

Крылова Наталья Геннадьевна

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры
общей и социальной психологии ФГБОУ ВО КГУ

Пополитова Ольга Витальевна

Кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой
общего образования ГАУ ДПО ЯО
Институт развития образования

Методические рекомендации по реализации адаптированных образовательных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в системе СПО

АННОТАЦИЯ

В методических рекомендациях рассмотрены вопросы реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в системе среднего профессионального образования.

В пособие включены определения основных понятий, дан обзор действующего международного и российского законодательства, теоретическое обоснование целей, задач, особенностей реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, также дана характеристика особенностей физического развития людей с ограниченными возможностями здоровья разных нозологических групп и описаны практические аспекты реализации адаптированных программ по физической культуре в системе среднего профессионального образования.

Методические рекомендации разработаны на основе действующего международного и российского законодательства в сфере образования и социальной защиты, научных исследований, методических разработок, в том числе региональных практик, посвященных проблеме реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в системе среднего профессионального образования.

Предлагаемые методические рекомендации предназначены заинтересованным лицам из числа работников образовательных организаций среднего профессионального образования, с целью практического применения в работе при реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью.

Ключевые слова: адаптированная образовательная программа, адаптивная физическая культура, обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья, среднее профессиональное образование

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ СОКРАЩЕНИЯ

- АОП** – адаптированная образовательная программа
- ДЦП** – детский церебральный паралич
- ИПРА** – индивидуальная программа реабилитации или абилитации
- МСЭ** – медико-социальная экспертиза
- НОДА** – нарушения опорно-двигательного аппарата
- ОВЗ** – ограниченные возможности здоровья
- ООН** – Организация Объединенных Наций
- ПМПК** – психолого-медико-педагогическая комиссия
- ПООП** – примерная основная образовательная программа
- ППКРС** – программа подготовки квалифицированных рабочих, служащих
- РАС** – расстройство аутистического спектра
- РФ** – Российская Федерация
- СПО** – среднее профессиональное образование
- ФГОС** – федеральный государственный образовательный стандарт

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СИСТЕМЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	7
1. Нормативно-правовое обеспечение реализации адаптированных программ по физической культуре в системе среднего профессионального образования	7
2. Цели, задачи, особенности организации работы по реализации адаптированных программ по физической культуре в системе среднего профессионального образования	10
ГЛАВА 2 ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	14
2.1. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушением функций зрения	14
2.2. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушением функций слуха	16
2.3. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с интеллектуальными нарушениями и расстройствами аутистического спектра	17
2.4. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата	19
2.5. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушениями речи	20
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	22
КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ	23
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	24
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Информационная блок-схема управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре (по Л.В. Шапковой)	27
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение необходимое для реализации адаптированной программы «Физическая культура»	28

ВВЕДЕНИЕ

Физическая активность для современного человека – это не столько дань моде, сколько основа для полноценной жизни, в том числе для людей с ограничениями жизнедеятельности. Занятия физкультурой позволяют укрепить здоровье, поддерживать или приобрести хорошую физическую форму, повысить качество жизни, а кроме того помочь социализироваться и чувствовать себя полноценными членами общества.

Реализация адаптированных программ по физической культуре является очень актуальной задачей среднего профессионального образования. По данным Федеральной службы государственной статистики за 2022 год более 30 тысяч молодых людей с ОВЗ и инвалидностью обучаются только очно в учреждениях СПО. При этом результаты мониторинга системы СПО в России свидетельствуют, что 87,62% студентов с ОВЗ и инвалидностью учатся по адаптированным образовательным программам [25].

В 2022 году ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования» в методических рекомендациях разъяснило, что образовательная организация СПО самостоятельно разрабатывает АОП в соответствии с ФГОС СПО по профессии/специальности, учитывая ПООП (при наличии). Адаптация образовательной программы должна осуществляться на основе заключений ПМПК и (или) МСЭ с учетом психофизических особенностей и индивидуальных возможностей лиц с ОВЗ и инвалидностью. При этом отмечается, что дисциплина «Физическая культура» должна реализовываться обязательно и в особом порядке [10].

В связи с неоднородностью состава группы обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, наличия у них принципиально разных специальных образовательных потребностей, необходимости учета их психофизических возможностей, индивидуальных способностей реализация адаптированных программ по физической культуре в рамках организации учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях СПО представляется весьма трудоемкой и сложной задачей.

Большинство научно-методических работ по адаптивной физической культуре носит обобщенный характер и не касается специфики реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в образовательных организациях СПО.

Методические рекомендации по реализации адаптированных образовательных программ по физической культуре для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в системе СПО разработаны с целью оказания методической помощи практическим работникам образовательных организаций СПО, которые осуществляют профессиональную подготовку обучающихся с ОВЗ и инвалидностью.

Методические рекомендации состоят из двух разделов. В первом разделе представлены нормативно-правовое обеспечение и теоретические основы организации работы по реализации адаптированных программ по физической культуре в системе СПО, описаны цели, задачи, принципы, условия, средства организации работы по данному направлению. Во втором разделе даны практические рекомендации по особенностям организации адаптивной физической культуры в системе СПО с обучающимися разных нозологических групп: сенсорные (зрение, слух), интеллектуальные нарушения, РАС, НОДА, нарушения речи. Глоссарий представлен в приложении.

ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СИСТЕМЕ СПО

1.1. Нормативно-правовое обеспечение реализации адаптированных программ по физической культуре в системе СПО

Реализация адаптированных программ по физической культуре в системе СПО невозможна без рассмотрения актуальной нормативно-правовой базы. Необходимо отметить, что современный спорт для лиц с ОВЗ и инвалидностью развивается в трех направлениях: массовое спортивное движение (физическая культура), большой спорт (чемпионаты мира, Паралимпийские игры и т.д.), профессиональный спорт.

В Статье 72 Конституции РФ гарантирована общедоступность образования и медицинской помощи, создание для всех граждан РФ условий для ведения здорового образа жизни [1].

На международном уровне самым важным документом по данному вопросу является Конвенция по правам инвалидов, которая была принята Генеральной Ассамблеей ООН в 2006 г. и ратифицирована РФ в 2012 г. В ней подчеркивается право инвалидов на занятия спортом, необходимость поощрения и пропаганды участия в общепрофильных спортивных мероприятиях на всех уровнях, предоставление надлежащего обучения, подготовки и ресурсов [3].

В Конвенции о правах ребенка признается право на полноценную жизнь, участие в играх и различных мероприятиях для всех детей до 18 лет, в том числе и с ограничениями в здоровье [2].

Статья 19 Федерального закона от 24.11.1995 г. N 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 28.12.2022 г.) посвящена вопросам образования лиц с ОВЗ и инвалидов, в частности применения при обучении адаптированных образовательных программ и индивидуальных программ реабилитации, абилитации инвалидов [4].

В Федеральном законе от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 24.06.2023 г.) одним из принципов законодательства о физкультуре и спорте является принцип содействия их развитию в отношении лиц с ОВЗ и инвалидностью. Полномочиями по реализации этого принципа наделены как РФ в целом, так и отдельные субъекты РФ, и органы местного самоуправления. В статье 28 указывается, что образовательная организация самостоятельно определяет формы занятий физкультурой, средства физического воспитания, методы и продолжительность занятий с учетом ФГОС и нормативов физической подготовленности. Статья 31 данного закона посвящена вопросам адаптивной физической культуры, физической реабилитации инвалидов и лиц с ОВЗ. Особо подчеркивается необходимость организации в образовательных организациях для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью занятий с использованием средств адаптивной физической культуры с учетом их индивидуальных способностей и состояния здоровья [5].

В Статье 79 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 4.08.2023 г.) обосновывается важность создания специальных условий для получения образования обучающимся с ОВЗ и инвалидами, в том числе как условие прописано использование адаптированных образовательных программ [6]. При этом разработка и утверждение адаптированных образовательных программ находится в ведении самой образовательной организации, что регламентируется Письмом

Минпросвещения России от 21.10.2021 г. № 05-ПГ-МП-55494 «О рассмотрении обращения (О результатах освоения адаптированных ОПОП)» [15].

В Постановлении Правительства Российской Федерации от 29 марта 2019 г. N 363 Об утверждении государственной программы РФ «Доступная среда» (редакция от 18 октября 2021 г.) прописаны правовые, экономические, институциональные условия, которые могут способствовать интеграции лиц с ОВЗ и инвалидов в общество, а также установлены правила по обеспечению равного доступа лиц с ОВЗ и инвалидностью к приоритетным для них объектам и услугам в приоритетных сферах жизнедеятельности, в том числе в сфере физической культуры и спорта [7].

Более полно и предметно в отношении обучающихся с ОВЗ и инвалидностью в образовательных организациях СПО эти условия и правила представлены в приказе Министерства образования и науки РФ от 9.11.2015 г. N 1309 «Об утверждении порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи» (редакция Приказа Минобрнауки России от 18.08. 2016 г. N 1065) и приказе Министерства Просвещения РФ от 24.08.2022 г. № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования» [13,17].

В Приказе Минобразования РФ от 01.12.1999 N 1025 «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования» определена обязанность руководителей образовательных учреждений по обеспечению процесса физического воспитания в соответствии с ФГОС, а также организации и проведению ежегодного медицинского обследования с целью распределения студентов на медицинские группы в соответствии с действующими инструкциями [8].

Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23.10.2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» является основополагающим в отношении вопросов контроля за состоянием здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом, оценки адекватности физических нагрузок и т.д. В приложении № 3 данного приказа описан порядок медосмотра обучающихся, в том числе с ОВЗ и инвалидностью, который необходим перед началом занятиями физкультурой и спортом или выполнением нормативов ГТО. Допуск к занятиям осуществляется в соответствии с методическими (клиническими) рекомендациями с учетом состояния здоровья, выраженности нарушений, имеющих ограничения жизнедеятельности, индивидуальных особенностей обследуемого [14].

Индивидуальная программа реабилитации или абилитации инвалида (ребенка-инвалида) (ИПРА) является важным документом, который определяет необходимость реабилитационных или абилитационных мероприятий, технических средств реабилитации, товаров и услуг, которые могут помочь социальной адаптации и интеграции в общество инвалидов, в том числе в части физкультурно-оздоровительных мероприятий. Вопросы разработки и реализации ИПРА регулируются Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от

26.06.2023 г. N 545н «Об утверждении Порядка разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации или абилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными учреждениями медико-социальной экспертизы, и их форм» [18].

Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года и государственная программа РФ «Развитие физической культуры и спорта» ставят задачу повышения доступности спорта, значимого увеличения количества людей с ОВЗ и инвалидов, которые систематически занимаются физкультурой и спортом [19].

Департамент государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки РФ в письме от 22.04.2015 N 06-443 «О направлении Методических рекомендаций», посвященном разработке и реализации АОП СПО, рекомендует образовательной организации самостоятельно устанавливать порядок и формы освоения раздела/дисциплины «Физическая культура». В локальном акте необходимо прописать виды занятий, требования к спортивной базе, которая должна быть безопасна и доступна для студентов с ОВЗ и инвалидностью. Группы для занятий физкультурой предложено формировать в зависимости от вида нарушения здоровья у обучающихся [10].

В Письме от 2.03.2022 N 05-249 «О направлении методических рекомендаций» Департамент государственной политики в сфере среднего профессионального образования и профессионального обучения Министерства просвещения РФ для организации качественного спортивно-физкультурного сопровождения лиц с ОВЗ и инвалидностью направляет «Методические рекомендации по внедрению единых требований к наличию специалистов, обеспечивающих комплексное сопровождение образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья при получении среднего профессионального образования и профессионального обучения» и обращает внимание на необходимость учета психофизических особенностей, индивидуальных возможностей, состояния здоровья студентов, обязательность медосмотра для определения физкультурной группы для занятий. Образовательная организация самостоятельно регулирует организацию занятий для всех физкультурных групп. Занятия по дисциплине «Физическая культура» проводятся в соответствии с ФГОС СПО [16].

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.03.2014 N 06-281 «О направлении Требований» (вместе с «Требованиями к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе оснащенности образовательного процесса», утв. Минобрнауки России 26.12.2013 N 06-2412вн) посвящено вопросам организации образовательного процесса студентов с ОВЗ и инвалидностью в системе СПО, в том числе обсуждается и особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физкультуры, учета вида и тяжести нарушения организма. Письмо содержит рекомендацию включать определенное количество часов, посвященное поддержанию здоровья и здорового образа жизни. Оснащение физкультурно-спортивных баз учреждений СПО для лиц с ОВЗ и инвалидностью должно отвечать требованиям доступности, надежности, прочности, удобства, необходимо создание безбарьерной среды [9].

Более подробное описание требований к оснащению спортивных залов, которые можно использовать в том числе для обучения студентов с ОВЗ и инвалидностью дано в документах Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ в приказе от 24.08.2015 г. № 825 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и

предоставляемых услуг в сфере физической культуры и спорта, а также оказания инвалидам при этом необходимой помощи» и в «Методических рекомендациях по обеспечению соблюдения требований доступности при предоставлении услуг инвалидам и другим маломобильным группам населения, с учетом факторов, препятствующих доступности услуг в сфере спорта и туризма» [11].

1.2. Цели, задачи, особенности организации работы по реализации адаптированных программ по физической культуре в системе СПО

Д.Р. Макеева и соавторы разработали «Методические рекомендации по разработке и реализации примерных адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования», в которых указана необходимость включения учебной дисциплины «Физическая культура» в социально-гуманитарный цикл обязательной части ППКРС [10].

Целью реализации адаптированных программ по физической культуре в системе СПО является организация целенаправленной систематической работы по развитию двигательных навыков и повышению двигательной активности обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, актуализации потребностей в систематических занятиях физическими упражнениями, здоровом образе жизни, их физической реабилитации и социальной адаптации.

Достижение поставленной цели возможно через решение следующих задач:

- 1) формирование представлений об основах физической культуры, здоровом образе жизни у обучающихся с ОВЗ и инвалидностью;
- 2) формирование двигательных навыков и умений у обучающихся с ОВЗ и инвалидностью с учетом особенностей психофизического развития;
- 3) развитие физических базовых качеств и способностей у обучающихся с ОВЗ и инвалидностью с учетом особенностей психофизического развития;
- 4) развитие личностных, эмоционально-волевых качеств, коммуникативных навыков у обучающихся с ОВЗ и инвалидностью;
- 5) создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности в соответствии с особенностями психофизического развития обучающихся с ОВЗ и инвалидностью;
- 6) физическая реабилитация и социальная адаптация обучающихся с ОВЗ и инвалидностью с помощью методов адаптивной физической культуры.

Реализация адаптированных программ по физической культуре для студентов с ОВЗ и инвалидностью в системе СПО осуществляется по следующим направлениям:

1. Организация и проведение теоретических и практических занятий по физической культуре для студентов с ОВЗ и инвалидностью.
2. Разработка и проведение физкультурных образовательно-реабилитационных мероприятий в соответствии с индивидуальной программой реабилитации студентов с ОВЗ и инвалидностью.
3. Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий по различным видам адаптивного спорта для студентов с ОВЗ и инвалидностью в качестве участников и (или) болельщиков.
4. Организация и проведение внеурочных (дополнительных) занятий, организация секций, студенческих спортивных клубов с целью повышения двигательной активности студентов с ОВЗ и инвалидностью, их физической реабилитации и социальной адаптации.

Л.В. Шапковой сформулированы основные педагогические принципы работы с обучающимися с нарушениями развития, которые активно применяются и при реализации адаптированных образовательных программ по физической культуре:

1. Принцип единства диагностики и коррекции, суть которого сводится к необходимости проведения педагогической диагностики, учета результатов медицинской и психологической видов диагностик для определения необходимых коррекционно-развивающих воздействий.

2. Принцип дифференциации и индивидуализации. Дифференциация подразумевает объединение студентов в примерно однородные группы для проведения занятий по физической культуре. В то же время индивидуализация позволяет максимально полно учесть психофизические особенности каждого обучающегося, включенного в занятия.

3. Принцип компенсаторной направленности заключается в опоре на сохраненные функции и формировании новых функциональных систем, которые бы позволили более эффективно достигать намеченных целей.

4. Принцип учета возрастных особенностей. Развитие обучающихся с ОВЗ и инвалидностью как правило запаздывает по нормативным срокам, отличается своеобразием и требует индивидуального подхода при определении «зоны актуального развития» и «зоны ближайшего развития» для каждого в зависимости от его психофизических особенностей.

5. Принцип адекватности педагогических воздействий тесно связан с предыдущим принципом и подразумевает учет функциональных возможностей, интересов и потребностей обучающихся с ОВЗ и инвалидностью при планировании и организации всего учебно-педагогического процесса.

6. Принцип оптимальности педагогических воздействий. Психофизическая нагрузка должна соответствовать оптимальным реакциям организма, все физические упражнения необходимо сбалансировать по характеру, направленности и координационной сложности.

7. Принцип вариативности педагогических воздействий. Разнообразие предлагаемой двигательной активности должно способствовать компенсации двигательной и эмоциональной депривации у лиц с ОВЗ и инвалидностью.

8. Принцип приоритетной роли микросоциума. Окружающие значимые люди оказывают заметное влияние на становление молодых людей с ОВЗ и инвалидностью, поэтому вся коррекционно-развивающая работа должна быть построена при условии тесного взаимодействия с ними, в первую очередь с родителями или опекунами [26].

В справочной рубрике «Вопрос-ответ» электронного ресурса Информю дано разъяснение по вопросу о количестве часов в неделю для реализации дисциплины «Физическая культура» по ФГОС СПО. В частности, уточняется, что необходимо учитывать ФГОС ВПО, который реализуется образовательной организацией, но по ФГОС СПО нового поколения (актуализированные и из списка ТОП-50) для студентов с ОВЗ и инвалидностью образовательная организация вправе устанавливать особый порядок освоения дисциплины «Физическая культура» с учетом состояния их здоровья, также рекомендуется равномерно распределять нагрузку в объеме не менее 160 часов в течение всей образовательной программы СПО с возможностью увеличения объема дисциплины за счет вариативной части [22].

Формы организации занятий определяются в зависимости от состояния здоровья, вида и степени ограничения возможностей студентов с ОВЗ и инвалидностью, рекомендаций, которые даны ПМПК и (или) МСЭ. Они могут быть организованы как групповые занятия для лиц одной нозологической группы, групповые занятия для лиц различных нозологических групп, индивидуальные занятия, интегрированные занятия для лиц с ОВЗ и инвалидностью и здоровых сверстников.

С.П. Евсеев описал наиболее типичные нарушения в двигательной сфере, характерные для всех групп лиц с ограничениями жизнедеятельности:

- 1) низкое развитие базовых физических качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость и т.д.);
- 2) низкий объем и интенсивность двигательной деятельности, нарушение энергетического баланса при физических нагрузках;
- 3) нарушения осанки, деформация стопы;
- 4) нарушения координации [24].

Данные нарушения у лиц с ОВЗ и инвалидностью могут быть обусловлены как первичным дефектом, так и быть последствиями вынужденной гиподинамии, тем не менее их обязательно следует учитывать при разработке и реализации адаптивных программ по физической культуре. При этом в образовательных учреждениях системы СПО должно быть предусмотрено комплексное сопровождение занятий физической культурой для студентов с ОВЗ и инвалидностью в соответствии с их психофизическими особенностями, рекомендациями ПМПК и (или) МСЭ.

Л.В. Шапковой была предложена информационная блок-схема управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре, в состав которой входит 6 блоков:

1. Блок диагностирования. Сначала необходимо познакомиться с медицинской документацией обучающегося с ОВЗ и инвалидностью, в том числе с ИПРА при ее наличии.
2. Блок цели управления, т.е. проектируется «идеальный» конечный результат педагогических мероприятий (динамика физического развития, физической подготовленности, качество жизни, личностное развитие и т.д.).

Управляющая система (деятельность педагога) включает три блока (блок моделирования, блок педагогических задач, блок управляющих воздействий).

3. Блок моделирования предполагает прогнозирование и планирование педагогом возможных изменений индивидуальных показателей физического развития обучающегося.
4. В блоке педагогических задач на основании данных блока моделирования необходима конкретизация «идеальных» целей под ожидаемый результат. Педагогические задачи направлены на развитие и коррекцию двигательной сферы, физических качеств и способностей, координации, личностных качеств и т.д.
5. Блок управляющих воздействий (педагогические методы и средства), которые будут использованы для достижения поставленных и скорректированных целей под конкретными обучающимися с ОВЗ и инвалидностью.

6. Блок контроля предоставляет информацию (полученные результаты) для блока цели управления и всех блоков управляющей системы для внесения необходимых корректировок [24].

Данная блок-схема управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре будет работоспособной только при построении субъект-субъектных отношений между педагогом и обучающимися с ОВЗ и инвалидностью (Приложение 2).

С.П. Евсеев представил следующую классификацию методов, которые типичны для адаптивной физической культуры на современном этапе ее развития: методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы развития двигательных качеств и способностей и методы воспитания личности [24].

Методы формирования знаний включают словесные и наглядные методы. В свою очередь к словесным методам относятся методы устной передачи информации (объяснение, указание,

диалог и т.д.), невербальные методы (мимика, жесты и т.д.), метод сопряженной речи (высказывания «хором»), метод идеомоторной речи (проговаривания «про себя»). Наглядные методы (метод иллюстраций и метод демонстраций) подразумевают использование различных средств наглядности в зависимости от психофизических особенностей студентов с ОВЗ и инвалидностью.

К методам обучения двигательным действиям относят метод расчлененного и метод целостного обучения. Метод расчленённого обучения подразумевает раздельное выполнение отдельных фаз или частей двигательного действия. В случае обучающихся с ОВЗ и инвалидностью такое последовательное изучение движений позволяет более эффективно выстраивать систему работы, легче учитывать их психофизические особенности. Метод целостного обучения направлен на изучения движения сразу, в полном объеме. Его можно использовать при изучении простых упражнений или на заключительных этапах изучения упражнений со сложной координационной структурой.

Методы развития физических качеств и способностей можно разделить на пять групп в зависимости от того, на развитие какого базового физического качества они направлены: методы развития мышечной силы (методы максимальных усилий, методы повторных усилий, изокинетических усилий и т.д.), методы развития скоростных характеристик (соревновательный, игровой, повторный и т.д.), методы развития выносливости (повторный, интервальный, соревновательный и т.д.), методы развития гибкости (динамические, статические, комбинированные упражнения), методы развития координационных способностей.

Методы воспитания личности включают стратегические методы воспитания (метод воспитывающей среды, метод воспитывающей деятельности, метод осмысления человеком себя в реальной жизни) и методы педагогического воздействия (убеждение, упражнение, педагогическая оценка и т.д.).

Важным вопросом является проведение текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Физическая культура». Основной акцент при оценивании академической успешности по данной учебной дисциплине обучающихся с ОВЗ и инвалидностью делается на степени устойчивости мотивации к занятиям физкультуры и оценке динамики их физических качеств и способностей. Положительная оценка выставляется при наличии любых положительных изменений в физических возможностях обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, регулярном посещении занятий, проявлениях самостоятельности, старательности и т.д.

Для реализации адаптивной программы по физической культуре необходимо предусмотреть материально-техническую базу: оборудование, инвентарь, спортивные сооружения. В приложении 3 представлен примерный перечень оборудования и инвентаря спортивных сооружений.

ГЛАВА 2 ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РЕАЛИЗАЦИИ АДАПТИРОВАННЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СИСТЕМЕ СПО

2.1. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушением функций зрения

К лицам с нарушением зрения относятся:

- полностью слепые (незрячие), для которых характерно отсутствие зрительных ощущений, или с сохранившимся светоощущением, или с остаточным зрением;

- слабовидящие с остротой зрения от 0,05 до 0,2.

В связи с тем, что обучающиеся с нарушением зрения существенно хуже ориентируются в пространстве, они отличаются малоподвижностью, плохо развитой мускулатурой, для них характерен целый комплекс двигательных нарушений, в частности низкий уровень развития силовых, скоростных характеристик, ловкости, гибкости, координационных способностей. Физическое недоразвитие у них связано со своеобразием движений: трудности самостоятельного передвижения по прямой линии шагом и бегом, выполнения поворотов при ходьбе, несогласованные движения рук и ног, специфическая походка и т.д. Обучающиеся с нарушением зрения как правило выполняют задания в более медленном темпе, быстрее утомляются. Выпадение или глубокое нарушение зрительных функций приводит к появлению специфических личностных характеристик, в частности наблюдаются снижение активности, самостоятельности у обучающихся данной нозологической группы, что необходимо учитывать при организации работы с ними.

Способы восприятия учебного материала у обучающихся будут зависеть от степени нарушения остроты центрального зрения. У слабовидящих обучающихся зрительный анализатор остается ведущим источником информации об окружающем мире, они способны воспринимать предметы, явления и действия, ориентироваться в пространстве. При тяжелых нарушениях, но при наличии остаточного зрения обучающиеся могут использовать осязательно-зрительные и зрительно-осязательные способы восприятия предметов. Осязательно-двигательно-слуховой будет ведущим способом восприятия у тотально незрячих людей.

С.П. Евсеев обращает особое внимание на компенсаторную функцию адаптивной физической культуры в плане формирования новых (нетрадиционных) сенсорных и перцептивных эталонов, сенсомоторных комплексов, опоры на работу сохранных анализаторов с целью формирования новой функциональной системы, которая обеспечивает восприятие сигналов внешнего мира у лиц с нарушением зрения [24].

В то же время опора на сохранные анализаторы позволяет сделать работу по реализации адаптированной программы более эффективной. Так студентов с нарушением зрения целесообразно стимулировать пользоваться остаточным зрением при узнавании знакомых предметов, спортивного инвентаря (разной формы, цвета, величины), анализировать изменения тела в пространстве.

Развитие ориентировочного слуха возможно через «прослушивание» звуковой информации во время физкультурных занятий: информация о собственной двигательной активности, двигательной активности преподавателя и других студентов.

Наглядные методы возможны для применения в работе с данной категорией обучающихся. Для этого используют: объемные и плоскостные макеты, спортивный инвентарь разного размера и разной фактуры, звучащие мячи, мишени, колокольчики, оптические средства и т.д.

Для подбора адекватных методов обучения необходимо учитывать: степень остаточного зрения, психофизические особенности обучающегося, кругозор, предыдущий двигательный опыт, навыки пространственной ориентировки и т.д.

При реализации адаптивных программ по физической культуре для лиц с нарушением зрения хорошо зарекомендовал себя метод практических упражнений, который позволяет осваивать учебный материал при многократном повторении, декомпозиции сложных упражнений, выполнения их по частям, затем объединяя в целое.

Перед совершенствованием двигательных умений у обучающихся с нарушением зрения необходимо провести диагностику и при необходимости коррекцию первоначально сформированных представлений о двигательном действии.

Л.А. Семенов, В.П. Шлыков предложили трехэтапную схему освоения любого двигательного действия: создание общего представления о действии, формирование первоначального умения на основе представлений, многократное повторение упражнений с целью совершенствования двигательного действия [23].

Популярными остаются и словесные методы при работе со студентами с нарушениями зрения. Например, объяснение может быть представлено в виде сопроводительных пояснений по ходу выполнения упражнений, сообщений об изучаемом материале, инструктажей (описание техники изучаемых двигательных действий).

Для лиц с нарушением зрения звуковая информация является очень важной, поэтому метод дистанционного управления (выполнение команд: «поверни налево (направо)», «иди вперед» и т.д.) будет очень эффективен при работе с ними. В данном случае звуки являются условными сигналами, которые заменяют зрительные представления.

Особые требования предъявляют к наглядным средствам, т.к. при обучении необходима демонстрация двигательных действий, спортивного инвентаря. Наглядности должны быть большого размера, насыщенных, контрастных цветов, преимущественно красного, желтого, зеленого, оранжевого цвета. Словесные описания помогают верно понять предоставленную информацию.

Для стимулирования двигательной активности студентов с нарушением зрения важно создавать ситуации успеха, поощрять, оказывать своевременную поддержку, дать почувствовать радость движений.

Приоритетными методами при работе с обучающимися с нарушениями зрения будут те, которые демонстрируют наибольшую эффективность и обеспечивают развитие двигательных действий и физических качеств.

Для студентов с нарушением зрения имеются ограничения в выполнении ряда физических упражнений (некоторые акробатические упражнения, резкие наклоны головы и туловища, упражнения со значительным отягощением, упражнения с длительным напряжением, упражнения высокой интенсивности). При этом Л.В. Шапкина отмечает, что чаще всего опасен для лиц с нарушением зрения не конкретный вид движения, а неверная методика их проведения. Грамотно выстроенная работа педагога по развитию двигательных действий, базовых физических качеств и способностей у студентов с нарушением зрения открывает для них новые возможности для полноценного роста и развития [26].

2.2. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушением функций слуха

Нарушение слуха является тяжелой патологией, которая проявляется снижением способности человека воспринимать звуки окружающей среды частично или полностью. В основу педагогической классификации лиц с нарушениями слуха положены следующие критерии: 1) степень поражения слуховой функции; 2) уровень развития речи при данном поражении слуховой функции; 3) время возникновения дефекта.

Обучающиеся с нарушениями слуха подразделяются на следующие группы:

- 1) глухие (неслышащие);
- 2) неслышащие ранооглохшие;
- 3) неслышащие позднооглохшие;

4) слабослышащие (тугоухие).

Отдельную группу составляют обучающиеся с нарушением слуха с кохлеарным имплантом.

Дефицитарность слухового анализатора пагубно влияет на деятельность двигательного анализатора, вызывая заторможенность последнего, что приводит к специфическим особенностям развития базовых физических качеств и способностей, двигательной активности обучающихся с нарушением слуха. Внешне это проявляется в ограничении двигательной активности, более низком развитии координационных способностей (уменьшение статического и динамического равновесия), трудностях пространственной ориентации, выполнения сложных координационных движений, широкой постановке ног при ходьбе и беге, низких показателях скорости и выносливости.

В связи с нарушением слуха и неспособностью воспринимать обращенную речь в полном объеме для обучающихся данной нозологической группы характерны трудности в общении, восприятии продолжительного монолога, своеобразии межличностных отношений.

Наибольшие проблемы в физическом развитии у студентов с нарушением слуха связаны с координацией, пространственной ориентировкой, развитием таких базовых качеств как сила и скорость, поэтому в работе с ними целесообразно использовать: общеразвивающие упражнения, бег, ходьбу, упражнения на развитие координации, подвижные игры и т.д.

Большое внимание должно быть уделено представлению информации в наглядном виде. К наиболее часто используемым средствам наглядности относятся: анатомические плакаты о строении человека, показ педагогом движений в разных экспозициях со словесным сопровождением, выполнение обучающимися упражнений по подражанию, световые, вибрационные, слуховые сигналы для привлечения внимания.

Л.В. Заботина представила примерный перечень упражнений для студентов с нарушением слуха, обучающихся в колледже. В соответствии с современными представлениями об адаптивной физической культуре людей с нарушениями слуха координационные способности предложено развивать с помощью трех групп скоростно-силовых упражнений.

Первая группа упражнений направлена непосредственно на развитие координационных способностей. К ним относятся: прыжки через предметы, расположенные на одинаковом и разном расстоянии, прыжки на одной ноге, спрыгивание с гимнастической скамейки в указанное место, бег по разметке, челночный бег, метание теннисного мячика в цель правой и левой рукой и т.д.

Целью второй группы упражнений является развитие функций равновесия, к ним относят: ходьбу по узкой опоре, стойки на одной ноге, балансировки на набивном мяче.

Коррекция вестибулярных нарушений – цель третьей группы физических упражнений (прыжки со скакалкой, стойки на носках, повороты при прыжках, кувырки и т.д.) [21].

При организации и проведении физкультурно-оздоровительной работы необходимо коррекционные упражнения чередовать с общеразвивающими; усложнения упражнений проводить постепенно; при выполнении обучающимися упражнений на равновесие обеспечивать страховку. Такой подход будет обеспечивать повышение двигательной активности студентов с нарушениями слуха, более эффективное развитие их базовых физических качеств и способностей.

2.3. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с интеллектуальными нарушениями и РАС

Под интеллектуальными нарушениями понимают стойкие поражения ЦНС, при которых наблюдаются системные нарушения познавательной деятельности, что влечет за собой недоразвитие всех сторон психики человека (личностной, эмоционально-волевой, потребностно-мотивационной и т.д.).

У лиц с интеллектуальными нарушениями наблюдается запаздывание темпа прироста всех двигательных способностей: силовых, скоростных физических качеств, нарушения точности движений, координации и равновесия, снижение показателей гибкости, нарушения плавности движений, более низкая выносливость. Им сложно удерживать устойчивое положение тела как в статике, так и при перемещении, как правило мышцы чрезмерно напряжены. Также у обучающихся данной нозологической группы имеются трудности по усвоению сложных двигательных формул, невозможности быстрого переключения моторных установок. Проблемы при выполнении движений любой сложности возникают в силу органического поражения ЦНС, рассогласованной работы различных мозговых структур.

Формирование любых двигательных действий возможно лишь при условии сформированности представлений о схеме собственного тела, развитии пространственных представлений. У обучающихся с интеллектуальными нарушениями необходимо формировать знания о: строении тела и его частях, названиях предметов спортивного инвентаря, знаний пространственных ориентиров, представлений об исходных положениях тела и т.д.

До проведения самих занятий необходимо обучить студентов понятиям, которые обозначают элементарные виды движений и научить их выполнять по словесной инструкции.

Ведущими методами при работе с обучающимися с интеллектуальными нарушениями являются практические с опорой на все виды анализаторов.

Словесное объяснение и показ физического упражнения совмещается с одновременным выполнением данного упражнения самим студентом.

К показу упражнений предъявляются следующие требования:

1. Упражнения, которые выполняются во фронтальной плоскости, показываются лицом к студентам.
2. Упражнения, которые выполняются в сагиттальной плоскости, демонстрируются стоя боком.
3. Упражнения, которые выполняются в двух плоскостях, демонстрируются дважды: сначала лицом к студентам, затем стоя боком.
4. При наличии асимметричных движений упражнения показываются зеркально.

Двигательные действия осваиваются поэтапно, особенно сложно координированные, которые разбиваются на более простые части. Если упражнение несложное и доступно для освоения студентом, то оно выполняется целиком. Необходимо создавать облегченные условия при выполнении физических упражнений, например, бег за лидером, бег под уклон, метание более легких снарядов, использование помощи, страховки. Возможно использование имитационных и подготовительных упражнений с целью подготовки к выполнению более сложных действий. Техника выполнения физических упражнений должна варьироваться за счет изменения темпа, ритма, скорости, амплитуды и т.д.

Важной задачей в процессе физического воспитания людей с интеллектуальными нарушениями является развитие выносливости, которая часто снижена не только за счет проблем в работе сердечно-сосудистой и дыхательной систем, но и из-за дефицитарности

развития волевой сферы. Для развития выносливости можно использовать гимнастические упражнения, подвижные и спортивные игры, плавание, ходьбу на лыжах и т.д.

Именно для этой группы лиц с нарушениями остро необходима адекватная воспитывающая среда: вовлечение их в различные виды деятельности, мотивирующие примеры (поведенческие образцы) для подражания.

Отдельного внимания заслуживает категория обучающихся с РАС. На сегодняшний день существует множество классификаций нарушений аутистического спектра в разных научных дисциплинах, но единого подхода пока не выработано. Настораживает скорость увеличения детей и молодых людей, у которых диагностируют это нарушение, по данным Минздрава в России выявляемость РАС выросла в 2.5 раза за последние 5 лет. Помимо специализированной медицинской помощи важно оказывать грамотную психолого-педагогическую помощь и сопровождение этой группы обучающихся.

К особенностям физического развития можно отнести трудности в освоении произвольных движений, умению действовать по инструкции, контролировать свои действия, наблюдаются задержки в развитии как крупной, так и мелкой моторики. Для них характерны тяжелая порывистая походка, импульсивный бег, слабо развиты координационные способности.

Регулярные занятия физической культурой являются важным условием функциональной адаптации лиц с РАС к нагрузкам. Предпочтительна групповая форма организации занятий, что приводит к повышению их социальной активности. В качестве физических упражнений могут быть эффективны: тренажеры-балансир, упражнения на фитболах, ходьба по гимнастической скамейке, наклонной доске, игры с мячом.

Д. Геслак разработал свою систему занятий адаптивной физической культурой для лиц с РАС, которая базируется на четырех компонентах: вовлечение, просвещение, вдохновение и тренировки. Он считает важным включение в занятия с данной группой обучающихся аэробных физических упражнений (быстрая ходьба, бег, плавание и т.д.), которые способствуют уменьшению различных видов неадекватного поведения, например, агрессивного, самоповреждающего, стереотипного и т.д. [20].

2.4. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Нарушения опорно-двигательного аппарата – обобщенное понятие, которое включает как врожденные, так и приобретенные расстройства двигательных функций организма различные по тяжести проявлений.

По происхождению и времени действия вредных факторов условно можно выделить три группы нарушений ОДА:

- 1) заболевания нервной системы (ДЦП, полиомиелит, миопатия и др.);
- 2) врожденные болезни ОДА (кривошея, косолапость и другие деформации стопы, врожденный вывих бедра, аномалии развития позвоночника, дефекты и недоразвития конечностей, и др.);
- 3) приобретенные болезни ОДА (полиартрит, хондродистрофия, рахит, туберкулез, опухоли костей, травматические повреждения спинного мозга и т.д.).

Двигательные расстройства являются ведущими при данных патологиях и могут иметь различную выраженность:

1. Лица с легкой степенью двигательных нарушений уверенно и самостоятельно передвигаются, у них достаточно развиты навыки самообслуживания. При этом могут

наблюдаться неправильные позы и положения тела в пространстве, недостаточно развиты базовые физические качества: сила, ловкость, координация, имеется недоразвитие мелкой моторики, они быстро утомляются.

2. Лица со средней степенью двигательных нарушений ходят неуверенно, часто при использовании технических средств реабилитации (костыли, канадские палочки и т.д.), необходима помощь со стороны другого, навыки самообслуживания ограничены.

3. Лица с тяжелой степенью двигательных нарушений не могут передвигаться самостоятельно, им недоступны навыки самообслуживания, необходима массивная помощь и поддержка со стороны другого.

Для обучающихся с НОДА характерна различная степень выраженности психических и речевых расстройств часто в разных сочетаниях, что требует очень тщательной подготовки к реализации АОП по физической культуре в зависимости от психофизических особенностей конкретного студента.

Помимо общеразвивающих упражнений для обучающихся с НОДА в программу по физической культуре должны быть включены коррекционные упражнения, направленные на: коррекцию позотонических реакций, расслабление мышц, опороспособности, развитие равновесия, точности движений, исправление осанки, развитие ориентации в пространстве и т.д. Доступные игры проводятся по упрощенным правилам.

К занятиям адаптивной физкультурой предъявляются следующие требования:

- 1) постепенность увеличения нагрузки и усложнения упражнений;
- 2) чередование упражнений по принципу рассеянной нагрузки;
- 3) соответствие упражнений психофизическим способностям обучающихся;
- 4) применение индивидуального подхода при планировании и организации занятий;
- 5) рациональное дозирование нагрузки;
- 6) профилактика травматизма, страховка при необходимости.

Выбор наглядных методов будет зависеть от характера заболевания, степени тяжести, состояния сохранных функций человека с НОДА, от тех задач, которые поставлены в ходе работы. Технические системы с биологической обратной связью могут быть эффективны при занятиях физическими упражнениями, например, компьютерные игровые тренажеры, тандемотерапия. Они позволяют расширить процесс освоения сложно координированных двигательных действий.

Л.В. Шапкина описала возможные подходы к оценке эффективности занятий физкультурой на примере обучающихся с ДЦП. Оценка эффективности может быть проведена по наличию (отсутствию) внешних признаков утомления, по функциональному состоянию организма обучающихся, по хронометражу с последующей оценкой плотности проведенного занятия. Важно оценивать в динамике состояние мышц (силу, тонус, амплитуду движений) в суставах, развитие двигательных умений и навыков, состояние позвоночника и стоп и т.д.) [26].

2.5. Особенности организации адаптивной физической культуры с обучающимися с нарушениями речи

Нарушения речи представляют собой большую группу отклонений от нормального речевого развития, речевой нормы, которая принята в данной языковой среде.

В клинико-педагогической классификации нарушения речи подразделяются на две большие группы, которые возникают при сохранном слухе и интеллекте:

1) нарушения устной речи (дисфония, дислалия, дизартрия, алалия, афазия, ринолалия, заикания и др.);

2) нарушения письменной речи (дислексия, дисграфия, алексия, аграфия).

Этиология речевых расстройств многообразна и структура дефекта тоже очень неоднородна, поэтому особенности физического развития у лиц данной нозологической группы тоже будут существенно различаться в зависимости от степени выраженности нарушений. Тем не менее общими особенностями будут являться следующие: более низкая сформированность двигательных навыков по сравнению со здоровыми сверстниками, гиподинамия, недостаточное развитие ловкости и быстроты, часто встречается тяжелая походка (на всю стопу), боковые раскачивания тела при ходьбе, неравномерность шагов и т.д.

В связи со слабовыраженными трудностями в развитии двигательных действий, физических качеств и способностей у студентов с нарушениями речи, в методической литературе практически нет сведений об особенностях реализации программы по физической культуре, которая была бы предназначена только для них. Традиционно при работе с данной группой студентов рекомендуется включать в занятия физкультурой общеразвивающие, дыхательные, релаксационные упражнения. Кроме того, важно проводить воспитательную работу по поводу значимости и пользы физических упражнений, ведения здорового образа жизни.

Речевые расстройства определяют специфику использования методов адаптивной физической культуры. В частности, большое значение приобретают наглядные средства, к которым относят: рисунки, схемы, предметные модели и муляжи, видеofilмы, презентации, наглядные ориентиры.

Развитие базовых физических качеств, таких как сила, ловкость, быстрота, гибкость, выносливость, должно проводиться систематически и последовательно. Развитию ловкости способствует выполнение упражнений в изменяющихся условиях. Участие в подвижных играх помогает переключению с одних двигательных действий на другие, развивают быстроту, умения взаимодействовать с партнерами.

Довольно непросто развивать выносливость у обучающихся с нарушениями речи, т.к. обычно используются многократные повторения физических упражнений, что приводит к потере мотивации у студентов. Выходом может быть включение в образовательный процесс игр и динамических упражнений (ходьба, бег, плавание), в том числе на свежем воздухе. Это является и отличным средством против гиподинамии.

Для развития координационных способностей используют различные методические приемы: симметричные и асимметричные двигательные действия, упражнения на развитие вестибулярного аппарата, упражнения на дифференцировку сигналов различной модальности, упражнения на согласованность действий с другими и т.д.

Постепенное и доступное увеличение физической нагрузки способствует уменьшению негативных проявлений гиподинамии, развитию двигательных действий, благоприятным перестройкам в организме обучающихся с нарушением речи.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Реализация адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью в образовательных учреждениях СПО является очень важной, но чрезвычайно сложной и трудоемкой задачей.

Группа лиц с ОВЗ и инвалидностью является крайне неоднородной, различается по психофизическим особенностям, индивидуальным способностям. Для реализации адаптированных программ по физической культуре требуется слаженная работа всех специалистов, осуществляющих учебно-воспитательный процесс в образовательном заведении.

В научно-методической литературе специфика реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидностью разных нозологических групп в системе СПО представлена различно. Наиболее разработанными являются разделы, посвященные работе с лицами с сенсорными нарушениями, меньше всего работ посвящено вопросам организации работы с лицами с РАС, речевыми нарушениями.

Повышение двигательной активности, удовлетворение потребностей в систематических занятиях физическими упражнениями, побуждение к здоровому образу жизни составляет главную цель реализации адаптированных программ по физической культуре для студентов с ОВЗ и инвалидностью в системе СПО.

Специфика организаций занятий физической культурой лиц с ОВЗ и инвалидностью зависит от состояния здоровья, вида и степени ограничения возможностей студентов с ОВЗ и инвалидностью, необходимо учитывать рекомендации, разработанные ПМПК и (или) МСЭ. Выбор формы занятия также будет зависеть от вышеназванных условий, например, групповые занятия для лиц одной нозологической группы, групповые занятия для лиц различных нозологических групп, индивидуальные занятия, интегрированные занятия для лиц с ОВЗ и инвалидностью и здоровых сверстников.

К общим особенностям физического развития лиц с ОВЗ и инвалидностью можно отнести: низкое развитие базовых физических качеств, координации, низкий объем и интенсивность двигательной деятельности, нарушение энергетического баланса при физических нагрузках, нарушения осанки, деформация стопы.

Управление процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре осуществляется поэтапно и включает: диагностику исходного состояния, целеполагание с последующей корректировкой под актуальные условия, управляющие воздействия, контроль за эффективностью проводимой работы.

Традиционно в адаптивной физической культуре выделяют следующие группы методов: методы формирования знаний, методы обучения двигательным действиям, методы развития двигательных качеств и способностей и методы воспитания личности. Конкретное использование методов и средств адаптивной физической культуры будет зависеть от контингента обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, их психофизических особенностей, физического развития, индивидуальных особенностей.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ

1. Сформулируйте цель и задачи реализации адаптированных программ по физической культуре для обучающихся с ОВЗ в системе СПО?
2. В чем заключается принцип дифференциации и индивидуализации при реализации адаптированных образовательных программ по физической культуре?
3. В чем заключается принцип компенсаторной направленности при реализации адаптированных образовательных программ по физической культуре?
4. В каких формах осуществляются занятия по адаптивной физической культуре для студентов с ОВЗ в системе СПО?
5. Опишите наиболее типичные нарушения в двигательной сфере, характерные для всех групп лиц с ОВЗ?
6. В каких случаях студент с ОВЗ не может быть допущен к занятиям по физической культуре?
7. Из каких компонентов состоит информационная блок-схема управления процессом педагогической деятельности в адаптивной физической культуре, предложенная Л.В. Шипковой?
8. Перечислите основные методы, которые типичны для адаптивной физической культуры на современном этапе ее развития?
9. Опишите особенности организации занятий по адаптивной физической культуре с обучающимися одной из нозологических групп на выбор (нарушения зрения, слуха, ОДА, интеллекта, речи)?
10. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при проведении занятий по физической культуре для студентов с ОВЗ?

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые документы

1. Конституция РФ. URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_28399/

Международные правовые акты

2. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989). URL: <https://base.garant.ru/2540422>
3. Конвенция о правах инвалидов (принята резолюцией 61/106 Генеральной Ассамблеи от 13 декабря 2006 года). URL: <https://base.garant.ru/2565085/>

Федеральные законы

4. Федеральный закон от 24.11.1995 г. N 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации». URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8559/
5. Федеральный закон от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 24.06.2023 г.). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/
6. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 4.08.2023 г.). URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/

Документы Правительства Российской Федерации

7. Постановление Правительства Российской Федерации от 29.03.2019 г. N 363 «Об утверждении государственной программы РФ «Доступная среда» (редакция от 18 октября 2021 г.). URL: <https://base.garant.ru/72216666/>

Нормативные документы министерств и ведомств

8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 01.12.1999 N 1025 «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования». URL: <https://base.garant.ru/1592552/>
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.03.2014 N 06-281 «О направлении Требований» URL: <https://782329.selcdn.ru/leonardo/uploadsForSiteId/200968/content/d308e3e2-596e-4ad2-bf18-46927935e108.pdf>
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО от 22.04.2015 г. № 06-443 «О направлении Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования». URL: https://inklysia.uni-dubna.ru/wp-content/uploads/2021/02/18_MP-06-830вн-от-20.04.2015.pdf
11. Методические рекомендации по обеспечению соблюдения требований доступности при предоставлении услуг инвалидам и другим маломобильным группам населения, с учетом факторов, препятствующих доступности услуг в сфере спорта и туризма» от 29.06.2015 г. (утв. Минспорттуризмом России). URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70917618/>
12. Приказ Министерства спорта РФ от 24.08.2015 г. N 825 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере

физической культуры и спорта, а также оказания инвалидам при этом необходимой помощи». URL: <https://base.garant.ru/71239554/>

13. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9.11.2015 г. N 1309 «Об утверждении порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи» (редакция Приказа Минобрнауки России от 18.08.2016 г. N 1065). URL: <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=279624>

14. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23.10.2020 г. N 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74898631/>

15. Письмо Министерства просвещения РФ от 21.10.2021 г. № 05-ПГ-МП-55494 «О рассмотрении обращения (О результатах освоения адаптированных ОПОП)». URL: <https://www.informio.ru/update/wuz/51042>

16. Письмо Министерства просвещения РФ от 2.03.2022 г. N 05-249 «О направлении методических рекомендаций». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403597766/>

17. Приказ Министерства просвещения РФ от 24.08.2022 г. № 762 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования». URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_427153/

18. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 26.06.2023 г. N 545н «Об утверждении Порядка разработки и реализации индивидуальной программы реабилитации или абилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации или абилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными учреждениями медико-социальной экспертизы, и их форм». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/407352483/>

19. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года. URL: <http://static.government.ru/media/files/Rr4JTrKDQ5nANTR1Oj29BM7zJBHXM05d.pdf>

Методические, научно-исследовательские работы

20. *Геслак Д.* Адаптивная физкультура для детей с аутизмом : Методические основы и базовый комплекс упражнений для увеличения физической активности детей и подростков с РАС. Екатеринбург : Рама Паблишинг, 2019. 192 с.

21. *Заботина Л. В.* Организация коррекционно-развивающих занятий по физической культуре инвалидов и лиц с нарушенным слухом в Первоуральском политехникуме // Актуальные вопросы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов: психолого-педагогические аспекты : материалы Всероссийской научно-практической конференции (Екатеринбург, 5 декабря 2018 г.). Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2019. С. 28-31.

22. Информю. URL: <https://www.informio.ru/forum/question2572/Skolko-chasov-v-nedelyu-neobhodimo-predusmotret-dlja-realizacii-discipliny-cikla-OGSYe-Fizicheskaja-kultura-po>

23. Семенов Л.А., Шлыков В.П. Азбука движений для слепых детей. – М.: ВОС, 1984. – 68 с. :
24. Теория и организация адаптивной физической культуры. В 2 т. / Под общей ред. С.П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2003. 448 с.
25. Характеристика системы СПО в Российской Федерации. URL: <https://monitoring.miccedu.ru/?m=spe>
26. Частные методики адаптивной физической культуры /Под ред. Л. В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2003. 464 с.

**Информационная блок-схема
управления процессом педагогической деятельности
в адаптивной физической культуре (по Л.В. Шапковой)**



Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение необходимое для реализации адаптированной программы «Физическая культура»

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенок гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 14 кг, 16 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др. Открытый стадион широкого профиля:

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

В зависимости от возможностей, которыми располагают профессиональные образовательные организации, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» могут быть использованы: тренажерный зал; лыжная база с лыжехранилищем; специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии, единоборств и др.); открытые спортивные площадки для занятий: баскетболом; бадминтоном, волейболом, теннисом, мини-футболом, хоккеем; футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен.

Для проведения учебно-методических занятий целесообразно использовать комплект мультимедийного и коммуникационного оборудования: электронные носители, компьютеры для аудиторной и внеаудиторной работы.