

Автор: Бочкарева Ольга Викторовна,
педагог дополнительного образования
МУДО «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты
E-mail: vorkuta_dtdm@mail.ru

Значение плавания для детей с инвалидностью и детей с ОВЗ

Аннотация

В статье раскрывается значение плавания для детей с инвалидностью и детей с ограниченными возможностями здоровья, применяемые при работе с детьми различных нозологических групп педагогические приемы и технологии.

Ключевые слова: спорт, адаптивная физическая культура, плавание, педагогические технологии, дети с инвалидностью, дети с ограниченными возможностями здоровья.

Annotation

The article presents the importance of swimming for children with disabilities and children with disabilities, pedagogical techniques and technologies used when working with children of various nosologically groups.

Keywords: sport, adaptive physical culture, swimming, pedagogical technologies, children with disabilities, children with disabilities.

По данным Федеральной государственной информационной системы «Федеральный реестр инвалидов» [14] наблюдается ежегодный прирост числа детей с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья, что обуславливает актуальность развития оздоровительной и адаптивной физической культуры в качестве одного из приоритетных направлений государственной политики РФ в сфере физической культуры и спорта [10]. Председатель Правительства России Михаил Мишустин утвердил Концепцию развития детско-юношеского спорта до 2030 года, которая «нацелена на создание доступных условий для занятий спортом и повышение мотивации подрастающего поколения вести здоровый образ жизни» [11].

Приобщение детей к систематическим занятиям спортом является необходимым условием формирования нового поколения российских граждан,

которым предстоит ответить на вызовы современности, обеспечить устойчивое развитие страны в ситуации усиливающейся глобальной конкуренции во всех сферах жизнедеятельности.

По данным федерального статистического наблюдения «Сведения об адаптивной физической культуре и спорте» за 2020 год в России систематически занимаются плаванием лишь 11506 детей с инвалидностью в возрасте от 6 до 18 лет из 24302 человека взрослого населения [12].

В 2011 году в муниципальном учреждении дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» г. Воркуты создано объединение физкультурно-спортивной направленности «Адаптивное плавание» где дети с ограниченными возможностями здоровья и дети с инвалидностью имеют возможность заниматься спортом. Запись в объединение проходит ежегодно. Созданы 3 группы начального обучения плаванию. На данный момент занимается 16 человек с инвалидностью и с ОВЗ. Дети с различными нозологиями с интеллектуальными нарушениями, с нарушением слуха, с поражением опорно-двигательного аппарата и общими заболеваниями. На рисунке 1 показана динамика количества учащихся, посещающих объединение «Адаптивное плавание» в течении 3 лет.

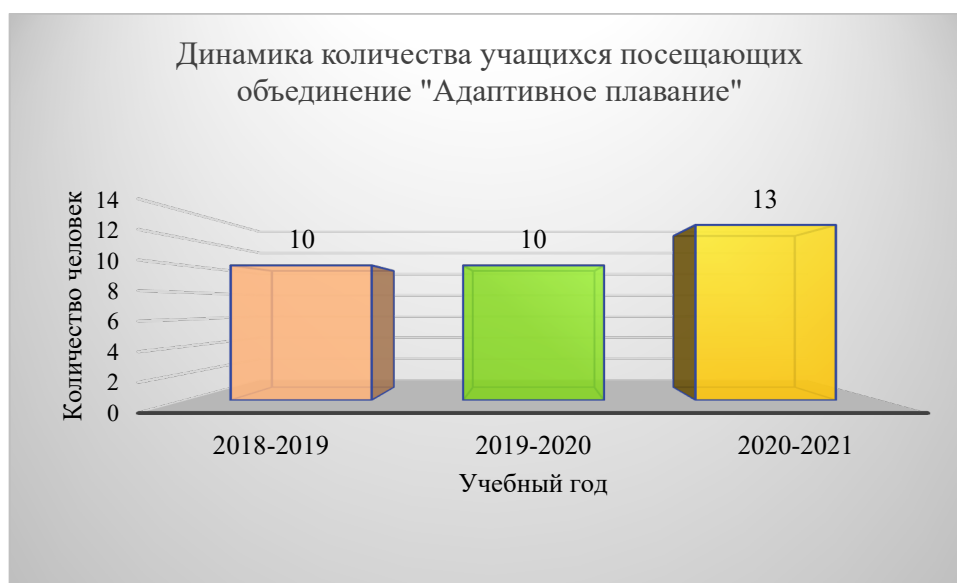


Рис. 1. Количество учащихся объединения «Адаптивное плавание»

По рисунку мы видим, что количество учащихся в объединении «Адаптивное плавание» увеличивается с каждым годом. Дети с ОВЗ — это дети, имеющие недостатки в физическом и (или) психическом развитии, имеющие значительные отклонения от нормального психического и физического развития, вызванные серьезными врожденными или приобретенными дефектами и в силу этого нуждающиеся в специальных условиях обучения и воспитания [6, с. 148].

Инвалид - лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты [13].

Ограничение жизнедеятельности - полная или частичная утрата лицом способности или возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, ориентироваться, общаться, контролировать свое поведение, обучаться и заниматься трудовой деятельностью [13].

В зависимости от степени расстройства функций организма лицам, признанным инвалидами, устанавливается группа инвалидности, а лицам в возрасте до 18 лет устанавливается категория «ребенок-инвалид» [13].

Плавание считается необходимым навыком для любого человека [1, с. 53].

Для многих лиц с инвалидностью занятия спортом и физической культурой являются возможностью найти единомышленников и друзей по интересам, повысить адаптацию и социализацию в обществе. Установка на здоровый образ жизни, занятия спортом и адаптивной физической культурой, мобилизуют резервы личности для саморазвития, самовоспитания и самовыражения, формируют мотивационные ориентиры инвалида. Психолого-педагогический профиль инвалида определяется его особенностями физического развития. Многие категории инвалидности характеризуются медленным формированием социальной зрелости, нормами поведения в коллективе с возможными дисциплинарными нарушениями [3, с. 5]. В своей работе при обучении плаванию я использую различные педагогические технологии: здоровьесберегающая, личностно-ориентированная технология, технология игрового обучения.

Здоровьесберегающая технология – создает максимально возможные условия для интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса. По мнению В.В. Серикова, здоровьесберегающие технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством [8, с. 96].

Личностно-ориентированная технология: цель которой заключается в создании системы психолого-педагогических условий, позволяющих работать с каждым учащимся в отдельности с учетом индивидуальных познавательных возможностей, потребностей и интересов [7, с. 28].

Игровая технология – это совокупность разнообразных методов, средств и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр [9].

Цель игры – это сформировать умения и навыки обучающегося в активном творческом поиске. В процессе игровой деятельности активизируются не только знания, но и коммуникативные навыки, что обуславливает социальную значимость игровой технологии [4, с. 171].

На начальном этапе обучения плаванию также использую различные приемы:

- Проговаривание терминов – проговаривание незнакомых для детей слов и словосочетаний, используемые на занятиях, расширяет кругозор учащихся, увеличивает словарный запас и способствует их развитию.
- Наглядно-зрительный приём (карточки с рисунками и схемами движений, с заданиями, указаниями) для формирования наглядно-действенных представлений об изучаемых физических упражнениях.
- Пояснение – сопровождается конкретным показом движений и его отдельных элементов.

Для детей с нарушением слуха использую систему жестов, применяемых при обучении плаванию. Для детей с интеллектуальными нарушениями речь

должна быть максимально упрощена, необходимо использовать указания при движении рук или ног в том или ином направлении. Инструкции должны часто повторяться. При выполнении упражнений должен строго соблюдаться принцип от простого к сложному.

Плавание массово применяют в системе реабилитации и оздоровления человека, физические и химические свойства воды оказывают гигиенически-оздоровительное и закаливающее воздействие на организм. Выталкивающая подъемная сила воды и состояние гидростатической невесомости в ней создают облегченные условия для выполнения движений в воде – разгружают опорно-двигательный аппарат от давления на него веса тела. Поэтому плавание занимает особое место в системе адаптации и реабилитации лиц с ограниченными возможностями [3, с. 6]. Систематические занятия плаванием закаливают и развивают организм, повышают умственную работоспособность, усиливают деятельность дыхательной и сердечно-сосудистой систем, совершенствуют системы терморегуляции, активизируют обменные процессы и т.д. [2, с. 18].

В результате психотерапевтического эффекта водной среды на человеческий организм, преодолевая боязнь воды, человек решает свои психологические проблемы, освобождаясь от стрессовых состояний, тревожности, фобий, одновременно поднимая уровень самооценки, меняя на позитивное свое отношение к обществу и миру [5, с. 50].

Занятия плаванием с инвалидами можно условно разделить на два основных направления.

По первому направлению в процессе занятий плаванием помимо учебных, воспитательных, оздоровительных и спортивных задач также решаются специальные задачи адаптивной физической культуры: коррекция вторичных нарушений здоровья и компенсация основного дефекта, вызванных основным поражением. К этому направлению относится любое плавание и купание, как регулярного, так и одноразового характера – посещение аквапарка, активный отдых в выходные дни на берегу водоема, каникулы и отпуск на море. Сюда же относится кондиционное и оздоровительное плавание, характеризующиеся

регулярностью занятий, направленных только на поддержание уровня плавательной подготовленности и физической формы, в данном направлении не важен спортивный результат.

Второе направление относится к адаптивному спортивному плаванию – участие пловцов в тренировках, подготовке к соревнованиям различных уровней: региональных, национальных и мировых.

В Республике Коми ежегодно проводят Чемпионат и Первенство Республики Коми по плаванию в зачет круглогодичной республиканской Спартакиады спортсменов с инвалидностью среди муниципальных образований Республики Коми, соревнования проводят в 2 этапа.

Учащиеся объединения физкультурно-спортивной направленности «Адаптивное плавание» ежегодно принимают участие в соревнованиях по плаванию среди лиц с инвалидностью и ОВЗ в зачет 1 муниципального этапа круглогодичной республиканской Спартакиады инвалидов среди муниципальных образований Республики Коми. На рисунке 2 показана динамика количества участников и качество выступлений на соревнованиях.

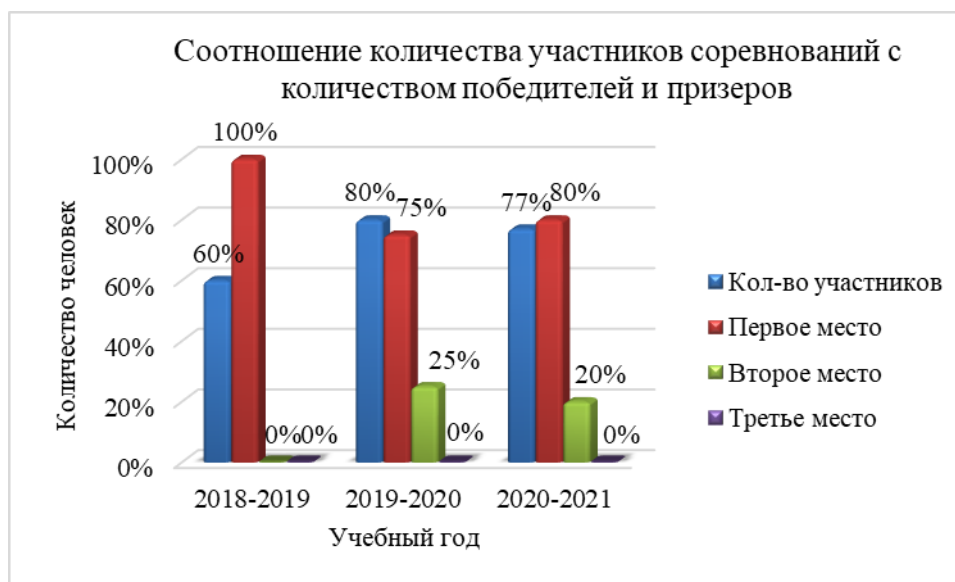


Рис. 2 Динамика количества участников и качество выступлений

По данным диаграммы мы видим количество призеров и победителей соревнований среди учащихся объединения «Адаптивное плавание». Незначительное снижение обусловлено тем, что в период пандемии

соревнования были отменены, а также в 2019-2020 учебном году был большой набор учащихся 1 года обучения. Спортивное плавание помогает инвалиду стать атлетом, который соревнуется в своих возможностях, а не в недостатках. Участвуя в соревнованиях, инвалид переключает внимание с недуга на стремление преодолеть себя, выдерживать соревновательные и тренировочные нагрузки.

Участие в соревнованиях воспитывает характер и волю, умение максимально сконцентрироваться для достижения поставленной цели. Все это повышает мотивацию, укрепляет самооценку и развивает амбиции инвалида и ребенка с ОВЗ [3, с. 9]. Вывод сделан на основе наблюдения за поведением учащихся во время выступлений на соревнованиях, а также во время проведения бесед.

Таким образом, неоспоримо значение плавания для детей с инвалидностью и детей с ОВЗ. Плавание является одним из самых эффективных способов реабилитации, закаливания и оздоровления.

Использованная литература:

1. Безотечество К. И. Гидрореабилитация [Текст]: учеб. пособие модуля дисциплины «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» / К. И. Безотечество - М.: Изд. ФЛИНТА: Изд. Наука, 2017. 156 с.
2. Булгакова Н. Ж. Адаптивная и физическая культура. Плавание [Текст]: учеб. пособие для академического бакалавриата / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, О. И. Попов, Т.С. Морозова - М.: Издательство «Юрайт», 2018. 401 с.
3. Булгакова Н. Ж. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями [Текст]: монография / Н.Ж. Булгакова, С.Н. Морозов, С.М. Никитина, т.н. Павлова, О. И. Попов - М.: Издательство «ИНФРА-М», 2021. 313 с.
4. Зайцев В.С. Игровые технологии в профессиональном образовании [Текст]: учебно-методическое пособие / В. С. Зайцев – Челябинск: Издательство «Библиотека А. Миллера», 2019. 23 с.
5. Кириллова Е. Б. Общие рекомендации по проведению занятий в бассейне с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья/ Е. Б. Кириллова // Вестник спортивной науки – 2018. – № 4. - С. 50-55.
6. Козырева О. А. Анализ дефиниции «лицо с ограниченными возможностями здоровья» / О. А. Козырева // The Newman In Foreign Policy – 2017 - №37 (81) - С. 148-151.
7. Мезенцева О. И. Современные педагогические технологии [Текст]: учебное пособие / О. И. Мезенцева, под ред. Е. В. Кузнецовой - Новосибирск: ООО «Немо Пресс», 2018. 140 с.

8. Стеценко С. Г. Здоровьесберегающие технологии педагогического процесса / С. Г. Стеценко // Вестник науки и образования – 2021 - №6 (109) – С. 62-67.
9. Игровые технологии в образовательном процессе [Электронный ресурс]: // Научный словарь-справочник от Автор24 по техническим и гуманитарным дисциплинам. URL: https://spravochnick.ru/pedagogika/igrovye_tehnologii_v_obrazovatelnom_processe/ (Дата обращения: 18.02.2022).
10. Концепция развития детско-юношеского спорта до 2030 года: [Электронный ресурс].URL: <http://static.government.ru/media/files/BzNG3VRui0oPR1XemJKbuIZ6UeXTwTD2.pdf> (Дата обращения: 31.01.2022).
11. Михаил Мишустин утвердил Концепцию развития детско-юношеского спорта в России до 2030 года [Электронный ресурс] // Правительство России. URL: <http://government.ru/news/44361/> (Дата обращения: 14.02.2022).
12. Статистическая информация по форме № 3 АФК: [Электронный ресурс] // Министерство спорта Российской Федерации. URL: <https://minsport.gov.ru/sport/paralympic/42/28346/> (Дата обращения: 01.02.2022).
13. Федеральный закон от 24.11.1995 N 181-ФЗ (ред. от 11.06.2021) «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 26.09.2021): [Электронный ресурс]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/9014513> (Дата обращения: 14.02.2022).
14. Численность детей-инвалидов: [Электронный ресурс] // Федеральная государственная информационная система «Федеральный реестр инвалидов». URL: <https://sfri.ru/analitika/chislennost/chislennost-detei>. (Дата обращения: 18.02.2022).