

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА» ПОСЕЛКА ПСЕБАЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСТОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «11» 11 2022г.  
Протокол № 2

Утверждаю

Директор МБУДО «Дом  
детского творчества» пос. Псебай  
В.Н. Левенцова  
«11» ноябр 2022г.



**Методические рекомендации для педагогов,  
работающих с детьми с ОВЗ, детьми-инвалидами  
при организации занятий по фитнес-аэробике**

Подготовила:  
**Данилова Елена Валерьевна,**  
педагог дополнительного  
образования

2023 г.

Данные методические рекомендации разработаны для педагогов, работающих с детьми с легкой умственной отсталостью, с задержкой психического развития в объединении физкультурно-спортивной направленности. Они содержат материалы, которые помогут как начинающим, так и опытным педагогам, при организации занятий по фитнес-аэробике с детьми с ОВЗ и детьми-инвалидами. Используя данные советы и рекомендации, педагоги смогут достичь положительных результатов у детей с особыми образовательными потребностями.

Планируя занятие по фитнес-аэробике, педагог должен ориентироваться на то, какой диагноз стоит у ребенка и какая может быть максимальная нагрузка, если это индивидуальное занятие. Если это группа детей, то необходимо их подобрать так, чтобы максимальная нагрузка у них была одинаковая. Планируя занятие, упор делать, на опыт детей, на то, что они знают и умеют, т.е. на зону ближайшего развития. Следует помнить, что необходимо постоянно поддерживать, у ребенка с особыми образовательными потребностями, уверенность в своих силах и возможностях.

Правила, которые необходимо выполнять педагогу:

1. Трудность заданий должна возрастать постепенно, пропорционально возможностям ребёнка. Принцип построения упражнений - от простого - к сложному.
2. Использовать четкие указания при выполнении упражнений.
3. Применять личностно-ориентированный подход.
4. Повторять инструкции к выполнению задания несколько раз.
5. Наглядно демонстрировать упражнения лично, либо с помощью средств ТСО.
6. Использовать чередование фитнес-технологий (аэробики, фитбол-гимнастики, йоги, стретчинга, степ-аэробики) для поддержания интереса к занятию.
7. Не нужно требовать немедленного включения в работу.
8. На каждом занятии обязательно вводить организационный момент, т.к. данная категория детей с трудом переключается с предыдущей деятельности.
9. Не нужно ставить ребёнка в ситуацию неожиданного вопроса и быстрого ответа, обязательно дать некоторое время для обдумывания.
10. Не рекомендуется давать для усвоения в ограниченный промежуток времени большой и сложный материал, необходимо разделять его на отдельные части и давать их постепенно.
11. В момент выполнения задания недопустимо отвлекать учащегося на какие-либо уточнения, инструкции, т.к. процесс переключения у них очень снижен.
12. Стараться облегчить учебную деятельность использованием зрительных опор на занятии (презентаций, схем), учитывать, что объём восприятия снижен.

13. Активизировать работу всех анализаторов (двигательного, зрительного, слухового, кинестетического). Дети должны слушать, смотреть, проговаривать.
14. Необходима тщательная подготовка перед разучиванием новых упражнений. Важна не быстрота и количество сделанного, а тщательность и правильность выполнения самых простых заданий.
15. Педагог не должен забывать об особенностях развития таких детей, давать кратковременную возможность для отдыха с целью предупреждения переутомления, проводить равномерные включения в занятия пауз.
16. Необходимо развивать самоконтроль, давать возможность самостоятельно находить ошибки у себя и у товарищей, но делать это тактично, используя игровые приемы.
17. Не нужно давать на занятии более двух новых понятий. В работе стараться активизировать не столько механическую, сколько смысловую память. Необходимо прибегать к дополнительной ситуации (похвала, жетоны, наклейки и др.).
18. Создавать максимально положительную обстановку на занятии, поддерживать атмосферу доброжелательности.
19. Темп подачи учебного материала должен быть спокойным, ровным, медленным, с многократным повтором основных моментов.
20. Необходимо осуществлять индивидуальный подход к каждому ребенку.
21. Все приемы и методы должны соответствовать возможностям детей с особыми образовательными потребностями. Относится к ним так, чтобы они чувствовали себя здоровыми детьми. Они должны испытывать чувство удовлетворённости и чувство уверенности в своих силах.

**Заключение:** используя данные методические рекомендации, педагоги смогут более грамотно и правильно подойти к проведению занятий фитнес-аэробикой с детьми с ОВЗ и с детьми-инвалидами.