

Диваева Р.Р.

студент

2 курс, Филологический факультет

Уфимский университет науки и технологий,

Стерлитамакский филиал

Россия, г. Стерлитамак

Крылов В.М.

Кандидат педагогических наук, доцент

Уфимский университет науки и технологий,

Стерлитамакский филиал

Россия, г. Стерлитамак

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация: В статье рассматривается значимость физической культуры для социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья. Описаны различные проблемы, которые играют роль для детей при становлении личности. Для каждого человека важно как психологическое, так и физическое здоровье. Приводится ряд методик, используемых при тренировке ребят, помогающих адаптироваться им в социуме. В статье подчеркивается, как физическая культура способствует гармоничному развитию ребенка.

Ключевые слова: физическая культура, метод, здоровье, психология, развитие.

Annotation: The article discusses the importance of physical education for the socialization of people with disabilities. It describes various problems that play

a role for children in the development of personality. Both psychological and physical health are important for each person. A number of methods used in training children are given, helping them to adapt to society. The article emphasizes how physical education contributes to the harmonious development of a child.

Key words: *physical culture, method, health, psychology, development.*

Дети – важное составляющее каждой семьи. Брак создается с целью рождения ребенка и воспитания в нем личности. Но не всегда случается так, что он появляется на свет здоровым. И это абсолютно нормальное явление. Каждый ребенок уникален. Сейчас детей с ограниченными возможностями здоровья называют «особенными детьми». Но и они имеют право быть в коллективе, обучаться с другими ребятами в школе, колледже и университете. «Особенные дети» – это те малыши, у которых могут наблюдаться нарушения в психическом развитии, речевые и умственные дефекты. Именно поэтому к ним нужен индивидуальный подход.

Трудности детей с ограниченными возможностями здоровья в раннем возрасте

Такие дети, к сожалению, сталкиваются с рядом проблем. К примеру, в школе не все одноклассники примут ребенка с особенностями и своими дефектами. В том числе сюда могут относиться и родители, нежелающие, чтобы с их детьми учился инвалид. Это неправильная позиция по отношению к невиноватому ни в чем ребенку. Он заслуживает наравне со всеми одинаковых условий для обучения и нахождения в коллективе. Другая проблема, стоящая на пути взросления, заключается в невозможности удержать внимание на какой -либо деятельности. Она может быть неинтересной и однотипной для ребенка, потому и желания ею заниматься не возникнет. Концентрация внимания – значимое свойство для любой работы. Следует способствовать ее развитию.

В данных ситуациях физическая культура хорошо помогает адаптироваться к пространству, другим ребятам, обществу и миру в целом. Благодаря этой дисциплине у детей будет меньше скованности и зажатости в своих действиях, они научатся выполнять различные упражнения, чтобы укреплять собственное здоровье и беречь себя. Также занятия влияют на развитие навыков коммуникации. С помощью игр и тренировок дети с ограниченными возможностями здоровья найдут ребят с одинаковыми интересами, увлечения помогут им сблизиться. Занятия физической культурой способствуют развитию таких нужных качеств характера, как сила воли, смелость, организованность и дисциплинированность.

Таким образом, роль физической культуры в укреплении физических и личностных качеств значительна. Заниматься спортом важно каждому ребенку. А детям с ограниченными возможностями здоровья дисциплина особенно помогает раскрыть себя, укрепить иммунитет и обрести полезные навыки и умения. Все это нужно делать уже с раннего возраста, чтобы облегчить ребенку социализацию, то есть процесс становления личности.

Каковы основные задачи и цели адаптационного физического воспитания?

Как и у любого учебного предмета, у физической культуры есть свои задачи и цели. К общим задачам адаптивного физического воспитания относятся формирование гармонически развитого ребенка, укрепление здоровья, выработка волевых качеств, обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам, развитие физических качеств быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости.

В связи с адаптационной частью для детей с ограниченными возможностями здоровья цели будут отличаться следующими особенностями: учет физических и психических показателей ребенка, возрастная специфика, различная программа с индивидуальным подходом к каждому, развитие мелкой моторики и интеллекта, навыков пространственной ориентировки;

зрительного восприятия: цвета, формы, движения (удаление, приближение), сравнение, обобщение. Именно эти пункты являются специальными или коррекционными целями в пособии Насибуллиной Татьяны «Организация занятий адаптивной физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья».

Методы адаптационной физической культуры

Метод – это способ достижения цели. Методическое направление характеризует ведущую направленность в педагогической деятельности. Для адаптационной физической культуры важно коррекционно-развивающее и оздоровительное направление. Существуют разные классификации методик. Я опираюсь на пособие под редакцией Шапковой Людмилы « Частные методики адаптивной физической культуры». Например, формировать знания можно с помощью устной речи или невербальной мимики. Другой способ – методы наглядности. Так как у инвалидов с различными нарушениями отдельные каналы чувственного восприятия имеют дефектную основу, техника демонстрации, показа, движений носит специфический характер. Методы обучения двигательным действиям являются основой для лиц с ограниченными возможностями здоровья, потому что им обязательно следует улучшать качество и количество активной деятельности. Сейчас для инвалидов распространение получили тренажерные устройства, позволяющие не только обучать движениям, но и контролировать действия занимающихся. Это дает возможность расширить процесс освоения целостных трудных двигательных процессов. Выбор методов и приемов обучения и формирования знаний обусловлен сохранностью систем речи, интеллекта, но компенсация слухового дефекта осуществляется преимущественно за счет зрительного восприятия, чувствительности.

Подводя итоги, хочу сказать, что средства и методы адаптационной физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья при их правильном использовании служат стимулом повышения двигательной

активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, игре, общении. Безусловно, они являются фактором гармоничного развития личности.

Заключение

Проблема социализации ребёнка с ограниченными возможностями здоровья напрямую зависит от целенаправленной педагогической поддержки детей, раскрытия их потенциала в различных формах жизнедеятельности. Занятия адаптационной физической культурой помогают укрепить физические и личностные качества, воспитать веру в свои силы и возможности, стремление к достижению результата. Если они носят систематический характер, то способствуют выстраиванию распорядка дня и системы приоритетов. В результате адаптивная физическая культура становится составляющей частью образа жизни лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Список использованной литературы:

1. Насибуллина Т. В., Новикова И. Д. Организация занятий адаптивной физической культурой с детьми с ограниченными возможностями здоровья: Методическое пособие. 2016. С. 13-23.
2. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие // Под ред. Л. В. Шапковой. М.: Советский спорт. 2009. С. 57-61.
3. Крыжановская Л. М., Гончарова О. Л. Основы психокоррекционной работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья: Учебное пособие для вузов. 2018. С. 295-302.