

## **МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ПРОИЗВОЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ У ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В МЛАДШИХ КЛАССАХ**

**Введение.** В Республике Беларусь пока не сложилось единое мнение по вопросу внедрения инклюзивного образования в общеобразовательные школы, особенно в систему физического воспитания школьников. Многие специалисты не верят в эффективность подобной системы, а некоторые вообще считают ее неосуществимой, полагая, что различные особенности обучающихся являются непреодолимым препятствием для его внедрения. Причем подчеркивается, что различия детей особенно ярко проявляются именно в двигательной сфере, что обычно актуально для уроков физической культуры.

Необходимо подчеркнуть, что проблема совместного обучения двигательным действиям, развития физических способностей и воспитания личностных свойств детей с особенностями психофизического развития, особыми образовательными потребностями и их здоровых сверстников в нашей стране изучена недостаточно.

Ряд авторов (Е. А. Митин, В. Г. Соломин, С. О. Филиппова) считают, что барьерная среда в случае инклюзивного физического воспитания весьма значима. При этом отмечается, что наиболее доступными в рамках инклюзии являются рекреационные виды занятий физическими упражнениями, а также включение детей с ОПФР и ООП в физкультурно-рекреационную деятельность со здоровыми сверстниками является наиболее целесообразным. Данный тезис дал основание этим авторам использовать термин «инклюзивная физическая рекреация» [1, с. 21].

**Основная часть.** Наряду с трудностями преодоления барьерной среды в системе инклюзивного физического воспитания, весьма актуальным является определение и обоснование средств, методов и организационных форм инклюзивного физического воспитания детей.

Выявлено, что учащиеся с ОПФР совершают неправильные, ненужные движения, тормозящие достижение цели. Случайные, не предусмотренные инструкцией движения, возникающие в связи с неправильным выполнением действия, персеверировались и становились как бы основными, ведущими движениями, тормозя выполнение нужных движений. Повторные действия, как правило, улучшают качество выполнения.

На основании проведенного теоретического научно-методического анализа литературы, нами предложено использовать следующие методы коррекции развития произвольных движений у младших школьников с ОПФР:

1. Метод разучивания упражнения по частям (расчлененно-конструктивный) — сложное двигательное действие расчленяется на отдельные фазы или элементы с поочередным их разучиванием и последующим соединением в единое целое (например, гимнастические комбинации). Основные разновидности метода расчлененного упражнения:

– метод *собственно расчлененного упражнения*, который предусматривает использование относительно крупных заданий, каждое из которых охватывает одну или несколько фаз целевого упражнения;

– метод *решения узких двигательных задач*, который предполагает вычленение («расслаивание») отдельных характеристик движений (пространственных, временных, динамических, ритмических и др.) и действий внутри фаз целевого упражнения. С его помощью можно решать разнообразные задачи. В частности, сформировать более точные представления о движении у обучаемых, совершенствовать отдельные характеристики техники движений, исправлять ошибки, возникающие в процессе обучения, и многое другое [2, с. 163];

– метод *по разделениям* подразумевает освоение ключевых положений тела и его частей, временная фиксация положения тела в той или иной фазе упражнения, «проводка» в изучаемой фазе движения, имитация движения, изменение исходных и конечных условий движения.

2. Метод сопряженного воздействия применяется преимущественно в процессе совершенствования разученных двигательных действий для улучшения их качественной основы, т. е. результативности. Суть принципа сопряженного психофизического воздействия заключается в том, что применяемые средства позволяют добиваться конкретных изменений в физической сфере (например, физическое качество быстроты), которые, в свою очередь, способствуют направленным изменениям в психической сфере (например, скорости восприятия информации и принятия решения). При применении сопряженного метода необходимо обращать внимание на то, чтобы техника двигательных действий не искажалась и не нарушалась их целостная структура.

3. Метод строго регламентированного упражнения реализуется с возможно полной регламентацией, которая предполагает соблюдение следующих условий:

- наличие твердо предписанной программы движений, порядок повторений, изменения и связи друг с другом;
- точное нормирование нагрузки по ходу выполнения упражнения, а также нормирование интервалов отдыха и чередование его с нагрузками;
- создание внешних условий, облегчающих управление действиями ребенка (распределение групп на местах занятий, использование пособий, снарядов, тренажеров, способствующих выполнению учебных заданий, дозирование нагрузки, контроль за ее воздействием и т. д.). Этот метод направлен на обеспечение оптимальных условий для освоения двигательных умений и навыков, развитие психофизических качеств.

4. Метод круговой тренировки заключается в том, что ребенок передвигается по заданному кругу, выполняя определенные упражнения или задания, позволяющие разносторонне воздействовать на мышцы, различные органы и системы организма. При использовании с детьми с ОПФР:

- начинать с нагрузки не более 50 % от максимальных возможностей каждого ребенка
- оптимальное количество упражнений 6—8 (подбираются в соответствии с индивидуальными возможностями ребенка)
- постепенно повышать скорость преодоления кругов. Выделяются три способа упражнений с интервалами в круговой тренировке.

Используя интервальный метод круговой тренировки, необходимо учитывать следующее: тренировочную нагрузку целесообразно повышать постепенно в ходе занятий. Можно повысить количество упражнений или интенсивность выполнения. Повышать темп выполнения упражнений с учетом индивидуальных способностей ребенка до максимального. После выполнения упражнений необходимо отдыхать примерно в течение одной минуты.

5. Игровой метод отражает методические особенности игры и игровых упражнений, которые широко используются в физическом воспитании. Он близок к ведущей деятельности ребенка, дает возможность совершенствования двигательных навыков. В работе с детьми широко используются сюжетные и не сюжетные, а также спортивные игры. Метод дает возможность совершенствования двигательных навыков, самостоятельных действий, проявления самостоятельности и творчества. Игровые действия развивают познавательные способности, морально-волевые качества, формируют поведение ребенка [3, с. 214].

**Заключение.** Пропедевтическими средствами при обучении двигательным действиям будут являться создание облегченных условий выполнения упражнения (облегченные снаряды для метания, бег за лидером, под уклон), использование подводящих и имитационных упражнений.

Следовательно, используя предложенные методы коррекции с учетом индивидуально-дифференцированного подхода во время физкультурной деятельности в зале и на улице, физкультминуток, спортивных игр позитивно сказывается на улучшении здоровья детей, повышении сопротивляемости организма, улучшении показателей развития произвольных движений.

#### Список цитируемых источников

1. Аксенов, А. В. О внедрении инклюзивного образования в практику адаптивного спорта / А. В. Аксенов // II Всероссийская науч.-практ. конференция «Адаптивная физическая культура, спорт и здоровье: интеграция науки и практики» — Уфа. — 2010. — С. 21-23.
2. Аксенов, А. В. Креативные телесно-ориентированные виды двигательной активности в адаптивном физическом воспитании детей с церебральным параличом / А. В. Аксенов // Итоговая научно-практическая конференция профессорско-преподавательского состава «ИГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» — 2010. — С. 163-165.
3. Инклюзивная физическая рекреация в формировании толерантности здоровых школьников к сверстникам-инвалидам / В. П. Соломин [и др.] // Современные проблемы физической культуры и спорта: матер. междуна. науч.-практ. конф. — СПбНИИФК, 2008. — Т. 1. — С. 214-217.

УДК 378.1

Е. А. Бусик

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»,  
Барановичи, Республика Беларусь

## ОСОБЕННОСТИ И СУЩНОСТЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Введение.** В условиях модернизации системы образования Республики Беларусь особые требования предъявляются к подготовке будущих специалистов к осуществлению физической культуры в условиях инклюзивной среды. Реализация основополагающих подходов к обновлению содержания образования, его целей и задач предполагает создание условий для обеспечения необходимого качества профессиональной подготовки будущих учителей в соответствии с требованиями сегодняшнего дня [1, с. 21].