УДК 376.1.016:796

П.И. Новицкий

Программное обеспечение учебного процесса по предмету «Физическая культура» во вспомогательной школе

Физическое воспитание детей с интеллектуальной недостаточностью (умственной отсталостью) является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса во вспомогательных школах [1]. Научно обоснованные подходы к определению направлений данного процесса и его программно-методическая обеспеченность являются непременными условиями эффективности решения основных задач специального образования этих детей. Если учебный процесс по физической культуре на первом отделении (учащиеся с легкой умственной отсталостью) обеспечен учебной программой [2], то в отношении второго отделения (учащиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью) этот вопрос пока остается открытым. Отсутствие программы, безусловно, негативно отражается на качестве и результатах учебного процесса, однако не останавливает педагогический процесс. На занятиях физкультурой с учащимися второго отделения практики используют (адаптируют) материал программы для первого отделения, реализуя дифференцированный подход; ученые осуществляют поиск и апробацию экспериментальных программ.

В 2007–2008 учебном году нами была предложена в массовую практику вспомогательных школ программа по физической культуре для учащихся второго отделения. Непосредственное формирование содержания, изучение адекватности и эффективности использования материала программы в учебном процессе осуществлялись в процессе многолетней научно-исследовательской работы, осуществляемой под руководством автора данной статьи на базе учреждения образования «Витебская государственная вспомогательная школа № 26». Консультативную и организационную помощь в проведении данной работы оказывали большой круг ученых, руководителей, методистов и практиков (Т.Д. Полякова, В.Н. Корзенко, М.Д. Панкова, В.А. Шух, О.Е. Антипенко, Л.М. Майорова, Т.Т. Романенко, И.Б. Минченя, Т.Н. Матюшко, Е.Н. Овсяник, Е.В. Николаева, Л.А. Иванина, М.Г. Федорова, Т.И. Ершик, И.Д. Ратькович, В.А. Симаненко и др.), которые, как показало сотрудничество, оказались не в меньшей степени, чем автор, заинтересованы в научном поиске и скорейшем практическом решении проблем физического воспитания детей с тяжелыми нарушениями интеллектуального развития.

Открытое представление и обсуждение проекта данной программы по ее апробации в массовой практике физического воспитания в специальных учреждениях образования Витебского региона состоялось 25–26 октября 2007 года на областном семинаре-совещании практических работников вспомогательных школ и центров КРОиР Витебской области, специально организованном с этой целью Витебским областным центром физического воспитания и спорта учащихся и студентов (Л.С. Жилинский). В качестве организационно-методического сопровождения педагогического процесса по данной программе областной центр ФВиС учащихся и студентов осуществил выпуск пособия «Физическое воспитание учащихся с умеренной и тяжелой степенью интеллекту-

альной недостаточности» (П.И. Новицкий, 2007), рекомендованного для учителей и воспитателей вспомогательной школы [3].

Предложенная нами программа существенно отличается от государственной программы по физической культуре, действующей для учащихся первого отделения. Это касается не только ее содержания, но и целого ряда организационно-методических положений и рекомендаций по определению основных направлений (целей, задач) образовательного процесса, особенностей практической реализации учебного материала и др., содержащихся в Пояснительной записке программы. Попытаемся показать в рамках статьи сущность концептуальных положений данной программы по организации и содержанию во вспомогательной школе предмета «Физическая культура» для учащихся второго отделения.

«Физическая культура» (в ЦКРОиР – «Адаптивная физическая культура») как базовый предмет учебного плана учащихся второго отделения, выполняя оздоровительную, образовательно-воспитательную и коррекционно-развивающие функции в то же время в совокупности с другими учебными предметами образует единое учебно-формирующее пространство, где через межпредметные связи идет непрерывный процесс взаимообеспечения предпосылок и условий успешности образовательного процесса в каждом из них. Основными его средствами выступают физические упражнения, *адаптированные* к возможностям и потребностям детей, общепризнанно занимающие одно из ведущих мест в коррекционно-развивающей работе специальных учреждений образования. Соответственно, научно-методической основой предмета выступают принципы адаптивной физической культуры [4].

Характерной особенностью детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью является наличие у них выраженных разнообразных дефектов психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии. Это находит отражение в ограниченных возможностях, низком уровне проявления самостоятельной произвольной двигательной активности и связанных с нею психомоторных качеств, жизненно важных двигательных умений и навыков [5, 6]. Дефицит активности наряду со сдерживанием динамики общего психического развития ребенка и формирования практической готовности к самостоятельной жизни в обществе ускоряет процессы возникновения вторичных нарушений и заболеваний растущего организма [7].

Учебный предмет «Физическая культура» преследует цель укрепления здоровья и достижения соответствующего уровня физических и духовных сил, предоставляющих умственно отсталому ребенку возможность максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта в различных сферах жизнедеятельности (учебной, бытовой, трудовой, досуговой, спортивной и др.).

Достижение этой цели осуществляется решением оздоровительных (включая коррекционно-развивающие), образовательных и воспитательных задач.

Решение *оздоровительных задач* направлено на укрепление здоровья занимающихся, повышение уровня психомоторного состояния организма, профилактику и коррекцию у детей физических и психических нарушений развития. К ним относятся:

1. Обеспечение оптимального двигательного режима и педагогических условий формирования игровой деятельности детей на основе ежедневной рационально организованной и спонтанной двигательной активности.

2. Повышение уровня основных физических качеств, коррекция и развитие координационных способностей.

3. Развитие, профилактика и коррекция функционирования дыхательной и сердечно-сосудистой систем организма, предупреждение ожирения, плоскостопия, нарушений осанки, зрения.

4. Повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным факторам внешней среды; закаливание организма.

5. Стимулирование компенсаторных функций нарушенного психомоторного развития, развитие и коррекция мелкой моторики и сенсомоторных действий.

6. Использование средств физического воспитания для активного отдыха и снижения психического утомления в процессе учебной, бытовой и трудовой деятельности, максимальной активизации познавательной деятельности, стимулирования словесной регуляции и наглядно-образного мышления.

Образовательная направленность физического воспитания обеспечивается планомерной передачей учащимся специальных знаний, востребованных учебным процессом для решения основных программных задач и формирования на доступном уровне физической культуры личности, а также освоением и совершенствованием двигательных умений и навыков, расширением их двигательного опыта.

Основными образовательными задачами являются:

1. Формирование у учащихся необходимого (доступного) перечня физкультурных знаний, умений практического и методического характера, направленных на интеллектуализацию двигательной активности и самостоятельного использования средств физического воспитания.

2. Максимальное расширение запаса простых движений с их постепенным усложнением; изучение и совершенствование двигательных действий, являющихся основой для выработки социально-бытовых и трудовых, специальных производственных умений и навыков.

3. В соответствии с состоянием и возможностями организма обеспечение оптимального индивидуального фонда разнообразных двигательных навыков, необходимых для максимально возможной самореализации в различных сферах жизнедеятельности (в том числе спортивной).

4. Формирование навыков личной и общественной гигиены.

В процессе учебной и внеклассной работы подбор и использование средств и методов физического воспитания должны предусматривать постоянную связь с умственным, нравственным, трудовым, эстетическим и экологическим воспитанием учащихся. Для достижения этого, при определении содержания урочных и неурочных форм занятий физическими упражнениями, целенаправленно планируется решение следующих *воспитательных задач:*

1. Формирование устойчивого интереса, привычки и потребности в физкультурно-оздоровительных занятиях и ведении здорового образа жизни.

2. Воспитание личностных качеств, необходимых для успешного решения бытовых, учебных и профессиональных задач, преодоления настоящих и будущих трудностей в жизни (самостоятельность, организованность, настойчивость, трудолюбие, находчивость и др.).

3. Воспитание у учащихся уважительного и требовательного отношения к себе.

4. Формирование доброты, внимательного отношения к окружающим (детям, взрослым, учителям, родителям), стремление оказывать поддержку и помощь.

5. В процессе организации и проведения урочных и внеклассных форм физического воспитания постоянное создание психолого-педагогических и средовых условий, способствующих более успешной социальной адаптации учащихся и интеграции их в общество.

6. Достижение жизнерадостного настроения и проявления положительных эмоций у занимающихся от участия в различных формах физического воспитания, положительного отношения к физическим упражнениям и соревновательной деятельности.

Основные программные задачи реализуются в ходе учебной и внеклассной работы посредством широкого использования многообразных форм физического воспитания, обеспечивающих постоянство и повышение двигательной активности детей в режиме дня. Оптимальный объем организованной двигательной активности детей, пребывающих в рамках учебного и продленного дня специального учреждения образования, должен составлять от 1,5 до 2 часов ежедневно.

Для детей с умеренной и тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности характерны инертность нервных процессов, их стереотипность и трудность переключения с одного действия на другое. Наряду с чрезвычайной медлительностью образования двигательных навыков часто эти дети могут не воспроизвести по просьбе учителя или в необходимых случаях даже хорошо знакомые или недавно разученные упражнения, особенно при изменении привычной обстановки (места занятий, социального окружения).

С учетом этих особенностей специфика содержания и методики физического воспитания учащихся второго отделения включает:

- планирование более длительного времени на разучивание и повторение даже простых, элементарных двигательных действий с последующим многократным закреплением этих умений в различных новых условиях и ситуациях;
- постановку образовательных задач и выбор двигательного материала для разучивания или развития психомоторных качеств на основе уже закрепившихся в двигательном опыте ученика достаточно освоенных умений и навыков;
- регламентацию физических нагрузок в отдельных упражнениях и всего занятия (объем, интенсивность и сложность заданий) с учетом индивидуальных возможностей и имеющих место у многих детей медицинских ограничений, связанных с вторичными дефектами развития.

При проведении игр с воспроизведением звуков и речитативами учителем постоянно преследуется цель обучения детей правильному произношению с использованием для каждого случая наиболее подходящих приемов (сопряженная и отраженная речь, вопросно-ответная и самостоятельная).

Планируемые учителем задания должны быть доступны и заранее предполагать успешность их выполнения занимающимися. Особенно это важно на этапах начального разучивания упражнений, выполнения усложненных вариантов уже освоенных умений.

Последовательность и сроки прохождения программного материала отражаются в годовом, четвертном и поурочном планировании. При планировании учебных задач на уроках и подборе средств их решения (например, в разделе «Прыжки») следует обращать внимание на содержание данного раздела в программе следующего класса. Это позволит своевременно включать в образовательный процесс учеников с более выраженным прогрессом в обучении и темпах психомоторного развития индивидуальные задания, лежащие в «зоне ближайшего развития».

В каждом очередном классе ранее изученные двигательные умения и навыки систематически повторяются в уже освоенном виде и совершенствуются в новых условиях, меняющейся обстановке и усложненном исполнении. В зависимости от степени выраженности дефектов развития и обучаемости ребенка неосвоенный практический материал прошедшего года обучения пере-

носится (дополняется) к содержанию учебного материала следующего класса и планируется в первую очередь. Полный отказ от неосвоенных в предыдущем классе учебных заданий и переход к новым ведут к нарушению дидактических принципов доступности и постепенности обучения, разрушает установленную в программе преемственность последовательного усложнения от класса к классу учебного материала и требований.

Для овладения учеником двигательным умением, оказавшимся сложно осваиваемым, необходимо исчерпывающе реализовать многообразие методических приемов обучения, а при отсутствии положительного результата, целенаправленно применяя коррекционно-развивающий материал, устранять или ослаблять выявленные причины данного положения. Например, для скорейшего освоения учеником «броска мяча в двигающуюся цель» несостоявшимся условием может оказаться недостаточный уровень развития у него пространственной ориентации и скоростно-силовых способностей верхних конечностей, которые потребуют дополнительного включения в образовательный процесс соответствующих средств по коррекции этих недостатков. Во всех названных случаях физическое воспитание с учениками, существенно отстающими от программных требований своего класса или опережающими их, работа должна строиться на основе дифференцированного подхода.

Многолетний учебно-воспитательный процесс по предмету «Физическая культура» должен проходить на фоне постоянного улучшения и укрепления физического, психического и социального здоровья школьников. Основным критерием качества образовательного процесса выступает *положительная динамика* в формировании изучаемых знаний, двигательных умений и навыков, росте показателей физического развития и подготовленности, а также в улучшении состояния здоровья у каждого ученика. Анализируя эффективность педагогического процесса, следует учитывать, что годовые темпы прироста различных показателей физического воспитания у детей индивидуальны: одни учащиеся могут прогрессировать быстрее, другие медленно, едва заметно, отставая от своих сверстников на несколько лет. В связи с чем контрольно-оценочный компонент по окончании каждого года обучения (класса) программой не конкретизируется, а эффективность физического воспитания каждого ученика в течение учебного года определяется широтой охвата и интенсивностью позитивных изменений (улучшения состояния) различных показателей, характеризующих его физическое, психическое и социальное здоровье, а также объемом освоенных знаний, умений и навыков, входящих в базовый компонент данного года обучения. Возможность осуществления оценки и анализа эффективности организации и содержания педагогического процесса обеспечивают диагностическая работа (индивидуальные диагностические карты, социограммы) и систематический учет учебных достижений учащихся. Контроль за состоянием и динамикой психомоторного развития и здоровья ученика является обязательным для учителя физической культуры. С этой целью с момента поступления в специальное учреждение образования и до его окончания для каждого ученика ежегодно ведется «Индивидуальная карта развития» или «Паспорт здоровья».

Учебный материал программы делится на 2 компонента: базовый и вариативный (коррекционно-развивающий).

К *базовому компоненту* относится учебный материал по формированию знаний, двигательных умений и навыков, развитию физических качеств, предоставляющих ученику освоение социально значимого двигательного опыта и достижение уровня психомоторного развития, обеспечивающих качество и

нормализацию самостоятельной жизни, возможность широкого включения в различные сферы жизнедеятельности: учебную, трудовую, культурно-досуговую, спортивную и др. Освоение каждым учеником базового компонента программы выступает основным обязательным направлением учебного процесса по физической культуре.

В силу известных трудностей обучения детей с умеренной и тяжелой интеллектуальной недостаточностью [6] не весь класс в одинаковом темпе сможет осваивать базовый материал программы, особенно на этапе начальной школы. Главным препятствием этого у разных детей выступают недостатки в функционировании как отдельных анализаторных систем, так и общего уровня психического развития.

Для коррекции этих недостатков и выравнивания имеющихся дефектов психического и моторного развития учащихся, а также профилактики возникновения новых нарушений программа включает *вариативный компонент*: физические упражнения, задания и подвижные игры, рекомендуемые для решения задач коррекционно-развивающей направленности. Разнообразные двигательные умения и навыки, отраженные в вариативном компоненте, выступают и непосредственными средствами освоения базового компонента программы, проводниками в зону ближайшего развития занимающихся.

Широкий перечень упражнений, заданий и специально разработанных подвижных игр, включенных в вариативный компонент программы, в то же время не исчерпывает возможности применения в урочных и неурочных формах физического воспитания учащихся других многочисленных средств. Предлагаемые программой к использованию подвижные игры одновременно служат учителю примером организации игровой предметно-сюжетной деятельности детей в решении конкретных задач учебного процесса, ориентиром для подбора в рекомендуемой методической литературе аналогичных по педагогическому значению и содержанию игр для данного контингента. В практическом использовании игр учителю часто придется, сохраняя двигательную основу игры, упрощать в ней (в том числе изменять) многие организационные моменты и правила, интенсивность и продолжительность игровой деятельности с учетом индивидуальных возможностей занимающихся и складывающихся производственных ситуаций.

Многообразие решаемых коррекционно-развивающих задач в рамках данного компонента программы сгруппировано следующими основными разделами:

- Развитие координационных способностей.
- Развитие силовых и скоростно-силовых способностей.
- Развитие скоростных способностей.
- Развитие подвижности суставов.
- Развитие выносливости.
- Коррекция дыхания.
- Коррекция и профилактика нарушений осанки, плоскостопия.
- Развитие мелкой моторики.
- Развитие сенсорных систем.
- Коррекция и развитие психических процессов.

Содержание вариативного компонента в учебном процессе (реализуемое как в урочных, так и остальных формах физического воспитания) конкретизирует учитель с учетом индивидуального запроса коррекционно-развивающих мер, определяющихся психическим и моторным состоянием каждого ученика (или

группы учеников). Кроме предоставления средств для коррекции имеющихся у детей нарушений психического и физического развития, вариативный компонент учебной программы должен постоянно дополнять базовый, расширяя содержательную сторону всесторонности педагогического процесса и повышая, в целом, эффективность комплексного решения его основных задач.

В поурочном планировании начальных классов (в т.ч. индивидуальных программах) соотношение вариативного и базового компонентов может составлять, соответственно, около 60% и 40%. В средних классах доля базового компонента в учебном процессе постепенно увеличивается, возрастая в старших классах до 70 и более процентов, но никогда не исключает применения на каждом уроке определенного объема средств вариативного компонента. Единство и взаимосвязь базового и вариативного компонентов программы не теряют своей актуальности для полноценного решения основных задач физического воспитания учащихся на протяжении всего периода обучения в школе.

Задачи обучения двигательным действиям неразрывны с воспитанием физических качеств и взаимосвязаны. Без необходимого минимума физических качеств невозможно осваивать, тем более результативно выполнять двигательные навыки. Воспитание физических качеств у учащихся второго отделения должно систематически осуществляться как на каждом уроке, так и в содержании всех остальных форм физического воспитания в школе. Процесс физической подготовки предполагает комплексное воспитание всех основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости, координационных способностей). В качестве средств для развития физических качеств используются: материал вариативного компонента программы, самостоятельно подобранные учителем упражнения и игры с учетом индивидуальных возможностей учащихся, а также двигательные умения и навыки базового компонента программы в процессе их разучивания, повторения и совершенствования. При этом методически наиболее целесообразным вариантом поурочного планирования физической подготовки учащихся второго отделения является проведение уроков, оказывающих преимущественно избирательное тренировочное воздействие на заранее определенные планом урока двигательные звенья. Например, более скорое достижение тренировочного эффекта, отраженного в повышении физических возможностей верхних конечностей, достигается в результате проведения уроков, на которых преимущественный объем средств (до 60% содержания урока) состоит из различных учебных двигательных заданий, упражнений и игр, связанных с работой мышц этих конечностей [8]. Систематическое чередование уроков, преимущественно воздействующих на развитие верхних конечностей, с уроками, оказывающими такое же воздействие, но на нижние конечности занимающихся, способствует достижению более динамичных позитивных изменений в показателях их общей физической подготовленности, в отличие от традиционно устоявшихся подходов к планированию.

Таким образом, как показывает вышеизложенный материал, содержание представленной программы и организационно-методические подходы, связанные с ее реализацией, основываясь на принципиальных положениях общей теории и методики физического воспитания в целом, в то же время расставляют ряд принципиально новых акцентов в целеполагании, планировании и методике предмета «Физическая культура» во вспомогательной школе (применительно образовательного процесса учащихся второго отделения). Строгое их соблюдение повышает качественный уровень как содержания работы учителей физической культуры со вторым отделе-

нием, так и ее результаты, воплощенные в улучшении физического, психического и социального здоровья этой, наиболее сложной в специальном образовании категории детей.

ЛИТЕРАТУРА

1. ***Программы по физической культуре и воспитанию учащихся вспомогательной школы (подготовительный, I–IX классы)*** / сост.: И.Д. Ратькович, В.И. Ратькович; под ред. В.А. Шуха. – Минск: ГИАЦ М-ва образования РБ, 2001. – 47 с.
2. ***Адаптивная физическая культура. I–IV классы:*** учебные программы центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации / Министерство образования Республики Беларусь. – Минск: Народная асвета, 2007. – С. 107–127.
3. ***Новицкий, П.И.*** Физическое воспитание учащихся с умеренной и тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности: пособие для учителей и воспитателей / П.И. Новицкий. – Витебск: РУП «ВЦ ВОУС», 2007. – 132 с.
4. ***Евсеев, С.П.*** Адаптивная физическая культура: учеб. пособие / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2000.
5. ***Маллер, А.Р.*** Обучение, воспитание и трудовая подготовка детей с глубоким нарушением интеллекта / А.Р. Маллер, Г.В. Цикото. – М.: Педагогика, 1988.
6. ***Петрова, В.Г.*** Практическая и умственная деятельность детей-олигофренов / В.Г. Петрова. – М.: Просвещение, 1968.
7. ***Дмитриев, А.А.*** Коррекционно-педагогическая работа по развитию двигательной сферы учащихся с нарушением интеллектуального развития: учебное пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. / А.А. Дмитриев. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЕК», 2004.
8. ***Новицкий, П.И.*** Проблемы школьной физкультуры с позиций системно-структурного подхода / П.И. Новицкий // Веснік ВДУ. – 1997. – № 3(5). – С. 7–10.

SUMMARY

The article deals with the essence of the author's syllabus on Physical Training for disabled children in special schools.

Поступила в редакцию 15.01.2008