

Вместе с тем создание для лиц с ограниченными возможностями здоровья современных и качественных условий для занятий адаптивной физической культурой и спортом, формирование у них соответствующей потребности являются одними из важнейших задач, поставленных в Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ в период до 2020 г.

### **Литература**

1. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: учебное пособие /С.П. Евсеев – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
2. Евсеев С. П. Проблемы развития адаптивного спорта /С.П. Евсеев // Человек в мире спорта. - 1998. - Т. 2. - С. 527-528.
3. Мешавкина, А. В. Основные проблемы развития адаптивного спорта / А. В. Мешавкина, О. А. Веденина // Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях, проблемы и перспективы развития. - 2015. - С. 107-110.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СПЕЦИАЛЬНОЙ ШКОЛЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА**

**Петровская А.Ю., Петровская Л.Н.**

*Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет, Россия, г. Белгород*

*МСКОУ С(К)ОШ №30 VIII вида г. Белгорода*

*nastenka.petrovskaya.91@mail.ru*

**Аннотация:** Рассматриваются вопросы организации физкультурно-оздоровительной работы со школьниками, имеющими нарушения интеллекта. Оценивается эффективность мероприятий для детей с данной нозологией.

**Ключевые слова:** нарушение интеллекта, физкультурно-оздоровительная работа.

**Нарушение интеллекта** у детей (умственная отсталость) – это стойкое, необратимое нарушение познавательной деятельности, вызванное органическим поражением головного мозга, характеризующееся стойкостью, необратимостью дефекта и ведущее к социальной дезадаптации. Педагогическим критерием диагностирования детей с умственной отсталостью является низкий уровень обучаемости (Шапкова Л.В., 2001; Мозговой В.М, 2004).

Физкультурно-оздоровительная работа – мероприятия, проводимые школой с целью укрепления здоровья учащихся, основанная на широком использовании средств физической культуры в режиме учебных занятий и во внеурочное время. Целенаправленная физкультурно-оздоровительная работа оказывает стимулирующее воздействие на организм умственно отсталого ребенка и больше, чем другие средства, соответствует удовлетворению естественной потребности в движении, противодействует гипокинезии и способствует восстановлению утраченного здоровья, укреплению всех функций организма, развитию физических способностей.

В процессе физкультурно-оздоровительной работы с детьми, имеющими нарушения и интеллекта, основное внимание должно быть сосредоточено на раскрытии своеобразия ребенка, на создании для него индивидуальной коррекционно-развивающей программы, основанной на всесторонней комплексной коррекции нарушений.

Нагрузка на организм умственно-отсталого ребенка во время учебной деятельности требует от всех педагогов постоянного контроля за состоянием здоровья, организации щадящего, охранительного режима, проведение мероприятий, направленных на развитие двигательных качеств, формирование навыков и умений, повышение работоспособности, привитие интереса к занятиям физическими упражнениями и играми. Все мероприятия проводятся согласно плану внутришкольного режима, содействуют совершенствованию спортивных навыков, закаляют организм и укрепляют здоровье детей, способствуют приобретению навыков самообслуживания, поведения и ориентировки на местности.

Основными формами физкультурно-оздоровительной работы в МСКОУ С(К)ОШ №30 VIII вида являются:

1) **Ежедневная утренняя гимнастика** - проводимая как в помещении, так и на свежем воздухе. Эта форма занятий физическими упражнениями призвана решать главным образом оздоровительные и воспитательные задачи. Упражнения благоприятно воздействуют на организм, способствуют формированию правильной осанки, актов дыхания, воспитывают привычку регулярно заниматься утренней гимнастикой. Коллективное выполнение физических упражнений до уроков дисциплинирует, организует и сплачивает учащихся, повышает их работоспособность. Учитель физической культуры разрабатывает план проведения утренней гимнастики, в котором комплексы упражнений расписаны на год. Занятия могут вести не только учителя физкультуры, но и способные учащиеся 10-11 классов. Дети, которые не могут выполнять упражнения или имеют медицинский отвод, от гимнастики освобождаются. По возможности утреннюю гимнастику нужно проводить под музыкальное сопровождение. Проводя гимнастику, учитель способствует развитию чувства темпа, ритма, памяти, внимания, создает бодрое, веселое настроение на весь учебный день.

2) **Физкультминутки** – небольшой по интенсивности и времени комплекс физических упражнений, средство активного отдыха. Физкультминутки способствуют повышению внимания и активности на уроках, лучшему усвоению учебного материала. Упражнения для физкультминуток рекомендует учитель физической культуры. Комплекс состоит из простых и хорошо знакомых упражнений. Упражнения обновляются постепенно: заменяется по одному упражнению в неделю. Для возбудимых детей подбирают упражнения, способствующие уменьшению возбудимости, а для заторможенных, наоборот, включают упражнения, способствующие некоторому повышению возбудимости. При дифференциации занятий для учащихся следует учитывать тяжесть дефекта и сопутствующие ему заболевания.

3) **Уроки лечебной физкультуры.** Работа в этом направлении ведется на коррекцию и компенсацию нарушений физического развития. В этой группе занимаются дети с нарушением осанки, ожирением, дефектами стопы и т.д. Занятия проводятся по новым технологиям с элементами звуковой и дыхательной гимнастики, с аутотренингом, под музыкальное сопровождение. С детьми проводятся беседы о здоровом образе жизни, правильной осанке, босохождении, домашних правилах здоровья. Комплектование групп производится в начале учебного года на основании заключения врача. Эффективность ЛФК во многом зависит от интереса учащихся к этим занятиям. Интерес обеспечивается посильностью, привлекательностью, и разнообразием упражнений, правильной индивидуальной дозировкой физической нагрузки.

4) **Тестирование** уровня развития двигательных умений и навыков с целью выявления уровня физического развития проводится в начале и в конце учебного года и включает: бег – 30 м; бег 60 м; прыжок в длину способом «согнув ноги» с места и тот же прыжок с разбега, метание набивного мяча, метание малого мяча правой и левой: рукой; подтягивание (юноши); сгибание и разгибание рук в упоре (девушки), и динамометрия кисти правой, левой рукой. К концу учебного года выявленная степень развития физических качеств фиксируется в паспорте здоровья. Если результат положительный то есть идет повышение уровня физического развития, то это свидетельствует об отличной целенаправленной работе учителей физической культуры по созданию необходимых условий для включения каждого ученика в ежедневные занятия, внеклассные, внешкольные мероприятия по физической культуре и спорту.

5) **Ритмическая гимнастика.** Здесь главную роль играют темп и интенсивность движений, работа всех мышц и суставов. Современная ритмическая музыка, яркая одежда, различное оборудование, создают положительный эмоциональный фон. При занятиях ритмической гимнастикой повышается работоспособность. Сложность исполнения упражнений требует от школьников разносторонней подготовленности и достаточного

развития координаций. Упражнения ритмической гимнастики соответствуют особенностям моторики школьников, их способности к выполнению мягких, плавных, танцевальных по характеру упражнений. Разнообразие, широкий диапазон трудности упражнений позволяют применять их в занятиях с группой различного возраста и разной подготовленности. В состав кружка ритмической гимнастики, созданного при школе №30, входят разновозрастные дети. Результатом работы кружка являются показательные выступления и участие детей с ограниченными возможностями в зональном фестивале областного этапа Всероссийского фестиваля детского творчества «Созвездие», «Поверь в себя», «Жизнь – творчество, творчество – жизнь», «Спорт для всех», «Преодоление» и т.д.

6) **Подвижные игры.** В играх встречаются все основные виды движений - ходьба, бег, прыжки, метания, преодоление препятствий, перенос грузов, и др. Большое оздоровительное воздействие оказывают игры, проводимые на воздухе - они являются значимым средством активного отдыха. Важно то, что в играх дети очень активны, подчиняются правилам игры, повышают свой интеллектуальный уровень. Игры способствуют развитию внимания, сообразительности воспитанию дружбы, товарищества, развитию силы, ловкости, быстроты, выносливости и активно используются для развития двигательных способностей учащихся.

7) В работе, по сохранению и укреплению здоровья детей в режиме школы были организованы еженедельные «Уроки здоровья», ежемесячные «Дни здоровья», 7 апреля проведен Всероссийский день здоровья, «Веселые старты», «Быстрее, выше, сильнее», «Мы и дорога», «День матери» и т.д.

8) **Секционная работа.** В коррекционной школе работают различные секции и кружки: мини-футбол, настольный теннис, мини-баскетбол, и др. Результат работы - внутришкольные первенства, различные товарищеские встречи.

9) **Урок физической культуры** является основной формой физического воспитания в школе. В режиме школы он проводится 2-3 раза в неделю на свежем воздухе и в спортивном зале. При разработке рациональной методики уроков учителя школы основываются на том, что активная двигательная деятельность ребенка способствует развитию всех зон коры больших полушарий мозга, содействует улучшению координации межцентральных связей, формированию двигательных взаимодействий, повышению умственной работоспособности. Наибольшие физические нагрузки учащиеся выполняют между 20-й и 35-й минутами урока. В заключительную часть включают подвижные игры, игры на концентрацию внимания, задания подведение итогов. На уроках формируются нравственные убеждения, детей приучают к соблюдению правил поведения, развивается стремление помогать товарищам, доброжелательно относиться друг к другу, инициативность,

самостоятельность. Планируя физические нагрузки для учащихся, следует иметь в виду, что почти все упражнения играют роль корригирующих факторов направленного воздействия. Такие особенности методики урока повышают интерес у школьников к занятиям физической культуре, вызывают у них стремление к физическому самосовершенствованию, что в итоге положительно сказывается на повышении эффективности коррекционно-воспитательной работы по преодолению у них двигательных нарушений.

Эффективность процесса физического воспитания учащихся в специальной школе зависит от комплексной организации работы по коррекции двигательных нарушений, которая заключается в единстве форм учебной и внеклассной работы, создании при этом адекватных условий для умственного и физического развития, формирования двигательной сферы с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Физкультурно-оздоровительная работа в школе должна быть организована на высоком уровне с использованием различные средства физической культуры в режиме учебного заведения и во внеурочное время с главной целью – укрепить здоровье детей.

### **Литература**

1. Мозговой В.М. Развитие и коррекция двигательных функций учащихся с нарушениями интеллекта в процессе физического воспитания./ В.М/ Мозговой.- М.: Академия, 2004.-187 с.
2. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры. Методические рекомендации /Л.В.Шапкова. - М.: Советский спорт, 2001.-215 с.

## **ТАНЦЕВАЛЬНАЯ РИТМИКА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ 5-6 ЛЕТ С ДИАГНОЗОМ ДЕТСКИЙ ЦЕРЕБРАЛЬНЫЙ ПАРАЛИЧ**

**Седавных А.М., Завьялова Т.П.**

*Тюменский Государственный университет, институт физической культуры,*

*Россия, г. Тюмень*

*sedavnyx.angelina@mail.ru, zavyalova@mail.ru*

**Аннотация:** в статье рассматриваются вопросы использования адаптивной физической культуры с детьми, имеющие детский церебральный паралич (ДЦП), дается краткое содержание структурных компонентов программы по танцевальной ритмике, её цели, задачи и функции.