

Коррекционная работа укрепления физического здоровья детей с ОВЗ в домашних условиях

Для семей, воспитывающих детей с ограниченными возможностями здоровья, важным и приоритетным является коррекционно-развивающая, компенсирующая и реабилитационная работа, которая направлена на восстановление психофизического и социального статуса ребенка, а также способствующая его социальной адаптации.

Для ребенка с ОВЗ (*вне зависимости от его диагноза*) очень важно развивать свои телесные ощущения и двигательную активность. Для этого можно воспользоваться следующими нехитрыми приемами:

- Раскачивание ребенка (*в гамаке, в покрывале, на качелях и т.д.*) с проговариванием стихов, потешек и песенок;
- Качание на гимнастическом мяче (*лежа на спине, на животе, с упором на ноги, на руки, сидя*);
- Ходьба по различным поверхностям (*по камушкам, по песку, по губкам, по каштанам, гороху, массажным коврикам и т.д.*);
- Лазанье, перелезание через папу, маму, эмоционально-заразительные ласкательные игры (*накрывшись простыней, с прикосновениями и т.д.*);
- Развитие сенсорных ощущений руки (*рисование на ладошке, отпечатками ладошки, ступни; лепка из соленого теста и пластилина*);
- Катание на велосипеде;
- Игры с мячом (*бросание мяча вверх, от себя, катание мяча друг другу, ловля мяча, удар по мячу ногой, при этом используя разную силу удара по мячу*);
- Пальчиковые игры;
- Массаж рук до локтя и ног до колена с использованием контраста (*Суджоку и резиновый колючий мячик, зубная щетка, макияжная кисть и т.д.*).

Взаимодействуя с ребенком, говорите простыми короткими фразами. Сопровождайте все бытовые ситуации показом предмета и короткой фразой, с добавлением естественного жеста. Например: **«Это тарелка. Будем кушать»** (*жест – рука ко рту*) или **«Это мыло. Будем мыть руки»** (*жест – рука трет руку*).

Одним из самых простых и эффективных приемов является подключение к играм ребенка (*а именно: стараться поддержать его игру и включаться в нее*) – повторять за ним то, что он делает, ждать его реакции, вырабатывать эмоциональный отклик и очередность в играх. Постепенно, после того, как совместное внимание к игре уже есть, необходимо включать игры с правилами.