

Федорова Екатерина Алексеевна

аспирант

ФГБОУ ВО «Ярославский государственный
педагогический университет им. К.Д. Ушинского»

г. Ярославль, Ярославская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В УСЛОВИЯХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация: статья рассматривает возможности использования средств физической культуры. Особое внимание уделяется реализации инклюзии в условиях дополнительного образования: УДОД, детских садов и школ.

Ключевые слова: инклюзивное образование, средства физической культуры, дополнительное образование.

Инклюзивное образование – это подход, который обеспечивает равные возможности для всех детей, включая тех, кто имеет задержку психического развития или другие особенности. Физическая культура играет важную роль в этом процессе, так как она способствует не только физическому развитию, но и социальной интеграции, эмоциональному благополучию и формированию уверенности у детей. В данной статье рассмотрим средства физической культуры, которые могут быть эффективно использованы на занятиях для реализации инклюзивного образования.

Во-первых, адаптированные физические упражнения. Адаптация физических упражнений под индивидуальные потребности детей – ключевой аспект инклюзивного образования. Это может включать:

– использование различных размеров и весов мячей. Меньшие и легкие мячи могут быть использованы для детей с ограниченными физическими возможностями, что позволяет им участвовать в играх и развивать координацию.

– упражнения на равновесие. занятия, направленные на развитие равновесия, такие как стояние на одной ноге или использование балансирующих досок, помогают детям улучшить свою координацию и уверенность [2, с 98].

Во-вторых, игры на взаимодействие. Командные игры способствуют развитию социальных навыков и взаимодействия между детьми. Примеры включают:

– эстафеты. Дети работают в группах, передавая мяч или выполняя задания, что развивает командный дух и сотрудничество. Пример: Организация эстафет, где команды выполняют задания, такие как переноска мячей, ползание под препятствиями или бросание мячей в корзину. Задания могут быть адаптированы по сложности.

– использование визуальных подсказок и демонстраций для объяснения правил и последовательности выполнения заданий.

– простые игры с правилами. Игры, такие как «Передай мяч», могут быть адаптированы для разных уровней сложности, чтобы каждый ребенок мог участвовать.

В-третьих, инклюзивные спортивные мероприятия. Организация спортивных праздников и мероприятий, где дети могут участвовать в различных конкурсах и эстафетах, создает поддерживающую атмосферу [1, с. 126]. Важно создавать различные уровни сложности заданий. Это позволяет каждому ребенку участвовать в зависимости от своих возможностей. Включать родителей и специалистов: Сотрудничество с родителями и педагогами помогает создать комплексный подход к обучению.

В-четвертых, использование технологий. Современные технологии могут значительно обогатить занятия физической культурой:

– интерактивные игры и приложения. Использование сенсорных экранов и игровых приставок для создания увлекательной физической активности, адаптированной под нужды детей.

– виртуальные тренировки. Проведение занятий через видеосвязь, что позволяет детям участвовать в физической активности в удобной для них обстановке.

В-пятых, адаптивные танцы, например проведение занятий по адаптивным танцам, где дети могут двигаться под музыку, используя простые движения. Это помогает развивать ритм, координацию и уверенность в себе. Средством может выступать использование ярких и привлекательных костюмов, чтобы мотивировать детей участвовать и выражать себя через танец.

В-шестых, игры с элементами сенсорной интеграции.

Пример: создание «сенсорной дорожки» с различными текстурами (мягкие, шершавые, холодные и теплые поверхности), по которой дети могут ходить или ползать. Включение в занятия игр, где дети могут использовать свои чувства (зрение, осязание) для выполнения заданий, что способствует развитию сенсорной интеграции.

В-седьмых, плавание и водные игры. Пример проведение занятий по плаванию, где дети могут развивать свои физические навыки в воде. Вода создает поддерживающую среду, что может быть особенно полезно для детей с ограниченными возможностями. Использование специальных плавательных средств (надувных кругов, досок) для поддержки и безопасности детей.

В-восьмых, это могут быть квесты и приключенческие игры. Организация квестов на свежем воздухе, где дети выполняют различные задания, такие как поиск предметов или выполнение физических упражнений. Создание простых карт и подсказок, чтобы дети могли самостоятельно или в группах находить решения.

В-девятых, терапевтические занятия с животными. Такие занятия, могут помочь детям развивать эмоциональную связь и уверенность. Использование простых упражнений, таких как кормление или уход за животными, способствует развитию моторики и социальной активности. Эти примеры помогут создать разнообразные и увлекательные занятия, способствующие инклюзивному образованию и развитию детей с ЗПР.

Немало важным в работе педагога в инклюзивном образовании является создание поддерживающей среды. Важно создать безопасную и поддерживающую среду для обучения.

Обустройство спортивной площадки, кабинета или зала для занятий. Учет потребностей детей с ограниченными возможностями при проектировании спортивных объектов.

Доступность материалов. Обеспечение доступности всех спортивных объектов и материалов, чтобы каждый ребенок мог участвовать в занятиях. Также необходимо проводить работу с родителями и специалистами. Сотрудничество с родителями и специалистами (психологами, логопедами) является важным аспектом инклюзивного образования:

Семинары для родителей. Проведение обучающих семинаров, где родители могут узнать о методах физической культуры и о том, как поддерживать своих детей в домашних условиях.

Индивидуальные программы. Разработка индивидуальных программ физической активности, учитывающих особенности каждого ребенка.

Таким образом средства физической культуры играют важную роль в реализации инклюзивного образования. Они способствуют физическому, социальному и эмоциональному развитию детей с задержкой психического развития. Использование адаптированных упражнений, игр на взаимодействие, инклюзивных мероприятий и современных технологий помогает создать поддерживающую и безопасную среду для обучения. Важно помнить, что каждый ребенок уникален, и подходы к обучению должны быть индивидуализированы, чтобы обеспечить максимальную эффективность и вовлеченность всех участников.

Список литературы

1. Токарская Л.В. Теория и методика физического воспитания детей и подростков с умственной отсталостью: учебное пособие / Л.В. Токарская, Н.А. Дубровина, Н.Н. Бабийчук. – М.: Юрайт, 2019. – 190 с. EDN ALLJJB

2. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.