

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ДЕТЕЙ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студента 3 курса 332 группы
направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование
профиль «Физическая культура»
Института физической культуры и спорта

Демирова Владимира Алексеевича

Научный руководитель
к.б.н. доцент С.С. Павленкович

Зав. кафедрой
к.м.н. доцент Т.А. Беспалова

Введение

Актуальность темы магистерской работы связана с тем особым вниманием, которое современное общество уделяет становлению людей с ограниченными возможностями здоровья полноценными членами общества. Физическая культура и спорт в различных его проявлениях на сегодняшний момент рассматриваются как важнейшее условие не только физической, но и социальной, а также профессиональной реабилитации инвалидов. Это фактор оздоровления, адаптации их к жизни и профилактики инвалидизации.

Занятие спортом является одним из ключевых условий физической и социальной реабилитации детей с разными видами инвалидности. Эффективность процесса адаптации определяется способностью решения специальными (коррекционными) образовательными учреждениями педагогических задач с учетом особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья. Анализ субъективных оценок воспитанников коррекционных школ состояния своего здоровья, отношения к занятиям физическими упражнениями и получение объективных показателей психофизического развития и факторов окружающей среды является весьма актуальным для дальнейшей разработки и совершенствования общих и частных методик адаптивной физической культуры, обеспечивающих физическую реабилитацию, интеграцию в общество и повышение уровня качества жизни детей-инвалидов. Для многих инвалидов адаптивная физическая культура является единственным способом «разорвать» замкнутое пространство, войти в социум, приобрести новых друзей, получить возможность для общения, полноценных эмоций, познания мира.

Для людей с ограниченными возможностями спорт — это шаг к реабилитации и расширению контактов с внешним миром. Это не просто спорт в узком смысле этого слова — это изменение в жизни человека с ограниченными возможностями, физкультура, возможность посещать спортивные клубы, секции и является средством активной интеграции и

социализации. К сожалению, на сегодняшний день в России еще нет комплексного подхода к развитию спорта среди инвалидов. Также контингент детей-инвалидов и молодежи с тяжелыми формами инвалидности практически не занимается спортом. В то же время у них самая высокая мотивация и желание заниматься спортом. Очевидно, что необходимо широко и систематически распространять адаптивный спорт для детей-инвалидов и инвалидов с детства, системный подход и государственную поддержку.

Из выше изложенного вытекает **актуальность исследования**, которая заключается в необходимости выявления наиболее эффективных форм внеклассной физкультурно-спортивной деятельности в системе комплексной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), применение которых позволит повысить уровень социальной адаптации данной категории детей на этапе подготовки к самостоятельной жизни.

Объектом исследования является процесс социализации детей 7-8 лет с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) средствами внеклассной физкультурно-спортивной деятельности и занятий лыжным спортом.

Предметом исследования в данном случае будет – система внеклассной физкультурно-спортивной деятельности в специальной (коррекционной) школе – интернате №1 г. Энгельса.

Цель исследования ставится выявить динамику социально значимых качеств личности детей с ОВЗ в процессе использования разнообразных форм внеклассной физкультурно-спортивной работы и занятий лыжным спортом.

Гипотеза исследования основана на мысли о том, что занятия физической культурой и лыжным спортом ведет не только к улучшению физических показателей, но и к большей социализации детей с нарушением слуха и как следствие улучшение их качества жизни, а также интеграции в общество в качестве полноценных членов.

Для достижения поставленной цели и подтверждения гипотезы установлены следующие **задачи исследования**:

1. изучить данные литературных источников о проблеме социализации инвалидов в общество;
2. провести анализ результатов формирования социально значимых качеств личности учащихся при использовании разнообразных форм внеклассной физкультурно-спортивной работы.
3. изучить особенности физической подготовленности детей 7-8 лет с ОВЗ средствами внеклассной физкультурно-спортивной деятельности и при занятиях лыжным спортом.

Для решения поставленных задач применялись следующие **методы исследования**: анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме исследования, наблюдение, педагогический эксперимент, математический анализ результатов опытно-экспериментальной работы.

Научная новизна исследования определяется тем, что проведено одновременное, комплексное исследование показателей физической подготовленности и социальной адаптации для детей 7-8 лет с различной степенью нарушения слуха, а также сделана попытка выявить средние показатели для выполнения различных упражнений. Для достижения результатов разработана и использована специальная программа, адаптированная под детей с нарушениями слуха. В виду отсутствия стандартов и нормативов для детей с ограниченными возможностями здоровья, предпринята попытка оценивания результатов в совокупности аналогичных показателей у обычных детей и низшего разряда ГТО 1 ступень.

Структура работы обусловлена логикой исследования и раскрытия темы. Магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения и списка использованных источников и литературы.

Особенности функционального состояния детей с ограниченными возможностями здоровья

Согласно статьи 5 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», гарантируется право каждого человека, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, на получение «...без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья, для коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических подходов и наиболее подходящих для этих лиц языков, методов и способов общения и условия, в максимальной степени способствующие получению образования определенного уровня и определенной направленности, а также социальному развитию этих лиц, в том числе посредством организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья...»¹. Основываясь на этом, при работе с подобными детьми необходимо понимать особенности их развития, взаимодействия с окружающим миром. Перед проведением эксперимента нужно изучить каковы особенности познавательной сферы у детей с нарушениями слуха, каким образом происходит взаимодействие этих детей между собой и с другими, в чем особенность организации занятий не только лыжами, но и в целом физической культурой, у детей с нарушениями слуха.

Личность детей с нарушениями слуха

У детей с нарушениями слуха отделение себя от окружающих людей, выделение собственных качеств и качеств другого человека, т. е. становление первого этапа в развитии самосознания, происходит в более старшем возрасте, чем у нормально слышащих детей. Они позже начинают указывать на себя. В отечественной сурдопсихологии развитие личности детей с

¹Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/e185d59b595b6bf58b8716c9d5129a3dd5b7630a/ (дата обращения 05.02.2022). - Загл. с экрана. - Яз рус.

Организация и проведение исследования/эксперимента

Организация исследования

Для решения поставленных в исследовании задач был проведен основной педагогический эксперимент. В эксперименте приняли участие 16 школьников 7-8 лет ГБОУ СО «Школа-интернат АОП №1 г. Энгельса». В ходе изучения особенностей ОВЗ в индивидуальных амбулаторных картах участники исследования были разделены на 2 группы: на экспериментальную группу, куда входили тугоухие дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, из них 5 мальчиков и 3 девочки, и контрольную группу тугоухих детей с III и IV степенью тугоухости, где мальчиков и девочек равное количество. На начало эксперимента группы относительно однородные по своему составу и уровню физической подготовленности. Группы не распределялись по гендерному признаку, так как возраст детей еще мал. На момент набора группы наибольшее количество желающих заниматься лыжной подготовкой находились в диапазоне 7-8 лет, что и определило возрастной состав групп.

Исследование проводилось в несколько этапов:

- 1 этап (ноябрь 2020 – январь 2021) – анализ литературных источников, определение цели и задач исследования, постановка гипотезы, подбор методов исследований.
- 2 этап (январь – февраль 2021) – работа с детьми с ОВЗ была проведена в двух направлениях:
 - ✓ тестирование, направленное на выявление уровня социальной адаптации детей с нарушением слуха в условиях образовательного учреждения;
 - ✓ определение уровня физической подготовленности детей.
- 3 этап исследования (февраль 2021 – декабрь 2021) – непосредственно педагогический эксперимент, контрольное тестирование физической подготовленности слабослышащих детей.

Заключение

В связи с тем, что в современном обществе увеличивается количество детей с ограниченными возможностями, встает вопрос интеграции таких детей в социум, их социализация и конечно же общее состояние здоровья. Занятие спортом и физической культурой является важной сферой жизни, где индивидум может реализоваться. Если обратить внимание на спорт высших достижений, то здесь человек может получить признание, самореализацию, финансовое вознаграждение. Однако, моя работа посвящена не большому спорту, а более объёмному, обширному процессу, который затрагивает множество детей – это социализация, интеграция детей в общество и улучшение их здоровья, физических показателей.

Анализ научно-методической литературы показал, что комплексного подхода к развитию детей с ограниченными возможностями, а также каких-либо показателей физического развития и нормативов нет. Поэтому в данной работе рассмотрено сравнение с нормативами физической культуры младших школьников и ГТО-1 ступень для детей 6-8 лет. Принято решение разделить детей на 2 группы: тугоухие и тугоухие с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, так как вторая группа детей имеет дополнительные отклонения в нервной системе. Анализ социализации проводился через устный опрос родителей и наблюдения за детьми.

В начале эксперимента были проведены исследования, которые показали сильное отставание детей с ОВЗ от здоровых школьников, что логично. Группа детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности показала более худшие показатели социализации, особенно в движениях мелкой моторики и поведении. Физические показатели также отставали от группы тугоухих детей, но уже не так сильно. Это объясняется тем, что детям с СДВГ сложнее выполнять правильные техничные движения на лыжах и во время других исследований физических показателей, по причине, нервозности, неспособности долго концентрироваться на одном действии. Например, в испытание «лыжи», дети в начале дистанции уезжали вместе,

даже некоторые школьники с СДВГ шли впереди, совершая быстрые хаотичные движения, но быстро подали, долго вставали и в итоге отставали.

Исследование проводилось в течении 10 месяцев в 3 этапа с ноября 2020 года по декабрь 2021 года. После проведения исследования, при организации занятий физической культурой, а, в частности, с уклоном на лыжную подготовку, многие критерии показали положительную динамику, дети усовершенствовали некоторые двигательные действия. Показатели социализации улучшились, значительный рост проявился в «предметно-игровой деятельности», «развитие движения», «культура поведения» и «эмоционально-волевая сфера». Эти показатели являются доказательством того, что дети стали лучше взаимодействовать друг с другом, хорошо ладят в коллективе и стремятся осваивать новые движения, навыки, что в меньшей степени проявлялось на начальном этапе работы. Не произошло роста только в категории «представление о себе», так как изначально уровень был высокий. Дети стали лучше понимать и осознавать окружающую их действительность и обстановку.

Во второй группе детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности, изменение показателей ниже, чем у первой группы, но есть положительная динамика. Значительный рост произошел в «развитии движений». На мой взгляд, это связано с тем, что дети стали больше заниматься общефизической подготовкой, из которой различные действия возможно перенести в жизнь, за стены образовательного учреждения. Например, упражнение на равновесие для тренировки конькового лыжного хода, когда ребенок стоит на 1 ноге и перепрыгивает на другую, это упражнение необходимо не только спортсменам, но и в целом улучшает общее равновесие человека.

Улучшилась «эмоционально-волевая сфера» детей. Они стали инициативнее, апатичности стало меньше, снизился уровень проявления агрессии. Предполагаю, что постоянная работа с данными детьми в качестве педагога на протяжении почти года, сблизило не только детей между собой,

но и мой авторитет в их сознании утвердился, они стали больше прислушиваться к моим советам в ходе занятий и выполнять минимальные требования. Ребята помогают друг другу, когда кто-либо падает на лыжне. В целом, после воздействий физических нагрузок, и на фоне легкой усталости дети становятся более спокойными и усидчивыми. Мелкая моторика практически без изменений, так как детям все еще тяжело выполнять мелкие, точные движения пальцами.

Физические показатели улучшились в обеих группах детей. Самый значительный рост в силовых показателях, которые представлены отжиманиями, особенно у детей с СДВГ, так как они стали более спокойны и концентрируются на выполнении упражнения, улучшилась сама техника выполнения отжиманий. Также улучшилась техника выполнения всех упражнений в целом. Наименьший рост в челночном беге 3 по 10 метров, так как координационные способности развиваются у тугоухих детей тяжело. Время прохождения дистанции 1000 метров на лыжах уменьшилось, в среднем, на 1 минуту и 18 секунд. Также уменьшилось отставание детей друг от друга, это объясняется улучшением технических навыков передвижения на лыжах и проявления соперничества между участниками. За 6 минут бега стали преодолевать дистанцию больше на 110-120 метров и, по моей личной оценке, быстрее восстанавливаться и чувствовать себя лучше после завершения дистанции.

Таким образом, в результате исследования выявлены положительные изменения социализации детей с ограниченными возможностями здоровья и их физических показателей благодаря занятиям физической культурой и лыжной подготовкой, что, в целом, способствует интеграции таких детей в общество, их адаптации. Улучшение выносливости, общего состояния здоровья находит отражение в повышении качества их жизни за пределами образовательного учреждения.

Список использованных источников и литературы

1. Абызова Т.В. Художественная гимнастика как средство улучшения координационных способностей у детей с нарушением слуха / Т.В. Абызова, А.А. Акатова, А.Н. Леготкин // Теория и практика физической культуры. -2014. - №5. - С. 22-24.
2. Аксенова О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учеб. пособие / О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев. М.: Советский спорт, 2005. 296 с.: ил.
3. Байкина Н.Г. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих: учебное пособие. / Байкина Н.Г., Сермеев Б.В.- М.: Советский спорт, 2001 – 62 с.
4. Бессарабов Н.С. Особенности проведения уроков по баскетболу с глухими детьми в возрасте 11-12 лет / Н.С. Бессарабов, В.Б. Горбуля. Запорожье, 2007.- 123 с.
5. Блиев Ю. Мир без звуков – мертвый мир / Ю. Блиев // Медицинская газета (электронный журнал). – 2010. – №71 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.mgzt.ru/node/1799>(дата обращения 23.01.2022). - Загл. с экрана. - Яз рус.
6. Богданова Т.Г. Сурдопсихология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия, 2002. - с. 3-203.
7. Богданова Т.Г. Соотношение вербальных и невербальных компонентов интеллекта у детей с нарушением слуха / Т.Г. Богданова // Вестник московского университета. Серия 14: психология. – 2008. – №2. – С. 169–179.
8. Боген М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика / М.М. Боген. М.: ЛИБРОКОМ, 2009. – 200 с.
9. Габов М.В. Повышение эффективности соревновательной деятельности квалифицированных дзюдоистов с нарушением слуха / М.В. Габов, Р.З.

Валеев, Ю.Г. Мартемьянов // Теория и практика физической культуры. – 2015. – №5. – С. 73–75.

10. Цивилева Любовь Владимировна. Обучение катанию на коньках как фактор коррекции двигательных способностей у детей с нарушением слуха: Дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03 : Екатеринбург, 2000 200 с.
11. Численность детей-инвалидов и детей с ОВЗ в возрасте до 18 лет. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс] – Режим доступа: [https://rosstat.gov.ru/search?q=численность+детей+инвалидов\(датаобращения:11.01.2022\)](https://rosstat.gov.ru/search?q=численность+детей+инвалидов(датаобращения:11.01.2022)). - Загл. с экрана. - Яз рус.
12. Численность детей-инвалидов в возрасте до 18 лет в Саратовской области Федеральный реестр инвалидов [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://sfri.ru/analitika/chislennost/chislennost-detei?territory=63000000> (дата обращения: 09.01.2022). - Загл. с экрана. - Яз рус.
13. Шатунов Д.А. Особенности показателей физического развития, здоровья и физической подготовленности подростков с нарушением слуха / Д.А. Шатунов, Ф.Р. Зотова // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. - 2013. - № 4 (98). - С.183-188.
14. Шокина И.Н. Адаптивный спорт как условия сохранения и укрепления здоровья инвалидов / И.Н. Шокина // Вестник поволжского института управления. – 2008. – №2. – С. 187–192.
15. Юречко О.В. Занятия адаптивным спортом как средство социализации людей с ограниченными возможностями / О.В. Юречко // Теоретические и практические проблемы физической культуры и спорта: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной 60-летию факультета физической культуры и спорта БГПУ (г. Благовещенск, 31 октября 2013 г.). – Благовещенск: Изд-во БГПУ, 2013. – С. 215–223.