



АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В РЕАЛИЗАЦИИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Автор статьи: Щербак А.П.,
канд.пед.наук, доцент кафедры инклюзионного образования
ГАУ ДПО Ярославской области «Институт развития образования»,
г. Ярославль

Современный федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) учитывает индивидуальные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья. Стандарт направлен на решение задачи обеспечения равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка вне зависимости от его физического развития. В образовательную программу дошкольной организации должен быть внесен раздел коррекционной работы или инклюзивного образования, в котором содержится описание механизмов адаптации программы для детей с ОВЗ.

Вариант адаптации физического развития таких детей – разрешенное Федеральным законом «О физической культуре и спорта в РФ» использование средств адаптивной физической культуры в образовательных организациях. В соответствии с законом «адаптивная физическая культура является частью физической культуры. Таким образом, адаптивная физическая культура – это совокупность ценностей, норм и знаний, нацеленных:

- на развитие (восстановление, коррекцию, компенсацию) нарушенных или временно утраченных функций организма;
- совершенствование двигательной активности;
- формирование здорового образа жизни;
- социальную адаптацию;

Как отмечается во всех учебниках по теории и методике физической культуры, основная форма организованных занятий физическими упражнениями – урочная, имеющая строго определенную структуру (подготовительную, основную и заключительную части). В ДОО слово «урок» заменяют словом «занятие» для дистанцирования от школы, но, по сути, это та же самая форма. Периодически и термин «занятие» впадает в милость нормативных документов дошкольного образования, например, Федеральные государственные требования (ФГТ), использовавшиеся до ФГОС ДО, подменили его термином «непосредственно образовательная деятельность».

Урочная форма занятий (именно по месту, времени, трехразовому проведению в неделю, структуре) исторически себя оправдала. Тем более, требования к занятию четко прописаны в «Санитарно-эпидемиологических

требованиях к устройству, содержанию и организации режима дошкольных образовательных организаций». Ими же установлено конкретно имя занятий:

-в младшей группе – 15мин.

-в средней группе – 20мин.

-в старшей группе – 25мин.

-в подготовительной а школе группе – 30мин.

Используя классификацию уроков по адаптивной физической культуре, описанную в учебных пособиях, занятия в детском саду можно подразделить по следующим направленностям:

- образовательные – для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям и навыкам;

- коррекционно-развивающие – для развития и коррекции психофизических качеств с помощью физических упражнений;

- оздоровительные – для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики самотических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечно - сосудистой и дыхательной систем;

- лечебные – для восстановления и компенсации утраченных или нарушенных функций при хронических заболеваниях, травмах;

- рекреационные – для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности.

Такое деление носит условный характер, отражая лишь преимущественную направленность занятия. Фактически каждое занятие содержит элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики.



Примерное содержание занятия адаптивной физической культурой

Цель	Средства	Методы
1	2	3
Подготовительная часть		
Подготовка функциональных систем организма к физическим нагрузкам. Переход в аэробный режим энергообеспечения движений. Активизация внимания.	Чередование различных видов ходьбы, бега танцевальных движений. Строевые упражнения.	Непрерывного переменного упражнения.
Основная часть		
Разучивание, закрепление, совершенствование техники выполнения физических упражнений.	Общеразвивающие упражнения. Основные виды движений (прыжки, ползание, лазание, метание, ловля, передача). Подвижная игра.	Целостного конструктивного и расчлененно-конструктивного выполнения упражнений.
Воспитание двигательных способностей.		Строго регламентированного упражнения (непрерывный, интервальный, стандартный, переменный, круговой).
		Игровой
Заключительная часть		
Снижение функциональной активности организмами и приведение его в относительно спокойное состояние.	Спокойная ходьба и бег или игра малой подвижности. Упражнения на растяжку и дыхание. Релаксация.	Интервального переменного упражнения. Игровой.

*Средства адаптивной физической культуры – физические упражнения на восстановление, коррекцию и компенсацию нарушенных или временно

утраченных функций организма и способностей к общественной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья.

****Методы адаптивной физической культурой – способы применения физических упражнений, направленных на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности, вызванных нарушением здоровья.**

Основные требования к занятию:

- четкость постановки цели и задач в зависимости от типа занятия (оптимальное количество задач – не более 3-4);

- соответствие состава учебного материала адаптивной образовательной программе и характеру поставленных задач;

- целесообразный отбор средств и методов с учетом дидактической цели и задач урока;

- тесная связь занятия с предыдущим и последующим, с соблюдением принципа цикличности;

- сочетание фронтальной, групповой и индивидуальной работы, позволяющее реализовать коррекционную работу по удовлетворению особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья;

- постоянное видоизменение содержания занятия, методики его организации и проведения, способствующее формированию интереса к занятиям физическими упражнениями и побуждающее к активной деятельности;

- создание условий для позитивного, доброжелательного взаимодействия детей, имеющие различные (в том числе ограниченные) двигательные возможности, со сверстниками и взрослыми;

- обеспечение технике безопасности: при работе с детьми, кроме инструктора по адаптивной физической культуре должен присутствовать еще, как минимум, один педагог (воспитатель).

- свободный доступ детей к физкультурному инвентарю и оборудованию в зале и на уличной площадке;

- постоянно текущий и оперативный контроль за ходом и результатами детей.

Литература

1. О физической культуре и спорта в Российской Федерации: федеральный закон от 4 декабря 2007г. №329-ФЗ//Российская газета. 2007. 8 декабря. №276
2. Об утверждении Сан Пин 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима дошкольных образовательных организаций»: Постановление главного государственного санитарного врача от 15 мая 2013г. №26 [электронный ресурс]. –режим доступа:<http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70314724/>
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
4. Холодов Ж.С., Кузнецов В.Г. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учеб. Пособие для студентов всш. Учеб. Заведений. М., 2010.
5. Частные методики адаптивной физической культуры: Учеб. Пособие \Под ред. Л.В. Шапковой. М., 2003.
6. Издательство «ТЦ Сфера» представляет журнал. Инструктор по физкультуре, 2016 Цветкова Т.В., 2016.