

Таким образом, подтвердилась рабочая гипотеза о возможности применения специально подобранного комплекса подвижных игр и адаптивного плавания для коррекции физического развития детей с синдромом Дауна старшего дошкольного возраста.

Материалы исследования позволяют дать практические рекомендации специалистам, работающим с детьми с синдромом Дауна в условиях дошкольных образовательных учреждений, с целью коррекции физического развития.

Использованная литература

1. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.: ил.

2. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии / под ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.: ил.

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЭФФЕКТИВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВСПОМОГАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Е.В. Николаева

Государственное учреждение образования
«Вспомогательная школа № 24 г. Орши»,
г. Орша, Республика Беларусь
e-mail: exclusiv911@list.ru

Актуальность. В настоящее время актуальными стали вопросы реабилитации и социализации детей с особенностью психофизического развития. Поэтому одной из приоритетных задач деятельности вспомогательной школы является концентрация усилий всего педагогического коллектива и родителей на физическую реабилитацию обучающихся путем вовлечения их занятиями адаптивной физической культурой.

Проблема формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья обучающихся с особенностью психофизического развития является приоритетным направлением развития государственного учреждения образования «Вспомогательная школа № 24 г. Орши». В практику работы школы широко внедряются различные оздоровительные программы, способствующие формированию валеологической грамотности, здорового образа жизни обучающихся.

Физическое воспитание детей с особенностью психофизического развития относят к сфере адаптивного физического воспитания, посредством которого и решаются основные цели и задачи адаптивной физической культуры.

Такой подход приобретает особое значение для детей с особенностью психофизического развития. Различные методы и средства физического воспитания, расширение двигательной активности оказывают весьма широкий спектр воздействия на ребенка. Все вышесказанное определяет актуальность поиска инновационных подходов в области адаптивной физической культуры в урочной деятельности, внеклассной и внешкольной работе в условиях вспомогательной школы.

Цель исследования – сохранение и улучшение здоровья обучающихся с особенностью психофизического развития, формирование здорового образа жизни посредством адаптивной физической культуры в условиях вспомогательной школы.

Материалы и методы. В государственном учреждении образования «Вспомогательная школа № 24 г. Орши» адаптивная физическая культура является

эффективным средством сохранения и укрепления здоровья обучающихся; предоставляющей возможность максимальной самореализации во всех основных сферах нормализованной жизнедеятельности как в учебной, так и в бытовой, социальной, трудовой, досуговой [3, с. 8].

Современный подход к адаптивной физической культуре в нашей школе исходит из аксиомы, что в жизнедеятельности обучающегося необходимый уровень общей двигательной активности является главным фактором морфофункционального развития, условием биологической стимуляции и совершенствования важнейших механизмов адаптации организма в окружающей природной и социальной действительности. Рациональное систематическое использование общеразвивающих и специальных упражнений для всестороннего развития двигательных способностей и связанных с их реализацией психических процессов и личностных качеств, позволят укреплять здоровье постоянно формирующегося детского организма, сглаживать или принципиально изменять разрушительные механизмы дизонтогенеза, с вытекающими отсюда позитивами и перспективой [1, с. 22].

В образовательном процессе вспомогательной школы преподается учебная дисциплина – «Адаптивная физическая культура». Основными ее средствами выступают физические упражнения, адаптированные к возможностям и потребностям обучающихся, общепризнанно занимающие одно из ведущих мест в коррекционно-развивающей работе нашей школы.

Здоровьеформирующая и здоровьесберегающая направленность педагогического процесса в нашей школе, является ведущей в преподавании адаптивной физической культуры для обучающихся с особенностью психофизического развития. Подбор и использование физкультурно-оздоровительных технологий, гигиенических и природных факторов, определение и создание средовых, санитарно-гигиенических и психолого-педагогических условий способствуют сохранению и укреплению здоровья детей [4, с. 38].

Физкультурно-оздоровительных технологий обучения обеспечивают школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировывают у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни.

Физкультурно-оздоровительные технологии выполняют следующие функции: развитие сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы организма; профилактика различных заболеваний; развитие физических качеств; восстановление после учебной деятельности, снятие напряжения и расслабление [2, с. 15].

В нашей школе адаптивная физическая культура направлена на развитие, становление, сохранение, использование оставшихся в наличии функций организма, коррекцию и компенсацию отклонений у детей с особенностями психофизического развития, на поднятие уровня качества их жизни, наполнение ее новым содержанием, смыслом, эмоциями, чувствами, способствует развитию широкого круга основных и специальных двигательных способностей ребенка, жизненно необходимых двигательных умений и специальных знаний; повышает функциональные возможности различных органов и систем; формирует позитивные отношения к систематическим занятиям физическими упражнениями; вырабатывает уверенность в своих силах, готовность к преодолению физических нагрузок, к разнообразным жизненным важным действиям [3, с. 32].

При всей значимости адаптивной физической культуры в учебной деятельности обучающихся с особенностями психофизического развития исключительная роль в приобщении к ежедневным занятиям физическими упражнениями, формированию здорового образа жизни принадлежит внеклассной и внешкольной работе. Проводятся физкультурные мероприятия, которые позволяют выполнять в доступной форме комплексы упражнений, задействовать в подвижных играх всех обучающихся.

Коррекционно-компенсаторная направленность пронизывает все разделы внеклассной и внешкольной работы, соблюдается принцип индивидуального подхода к обучающимся. Физкультурные мероприятия способствуют организации целесообразного отдыха, укреплению здоровья, закаливанию организма, нормализации поведения расторможенных, легковозбудимых детей и активизации вялых, пассивных, повышению работоспособности, формированию здорового образа жизни [5, с. 10].

Результаты и их обсуждение. Адаптивная физическая культура в нашей школе принесла положительные результаты по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, формированию здорового образа жизни. Так, все обучающиеся (96%) занимаются на уроке адаптивной физической культуры и посещают физкультурные мероприятия с удовольствием: 58% обучающихся не беспокоят часто болезни, 65% обучающихся не имеют пропусков занятий по болезням, на 22% снизилась заболеваемость простудными заболеваниями.

Обучающиеся нашей школы на протяжении 10 лет принимают участие в республиканских соревнованиях по развитию двигательной активности детей с тяжелыми и множественными физическими или психическими нарушениями «Усе разам», которые проходят под девизом «Дай мне победить! Но если я не смогу, то пусть я буду смелым в этой попытке!».

Заключение. Школьное образование в наши дни предъявляет большие требования к здоровью обучающихся. Поэтому сейчас, как никогда важна компетентность детей в вопросе здорового образа жизни и теоретическая, и практическая. Мы сами можем сохранять своё здоровье и учить этому детей. Сила внутри нас, надо только научиться пользоваться ею.

Таким образом, адаптивная физическая культура есть специально организованная система воздействий на психологию личности ребенка, осуществляемых посредством вовлечения последнего в различные виды активной деятельности для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирования здорового образа жизни.

В работе с обучающимися педагоги нашей школы исходят из того, что детство – особый уникальный период в жизни человека, это не подготовка к жизни, а сама жизнь с определенным, присущим только ей кругом потребностей и возможностей. Поэтому в работе с детьми с особенностью психофизического развития, мы руководствуемся принципом гуманизма и педагогического оптимизма, что предполагает веру в ребенка, в его потенциальные возможности.

Использованная литература

1. Адаптивная физическая культура в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: учеб.-метод. пособие / В.А.Барков и др.; под ред. В.А. Баркова, И.В. Ковалец. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 2014. – 168 с.
2. Гамаюнова, А.Н. Формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни как направление образования учащихся специальных (коррекционных) школ 8 вида / А.Н. Гамаюнова, М.А. Якунчев // Воспитание и обучение детей с нарушением развития. – 2007. – № 6. – С. 15–21.
3. Новицкий, П.И. Физическое воспитание учащихся с умеренной и тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности: пособие для учителей и воспитателей / П.И. Новицкий. – Витебск: ВЦ ВОУС, 2007. – 132 с.
4. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. Т. 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под общ. ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2003. – 147 с.
5. Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа во вспомогательной школе (школе-интернате). Начальная школа: учеб.-метод. пособие /авт. – сост.: И.Д. Ратькович, Е.В. Башина, В.И. Ратькович, Л.Г. Валентик; ГУО «Академия последипломного образования». – Минск: АПО, 2005. – 219 с.