Теория и практика организации адаптивной физической культуры в инклюзивном образовательном пространстве

© 2018 Магомедов Г. А., Чупанова Н. В.
Дагестанский государственный педагогический университет,
Махачкала, Россия; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

РЕЗЮМЕ. Цель данного исследования – рассмотреть теорию и практику организации адаптивной физической культуры в инклюзивном образовательном пространстве. **Методы.** Теоретический анализ литературных источников и экспериментальный метод исследования практики организации занятий адаптивной физической культурой в условиях инклюзивного образовательного пространства, тестирование, наблюдение, беседа, метод математической статистики. **Результат.** Предложенная логистика организации занятий адаптивной физической культурой совместно всех категорий учащихся позволяет решать одновременно задачи физического развития и коррекционной помощи детям с различными нозологиями. Предложенная методика организации занятий адаптивной физической культурой позволит успешно решать задачи, предусмотренные инклюзивным образовательным пространством. **Вывод.** Для адекватной организации занятий по адаптивной физической культуре необходимо выстраивать дифференцированные адаптированные программы для каждой категории детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). При этом каждый учащийся, даже относящийся к одной конкретной нозологии, имеет индивидуальные особенности в развитии. Поэтому при разработке адаптированных программ по физической культуре возникает необходимость разработки индивидуальных образовательных маршрутов по физической культуре для лиц с ОВЗ в условиях инклюзивного образовательного социума.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, адаптированные программы, нозологии, индивидуальный образовательный маршрут, лица с ОВЗ.

Формат цитирования: Магомедов Г. А., Чупанова Н. В. Теория и практика организации адаптивной физической культуры в инклюзивном образовательном пространстве // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-Педагогические науки. 2018. Т. 12. № 3. С. 65-70. DOI: 10.31161/1995-0659-2018-12-3-65-70

Theory and Practice of Organization the Adaptive Physical Education in Inclusive Educational System

© 2018 Gafur A. Magomedov, Nina V. Chupanova
Dagestan State Pedagogical University,
Makhachkala, Russia; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

ABSTRACT. The aim of this study is to consider the theory and practice of the organization the adaptive physical education in inclusive educational system. **Methods.** Theoretical analysis of literary sources and experimental method of studying the practice of organization the adaptive physical training in inclusive educational system, testing, observation, conversation, method of mathematical statistics. **Result.** The proposed logistics of the organization the studies of adaptive physical education together with all categories of the pupils allows to solve simultaneously the problems of physical development and correctional assistance to children with different nosologies. The proposed method of organization the adaptive physical training will successfully solve the problems provided by the inclusive educational space. **Conclusion.** For the adequate organization of classes on adaptive physical education it is necessary to build differentiated adapted programs for each category of children with disabilities. At the same time, each student even relating

to one particular nosology has individual characteristics in development. Therefore, in the development of adapted programs for physical education, there is a need to develop the individual learning routes for physical education for people with disabilities in an inclusive educational society.

Keywords: adaptive physical education, adapted programme, nosologies, individual learning rout, individuals with disabilities.

For citation: Magomedov G. A., Chupanova N. V. Theory and Practice of Organization the Adaptive Physical Education in Inclusive Educational System // Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences. 2018. Vol. 12. No. 12. Pp. 65-70. DOI: 10.31161/1995-0659-2018-12-3-65-70 (In Russian)

Введение

Современный социум столкнулся с проблемой роста количества детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидами с соматическими нарушениями. Каждый ребёнок с рождения развивается сугубо индивидуально и это связано с различными факторами: наследственными, приобретенными, личностными, особенностями этимологии дефекта и его влияния на развитие опорно-двигательного аппарата, физиологических функциональных систем организма индивида и многими другими. Инклюзивное образовательное пространство требует от всех участников владения как теорией, практикой инклюзивного образования, коммуникативной культурой, так и общей инклюзивной культурой.

В исследовании рассматриваются вопросы теории и практики адаптивного физкультурного образования развития двигательной сферы и физического воспитания детей с нарушениями в развитии с различными нозологиями и в норме. Важнейшим фактором социальной интеграции школьников с различной структурой дефектов выступают адаптивная физическая культура (АФК) и спорт, способствующие духовному развитию личности, формированию её ценностного отношения к своему здоровью, умению преодолевать возникающие трудности в двигательной сфере. Необходимо мотивировать учащихся с ОВЗ к повышению двигательной активности, самозащите и саморегуляции. В настоящее время наиболее актуальным является использование адаптивной

физической культуры как средства терапевтического воздействия на психическое и соматическое состояние лиц с ОВЗ и инвалидов. Адекватно подобранные физические упражнения и дозированная физическая нагрузка способствует стимуляции деятельности центральной нервной системы учащихся с ОВЗ, повышению социальной активности, развитию коммуникативных навыков в инклюзивной среде с другими участниками. Практический опыт организации занятий адаптивной физической культурой лиц с ОВЗ и инвалидов, позволил выявить нам положительные тенденции в развитии у этой категории детей ориентировки в пространстве, времени, памяти на последовательность и правильность выполнения движений по словесной инструкции. Многолетний опыт работы с категорией лиц с ограниченными возможностями здоровья показывает, что в работе с ними необходимо иметь профессиональный уровень, включающий знания теории и практики организации занятий по адаптивной физической культуре. Особенно это и актуально в XXI веке, где гипокинезия, привязанность детей и учащихся к гаджетам, остаётся самым негативным фактором разрушения двигательной активности, увеличением избыточного веса у норматипичных граждан. Подбор физических упражнений для лиц с ОВЗ и инвалидов, должен быть согласован со специалистами: врачом, дефектологом, учителем АФК, работающими с данной категорией лиц с ОВЗ. Это особенно важно для организации занятий АФК, разработки теории и методики, подбора упражнений физкультурного оборудования и инвентаря для занятий

адаптивной физической культурой и спортом.

Цель исследования – изучить существующую теорию и практику адаптивной физической культуры и разработать методику её внедрения в инклюзивную образовательную среду для эффективного использования в коррекционно-образовательном процессе, реабилитационной практике работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами. При организации занятий адаптивной физической культурой прежде всего необходимо планировать содержание методической помощи: методы дозирования физических нагрузок; показания и противопоказания к занятиям теми или иными видами упражнений АФК; система контроля за занятиями АФК больных с психофизическими расстройствами; критерии оценки влияния физических нагрузок на психосоматическое состояние здоровья.

Коррекционные цели и задачи АФК направлены на восстановление поражённых нозологиями функций организма и компенсацию нарушенных или утраченных; развитие и совершенствование мышечного опорно-двигательного аппарата, владение двигательными действиями необходимыми для подготовки к активной жизни и социализации. В процессе занятий адаптивной физической культурой ставились задачи: достижение в определенном возрасте соответствующего уровня физической подготовленности, развитие физических качеств, формирование необходимых двигательных навыков и умений, координации движений; применялись специальные адекватные средства и методы адаптивной физической культуры, развивающие наряду с двигательной сферой и сохранные анализаторы зрения, слуха, речи, двигательной ориентировки, двигательного ритма и др.; использование вкпе с адаптивной физической культурой средств и методов лечебной физической культуры.

Исследование, проведённое для оценки антропометрических показателей у учащихся в норме и у детей со зрительными, слуховыми нозологиями, нарушениями опорно-двигательного аппарата, показатели, что они в росте, в массе тела, жизненной емкости легких, объёме грудной клетки значительно отстают от нормы (от 32,2 % до 52,8 %). Также нарушена осанка. Значительное отставание было выявлено нами в беге, прыжках с места, точности, скорости (от 60 % до 89,4 %), особенно в пространственной ориентировке. При выполнении игровых заданий, игр, в несложных состязаниях было выявлено значительное отставание в развитии мимики, жестикуляции, которым свойственна фрагментарность. Они характеризуются однообразием, бедностью и невыразительностью исполнения. Использование адаптивной физической культуры в инклюзивном образовательном пространстве, как мы сразу констатировали, улучшает эмоциональный фон, вызванный интересом в участии в различных видах двигательной активности и к друг другу в условиях инклюзии. Особенно важным аспектом, в связи с этим, является выстраивание между детьми разных категорий коммуникативной культуры, взаимодействия и общения между всеми участниками инклюзивного пространства. Для достижения задач, поставленных в исследовании нами, была разработана экспериментальная методика проведения занятий адаптивной физической культурой в условиях инклюзивной образовательной среды.

При организации занятий по адаптивной физической культуре мы предварительно знакомили детей с ОВЗ с спортивным залом, ориентирами, спортивным оборудованием, атрибутами, проводился инструктаж по соблюдению мер безопасности. При этом необходимо создавать такие условия обучения, при которых ребёнок с ограниченными возможностями здоровья, как отмечал Л. С. Выготский, не исключался из общества детей с нормальным развитием. Для этого мы

подбирали адекватные физические упражнения, которые дети с ОВЗ выполняли уверенно, что соответствовало принципам инклюзии и создавало равные эмоциональные возможности для включения. Инклюзивное совместное обучение сталкивалось с проблемой отсутствия у большинства норматипичных детей специальных навыков общения с детьми с ОВЗ, что создавало некий психологический барьер, например, с глухими детьми, отсутствием знаний владения жестовой речью. Методика проведения урока по адаптивной физической культуре со слабовидящими детьми в условиях инклюзии требует особенного подхода к организации и подбору атрибутов, инвентаря, пособий с учётом охраны сохранного зрения, дозированной нагрузки, упражнений, связанных с сильным напряжением, прыжками, резкими наклонами. Поэтому при составлении плана урока, мы консультировались у врача офтальмолога по противопоказаниям к подбору содержания материала и инвентаря для занятий адаптивной физической культурой.

Результаты проведённого исследования выявили отсутствие среди учителей физической культуры специальной профессиональной подготовки, некоторые из них прошли повышение квалификации по инклюзивному образованию. Многим учителям физической культуры, работающим в инклюзивной школе, было предложено пройти профессиональную переподготовку в Научно-исследовательском институте (НИИ) дефектологии при факультете специального дефектологического образования Дагестанского государственного педагогического университета (ДГПУ). Правильная организация и методика проведения занятий по адаптивной физической культуре в инклюзивном образовании включает в себя комплекс мер и средств, направленных на сохранение здоровья, коррекцию физического и нравственного развития (Д. М. Маллаев, 1993),

формирование компенсаторной перестройки организма, ослабление влияния дефекта, создание условий для психофизического развития, развитие межличностных взаимоотношений. Исследование Д. М. Маллаева показало, что эффективной организацией инклюзии способствует игровая деятельность (занятия играми спортивными, подвижными, сюжетно-ролевыми, психотехническими) детей с нарушениями зрения и нормальновидящими, что положительно сказывается на социальной адаптации и интеграции детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста с ограниченными возможностями здоровья в окружающий социум. Реабилитация детей с ОВЗ средствами адаптивной физической культуры и спорта посредством организации совместной деятельности с норматипичными детьми должна стать основой психосоциальной и коррекционно-развивающей работы в инклюзивной школе. Специально разработанная методика адаптивной физической культуры создаёт благоприятные условия для коррекции двигательной сферы и использует обходные пути для ослабления влияния дефекта на психофизическое развитие организма детей с ОВЗ.

Поэтому, в исследовании нами использовались адекватные средства, которые обеспечивали эти обходные пути и эффективно способствовали формированию компенсаторной перестройке, обеспечивающей восполнение утраченных функций в результате дефекта или нарушения в двигательной сфере и психофизическом развитии детей с ограниченными возможностями и инвалидностью. Например для лиц с глубоким нарушением зрения использовались специальные атрибуты и ориентиры: озвученные мячи, надувные резиновые шары с ручкой, на которых можно сидеть (их можно использовать и для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата), резиновые коврики, резиновые шнуры, гимнастические палки, озвученные кегли, медицинболлы,

специальные тренажеры и физические упражнения. Использование в активной форме вышеуказанных средств и специально подобранные для каждой нозологии физические упражнения, как показывают исследования, могут значительно повысить эффективность коррекционных и реабилитационных форм занятий физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья. В работе с детьми с ОВЗ адекватное использование тренажёрных устройств позволяло стимулировать двигательную активность, особенно у малоподвижных детей с различными нарушениями в развитии.

В исследовании Д. М. Маллаева (2009) отмечается, что слепые и слабовидящие дети старшего дошкольного и младшего школьного возраста не только уступают нормально видящим сверстникам в физическом развитии (от 25 до 50 %), но и то, что эта разница с возрастом увеличивается. Поэтому, в формирующем эксперименте мы использовали разные адекватные подвижные игры в соответствии с требованиями, предъявляемыми медицинскими показаниями к конкретной категории детей, имеющих дефекты или нарушения в развитии. Преимущество игровой деятельности в системе адаптивной физической культуры с использованием подвижных игр, спортивных игр с элементами спорта, игр-эстафет, психотехнических и народных игр показано и доказано в исследованиях Д. М. Маллаева (1980-2017 гг.). Проведённое нами исследование подтверждает, что правильно выбранное содержание и организация игровой деятельности, способствует развитию физических качеств и двигательных действий и создаёт условия для коррекционно-компенсаторного воздействия на дефекты развития детей с ОВЗ.

Для работы по повышению качественного уровня выполняемых движений, необходимо использование практически у большинства лиц с ОВЗ, чувственных ориентиров (кинестетических, моторных, зрительных,

слуховых, которые возникают на занятиях АФК и формируют двигательный образ изучаемого действия). Поэтому на занятиях АФК, мы использовали для каждой нозологии как можно больше таких ориентиров. Такой подход позволил решить задачу преодоления влияния дефекта или нарушения на адекватные восприятия сигналов от работающих мышц на другие связки, мышцы недостаточно развитые или атрофированные в результате влияния дефекта, что способствовало увеличению объема ориентировочной основы в формировании двигательной сферы лиц с ОВЗ. Кроме того, правильно подобранные ориентиры позволяют детям с ОВЗ правильно определять своё место в пространстве, ориентироваться и принимать исходное положение, выполнять указание по направлению движения или спортивного инвентаря. Например, нами использовалась специальная клеящаяся лента жёлтого цвета, указывающая направления движения и расстояние (производятся метки на спортивных снарядах для ориентиров, устанавливаются стойки с натянутыми шнурами, определяющими угол метания мяча, снарядов и других специальных атрибутов для каждой нозологии).

Вывод

Полученные в исследовании результаты подтверждают актуальность рассматриваемых проблем в теории и практике адаптивной физической культуры для различных категорий лиц с ограниченными возможностями здоровья и требуют решения в современном специальном образовании. Принятие в декабре 2012 нового "Федерального Закона об образовании", предлагающего наряду со специальным, интегративным, внедрение нового направления "Инклюзивное образование", требует от нас не только развития инклюзивной образовательной среды, но и решения в связи с этим ряда проблем, в том числе разработки теории и практики организации адаптивной физической культуры в инклюзивном образовательном пространстве.

Выявлено, что самым сложным при включении разных категорий лиц в занятия физической культурой является практика их совместной организации физическими упражнениями и спортом в едином образовательном социуме. Это прежде всего выполнение требований адаптированных образовательных программ по адаптивной физической культуре с учётом каждой нозологии и индивидуальных образовательных маршрутов, включённых в единое двигательное взаимодействие с различным по специфике инвентарём, дозированием физической нагрузки лиц с разными навыками и опытом двигательной активности, что требует от учителя создания разных условий, способствующих совершенствованию физического развития нормативных и одаренных детей, коррекционно-компенсаторного воздействия АФК на коррекцию опорно-двигательного

аппарата и нивелирование влияния дефектов и нарушений на физическое развитие детей с нарушенным слухом, зрением, речью, детским церебральным параличом, нарушениями эмоционально-волевой сферы, синдромом Дауна, расстройствами аутистического спектра и др.

Для реализации этих задач в инклюзивной образовательной среде адаптивная физическая культура требует от учителей новых знаний теории и практики её организации с детьми с разными нозологиями. Для этого по результатам исследования и наработанного опыта, ученым и практикам страны необходимо провести курсы повышения учителей адаптивной физической культуры в ведущих центрах и на факультетах университетов, имеющих опыт организации АФК в инклюзивном образовательном пространстве.

Литература

1. Бажукова О. А. Современные реалии и перспективы развития специального и инклюзивного образования // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2017. Т. 11. № 4. С. 41-45.

2. Лубовский В. И. Психолого-педагогические проблемы дифференцированного и интегративного обучения // Специальная психология. 2008. № 4. С. 11-21.

3. Магомедов Г. А. Медико-педагогические аспекты адаптивной физической культуры в формировании компетентности учителя в системах специального и инклюзивного образования // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2016. № 2. С. 47-51.

4. Маллаев Д. М. Психология и педагогика игры слепого и слабовидящего ребенка. М.: Академия». 2008. 328 с.

5. Маллаев Д. М., Гасанова Д. И. Теория и практика психотехнических игр. М.: ВЛАДОС, 2013. 149 с.

6. Маллаев Д. М. Характеристика физического развития и физической подготовленности слепых и слабовидящих детей / Адаптивная физическая культура в системе специального образования: проблемы, перспективы развития // Материалы международной научно-практической конференции. Санкт-Петербург. 2009. С. 3-8.

7. Маллаев Д. М., Магомедов Г. А. Адаптивная физическая культура в системе специального и инклюзивного образования // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2015. № 3. С. 31-37.

8. Омарова П. О. Адаптивное физическое воспитание как фактор социализации детей с нарушением интеллекта / Адаптивная физическая культура в системе специального образования: проблемы, перспективы развития // Материалы международной научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 2009. С. 43-48.

References

1. Bazhukova O. A. Modern realities and prospects of development of special and inclusive education. *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psihologo-pedagogicheskie nauki*

[Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences]. 2017. Vol. 11. No. 4. Pp. 41-45. (In Russian)

2. Lubovsky V. I. Psycho-pedagogical issues of differentiated and integrative learning.

Special'naya psihologiya [Special Psychology]. 2008. No. 4. Pp. 11-21. (In Russian)

3. Magomedov G. A. Medical and pedagogical aspects of adaptive physical culture in the formation of teacher competence in the systems of special and inclusive education. *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psihologo-pedagogicheskie nauki* [Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences]. 2016. No. 2. Pp. 47-51. (In Russian)

4. Mallaev D. M. *Psihologiya i pedagogika igry slepogo i slabovidyashchego rebenka* [Psychology and pedagogy of blind and visually impaired child's play]. Moscow, Akademiya Publ., 2008. 328 p. (In Russian)

5. Mallaev D. M., Gasanova D. I. *Teoriya i praktika psihotekhnicheskikh igr* [Theory and practice of psychotechnical games]. Moscow, VLADOS Publ., 2013. 149 p. (In Russian)

6. Mallaev D. M. Characteristics of physical development and physical fitness of blind and visually impaired children / Adaptive physical culture in the system of special education: problems, prospects of development. *Materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Proceedings of International scientific practical conference]. Saint Petersburg, 2009. Pp. 3-8. (In Russian)

7. Mallaev D. M., Magomedov G. A. Adaptive physical education in the system of special and inclusive education. *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psihologo-pedagogicheskie nauki* [Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences]. 2015. No. 3. Pp. 31-37. (In Russian)

8. Omarova P. O. Adaptive physical education as a factor of socialization of children with intellectual disabilities / Adaptive physical culture in the system of special education: problems, prospects of development. *Materialy mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii* [Proceedings of International scientific practical conference]. Saint Petersburg, 2009. Pp. 43-48. (In Russian)

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Принадлежность к организации

Магомедов Гафур Анварбекович, кандидат биологических наук, доцент, кафедра теории и методики физической культуры (ТиМФК), Дагестанский государственный педагогический университет (ДГПУ), Махачкала, Россия; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

Чупанова Нина Вадимовна, кандидат педагогических наук, доцент, кафедры ТиМФК, ДГПУ; Махачкала, Россия; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

Принята в печать 06.08.2018 г.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Affiliations

Gafur A. Magomedov, Ph. D. (Biology), assistant professor, the chair of Theory and Methods of Physical Education (TMPE), Dagestan State Pedagogical University (DSPU), Makhachkala, Russia; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

Nina V. Chupanova, Ph. D. (Pedagogy), assistant professor, the chair of TMPE, DSPU, Makhachkala, Russia; e-mail: gafur.magomedov.60@mail.ru

Received 06.08.2018.