

УДК 796.011

Георгиева Надежда Георгиевна, старший преподаватель, Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского

e-mail: g-nadia@list.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Аннотация. В настоящее время актуальным представляется переосмысление адаптивной физической культуры в векторе её педагогического развития, актуализации как направления реабилитации детей, имеющих ограниченные физические возможности и отклонения в состоянии здоровья в общеобразовательных учреждениях. Цель данной статьи рассмотреть содержательную и методическую основы адаптивной физической культуры школе.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, общеобразовательные учреждения.

Georgieva Nadzhda Georgievna, the teacher, Crimean Federal University of V. I. Vernadsky

e-mail: g-nadia@list.ru

THE ORGANIZATION AND METHODS OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Annotation. At present, it seems relevant to rethink adaptive physical education in the vector of its pedagogical development, actualization as a direction of rehabilitation of children with limited physical abilities and deviations in the state of

health in educational institutions. The purpose of this article is to consider the substantive and methodological foundations of adaptive school physical education.

Keywords: adaptive physical education, educational institutions

Среди многочисленных и разнообразных проблем, с которыми сталкивается в своей работе школа, есть задачи, требующие новых решений. Одной из них является проблема повышения эффективности здоровьесберегающей образовательной среды. Это обусловлено тем, что в последние годы, согласно данным, полученным разными специалистами, практически здоровыми можно признать не более 10 % современных школьников. Более 50 % имеют различные функциональные отклонения, а 35-40 % -хронические заболевания [Баранов А.А., 2018]

Наряду с заболеваниями в детском и подростковом возрасте встречаются также отклонения физиологических функций и состояний органов, которые не носят характера заболевания, а являются отражением критических состояний развития или адаптационных синдромов [Спирин В.К., 2002]

В связи с чем, особое значение в работе с детьми с ослабленным здоровьем приобретает адаптивная физическая культура, предназначенная для всех без исключения школьникам с целью формирования у занимающихся осознанного отношения к своим силам, преодолению необходимых для полноценного функционирования организма физических нагрузок, потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и в осуществлении здорового образа жизни [Евсеев С.П., 2000].

Адаптивная физическая культура в структуре ФГОС общеобразовательных учреждений. Эффективное развитие и внедрение программ по адаптивной физической культуры обеспечивается концепцией новой модели общероссийской системы образования, и отражено в Федеральном Государственном стандарте (ФГОС) в форме Программы коррекционной работы [ФГОС, 2010]. Данная программа должна быть направлена на коррекцию недостатков психического и (или) физического

развития детей с ограниченными возможностями здоровья, преодоление трудностей в освоении основной образовательной программы основного общего образования, оказание помощи и поддержки детям данной категории.

Программа должна обеспечивать:

1. выявление и удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при освоении ими основной образовательной программы и их дальнейшую интеграцию в организации, осуществляющей образовательную деятельность (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644);

2. реализацию комплексного индивидуально ориентированного психолого-медико-педагогического сопровождения в условиях образовательной деятельности всех детей с особыми образовательными потребностями с учетом состояния здоровья и особенностей психофизического развития (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии) (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644);

3. создание специальных условий воспитания, обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, безбарьерной среды жизнедеятельности и учебной деятельности; использование адаптированных образовательных программ основного общего образования, разрабатываемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность, совместно с другими участниками образовательных отношений, специальных учебных и дидактических пособий; соблюдение допустимого уровня нагрузки, определяемого с привлечением медицинских работников; проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий; предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего необходимую техническую помощь (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644).

Таким образом, акцент делается именно на учёте потребностей участников образовательных отношений, непрерывном индивидуализированном образовании, разработке и внедрении адаптированных дополнительных общеобразовательных программ.

Исследователи отмечают, что особые образовательные потребности могут испытывать как дети с ОВЗ, так и дети, не имеющие ОВЗ, относящиеся как к первой, так и второй группам здоровья [Спирин В.К., 2002; Евсеев С.П., 2000].

В связи с чем, эффективность реализации образовательных задач для школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья, определенных ФГОС недостаточно решать только медицинскими методами, направленными на повышение физиологических ресурсов систем защиты здоровья или на улучшение баланса систем организма. С другой стороны, для реализации задач оздоровительно-развивающей направленности недостаточно и учебного времени, отведенного для занятий физическим воспитанием, и содержания предмета, базирующаяся на спортивно-рекреационной деятельности, заключающейся в физическом совершенствовании человека средствами спортивной подготовки.

Основное отличие адаптивной физической культуры, заключающееся в интеграции в себе трех самостоятельных областей знаний – физической культуры, медицины и коррекционной педагогики создает условия и возможность комплексного подхода в вопросах здоровьесбережения в общеобразовательных учреждениях.

Таким образом, основное направление АФК, отличающее его от лечебной физической культуры и физического воспитания состоит в направленном действии на [Евсеев С.П., 1998-2001]:

- активизацию имеющегося потенциала здоровья человека, а не на лечение конкретных заболеваний;

- на запуск механизмов саморегуляции за счет комплексного использования физических упражнений и психологических (ментальных) тренингов, аутогенной тренировки;

- на коренное изменение отношения к собственной личности и своим проблемам и т.п.

Также отмечается, что адаптивная физическая культура предоставляет более емкий разнообразный вид деятельности.

Содержательная база АФК, объединяет в себе помимо названных видов, адаптивный спорт, адаптивную двигательную рекреацию, адаптивное физическое воспитание обучающихся с отклонением в состоянии здоровья общеобразовательных организаций, креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные и экстремальные виды двигательной активности человека. Что позволяет реализовать системно-деятельностный характер обучения, при котором создаются условия овладения совокупностью необходимых для жизни в современном обществе знаний, умений, навыков и компетенций согласно закономерности восхождения от низкого к более высокому уровню усвоения знаний, при постепенном смещении акцента с неспецифического характера двигательной активности к специфическому воздействию.

Средства, методы и методики АФК активно реализующиеся в классно-урочных, внеклассных занятиях физическими упражнениями, занятиями физическими упражнениями в режиме учебного дня школы, внешкольных занятиях физическими упражнениями позволяют решать не только оздоровительные задачи, но и развивающие, образовательные и воспитательные.

Однако анализ научной литературы и педагогическая практика показывают, что в большей степени учитывают физическое оздоровление, закаливание, коррекцию особенностей соматического состояния (коррекция акта дыхания, нарушений сердечно-сосудистой системы), формирование положительных компенсаций, а важное воздействие «развивающих» и «образовательно-развивающих» направлений АФК как оздоровительно-развивающего фактора недооценивается и зачастую реализуется в качестве спортивной подготовки. Оздоровительное воздействие данных направлений обеспечивается совершенствованием навыков базовых двигательных действий, расширением двигательного потенциала, направленным

воспитанием основных физических качеств: координационных, силовых способностей, быстроты, гибкости, общей выносливости; активизацию и совершенствованием психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления. Объединяя процессы взаимосвязанного развития сложных форм психической деятельности, психомоторики, двигательной сферы гармоничное развитие двигательных качеств является важнейшим критерием уровня здоровья, адаптационных свойств организма и социализации школьников с нарушениями в состоянии здоровья.

Отведенные на дифференцированный вариативный компонент – 50-70% учебного времени, позволяют использовать потенциал средств АФК в рамках образовательного процесса (Матвеев А.П., 2014; ФГОС, 2010).

На сегодняшний день разработан ряд оздоровительно-образовательных программ и методик, учитывающих особые потребности детей с нарушениями в состоянии здоровья [Кузьмина Н.А, 2010; Ростомашвили Л.Н., 2014; Хода Л.Д., 2012; Спирин В.К., 2002].

Для реализации современных методик АФК предлагается в календарно-тематическом планировании введение третьего дополнительного часа оздоровительно-корректирующих упражнений с включением комплексов упражнений оздоровительных систем. В качестве ресурсного материала предлагается дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой, асаны хатха-йоги, упражнения на расслабление, гимнастика для глаз Э.С.Аветистова, самомассаж, аэробные упражнения [Мамедов К.Р., 2014].

Программы физкультурно-спортивной направленности в рамках дополнительного образования детей усиливают вариативную составляющую общего образования, способствуют физическому совершенствованию и реализации знаний и умений, стимулируют познавательную мотивацию обучающихся. Разработаны проекты и внедрены в практику инновационные модели спартианских программ, сочетающих оздоровительный, социально-педагогический и образовательно-интеллектуальный компоненты деятельности. К таким методам относятся множество нетрадиционных

методик, таких как сказкотерапия, арттерапия, музыкотерапия, кинезитерапию (танцетерапия, хореотерапия, коррекционная ритмика) с целью гармоничного развития ребенка, расширение возможностей его социальной адаптации [Лубышев Е. А., 1999.; Губарева Т.И., 2001; Перминова Н.И., 2009, Бережная Л.И., 2013].

Таким образом, создание в общеобразовательных учреждениях системы непрерывного здоровьесбережения средствами адаптивной физической культуры путем их систематизации в образовательном пространстве могут сформировать идеальное место для реализации междисциплинарных оздоровительных программ, оказать значительное влияние на повышение уровня здоровья и формирование мировоззрение и личности школьника.

Список источников:

1. Баранов, А.А., Альбицкий В.Ю. Состояние здоровья детей России, приоритеты его сохранения // Казанский медицинский журнал / А.А. Баранов.- 2018. - № 4. – С. 698 – 705
2. Губарева Т.И. Гуманистически ориентированная педагогическая технология культурно-спортивной работы с инвалидами: Автореф. дис... док.пед.наук. – М. 2001. – 45 с. 116.;
3. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура и социальная интеграция инвалидов / С. П. Евсеев // Физическая реабилитация и спорт инвалидов / под ред. А. В. Царик. — М., 2000. — С. 479–481.
4. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для образовательных учреждений высшего профессионального образования, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» / С.П. Евсеев. – Москва: Спорт, 2016. – 616 с.
5. Ерешко, Н. Е. Физическая рекреация в рамках требований ФГОС для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья как форма

внеклассных занятий / Н. Е. Ерешко, С. В. Клименко // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2016. – Т. 1, № 3. – С. 30–33.

6. Кузьмина, Н.А. Модернизация процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста на основе индивидуализированной методики с учетом развития двигательных качеств: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Кузьмина Наталья Алексеевна. - Велики Луки, 2010. – 192с

7. Лубышев Е. А. Спартианская модель культурно-спортивной работы с детьми-инвалидами на базе детского реабилитационного центра / Автореф. дис. канд. пед. наук. 13.00.04 - М.: 1999. - 23 с.;

8. Организация и проведение внеурочных форм занятий физической культурой в школе на основе диагностики: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Перминова, Наталия Ивановна. – Тюмень, 2010. – 192с.

9. Мукина, Е.Ю. Развитие двигательных координационных способностей у младших школьников специальных медицинских групп: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Мукина Елена Юрьевна. - Тамбов, 2007. - 163 с.

10. Попов, Г.Н. Педагогические аспекты адаптивной физической культуры как интегративной дисциплины / Г.Н. Попов, С.П. Евсеев // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2006. - № 10. – С. 47-50

11. Ростомашвили Л.Н. Педагогические технологии в адаптивном физическом воспитании детей младшего школьного возраста со сложными нарушениями развития: дис. док. пед. наук : 13.00.04 / Ростомашвили Людмила Николаевна. - Санкт-Петербург, 2014. – 409с.

12. Спирин, В.К. Теоретико-методические аспекты индивидуальной направленности занятий оздоровительной физической культурой школьников: дис. ... док. пед. наук : 13.00.04 / Спирин, Валентин Константинович. – Москва, 2002. –

13. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://base.garant.ru/55170507/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/>

14. Физическая культура. Программы для учащихся специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений. 1 —11 кл. / авт. — сост. А.П. Матвеев, Т.В. Петрова, Л.В. Каверкина. — 2-е изд., стереотип. — М.: Дрофа, 2014. — 76, [4] с

15. Физическая культура 5-9 классы. Рабочая программа. Расширенное трехчасовое планирование для специальных медицинских групп с вариантами уроков оздоровительно-корректирующей направленности и обучения бадминтону. Ресурсное обеспечение/авт-сост. К.Р.Мамедов.-Волгоград: Учитель, 2014. – 159 с.

16. Физкультурно-массовые и спортивно-оздоровительные мероприятия в школе в соответствии с ФГОС. Содержание, методика, сценарии / авт.-сост. Л.И. Бережная, Е.Г. Диканова. – Волгоград: Учитель, 2013. – 96 с

17. Хода Л.Д. Методика занятий классической аэробикой с детьми старшего дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата / Л. Д. Хода, Л. М. Боровская, Б. Е. Фишман, И. А. Файнфельд // Учёные записки ЗабГГПУ. 2012 № С 199-205;

18. Хода Л.Д. Методология социальной интеграции незлышащих людей в различных видах адаптивной физической культуры: дисс...докт. пед. наук. – СПб., 2008. – С. 125-230