романцова. Благовещенск. – 2010. 61 с.

Силаева О.А.

Шуйский филиал Ивановского государственного университета,
г. Шуя, Ивановская область, Россия

ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ИНКЛЮЗИВНЫХ ГРУППАХ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Инклюзивное образование, которое интенсивно входит в практику современного образования всех уровне ставит перед образовательными учреждениями много сложных вопросов и новых задач.

Обычное образование нацелено на здоровых детей, включает в себя обычных педагогов и общеобразовательные школы. Специальное образование включает работу с особыми детьми, под них подстраиваются и школа, и педагоги. Интегрированное образование с помощью реабилитации и адаптации подстраивает специального ребенка к обычному образованию. И, наконец, инклюзивное образование, воспринимая ребенка таким, какой он есть, подстраивает под него систему образования [1].

Одним из направлений инклюзивного образования является физическое воспитание детей с ограниченными возможностями здоровья сред-

ствами адаптивной физической культуры.

Адаптивная физическая культура в образовательном учреждении – это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию, и адаптацию к нормальной социальной среде детей с ограниченными возможностями здоровья. Адаптивная физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные функциональные сдвиги в организме, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма [1, 2, 3].

На базе МДОУ №14 г. Шуя нами реализуется комплексная программа «Физкультура для всех», целью которой является улучшение физического, нервно-психического состояния детей, развитие их двигательной подготовленности. Занятия по физической культуре наряду с детьми с обычно протекающим развитием, посещают с детьми с тяжёлыми нарушениями речи, нарушениями слуха, с синдромом Дауна, с ЗПР, с ДЦП, с эмоционально-волевыми проблемами и пр.

Зачастую дети с ОВЗ не запоминают материал, не понимают его содержание, не усваивают правила поведения на занятиях, правила в игре. В частности, плохо ориентируются в пространстве, не умеют обойти препятствия, плохо координируют свои движения. Поэтому наиболее эффективным средством коррекции и компенсации нарушенных функций являются занятия подвижными играми (в том числе с элементами спортивных игр). Занятия этими играми позволяют совершенствовать прыжки, бег, ловкость, прислушиваться и ориентироваться в быстро изменяющейся игровой обстановке. Эти игры вырабатывают и прививают ряд навыков, необходимых в трудовой деятельности и повседневной жизни. Они развивают и укрепляют нравственные и личностные качества, волю, настойчивость, активность, инициативу, воспитывают чувство коллективизма, дружбы и ответственности за каждый поступок. Подготовка и участие в подвижных и спортивных играх способствуют овладению пространством, приобретению свободы в движениях, лёгкости в них и уверенности в себе, развивают координацию, быстроту, силу, смелость, слух, осязание [2, 3, 4].

У детей с ОВЗ (синдромом Дауна) нарушены темпы развития всех стороны психики: внимание, память, мышление, речь, моторика. Внимание у таких детей недостаточно устойчиво, поэтому очень важна организация их внимания. Главное на занятиях по физической культуре заинтересовать ребенка, создать игровую ситуацию, способную удерживать внимание в том числе за счет использования ярких атрибутов (спортивного инвентаря, видеоинсталляций, музыкального сопровождения и пр.).

При этом следует отметить, что освоение детьми двигательных действий в инклюзивных группах должно проходить в спокойной обстанов-

ке с привлечением широкого спектра анализаторных систем к контролю за движением, повторение заданий должно осуществляться более длительное время по сравнению со здоровыми детьми [3].

Использование данных форм работы позволили расширить двигательную активность детей, приобщить их к доступной спортивной деятельности, интересному досугу, развить собственную активность, а также они способствуют формированию здорового образа жизни, физкультурному и спортивному воспитанию учащихся.

Библиографический список:

1. Алова Н.Н. Адаптивная физическая культура как фактор адаптации к социальной среде детей с ограниченными возможностями здоровья // Научный поиск. №4.1. 2014. С. 3-5.

2. Козлов И.В. Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт для детей-инвалидов // Научный поиск. №4.1. 2014. С. 14-16.

3. Правдов Д.М., Корнев А.В. Инклюзивное физическое воспитание в дошкольных образовательных учреждениях // Научный поиск. 2013. № 2.2. С. 27-29.

4. Силаева О.А. Принципы проектирования инклюзивной физкультурно-образовательной среды дошкольного образовательного учреждения // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2014. №4(36). doi: 10.12731/2218-7405-2014-4-14.

Скачкова Т. А.

ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет»,
г. Новосибирск, Россия

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА ПРИМЕРЕ ДНЯ ООП ДО
«ДЕТСТВО»**

Аннотация. В работе рассматриваются вопросы, связанные со здоровьесбережением дошкольников. Описаны виды работ по физическому воспитанию в дошкольной организации. Проанализирован примерный режим дня младшего дошкольного возраста на основе ООП ДО «Детство».

Ключевые слова: дошкольники, здоровый образ жизни, нормативно-правовая база, здоровьесберегающее образование.

В связи с реформированием нормативно-правовой базы дошкольное образование сегодня реализует глобальные изменения. Здоровьесбе-