

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].

Содержание образовательных программ подготовки будущих преподавателей в области физического воспитания не в полной мере учитывает необходимость формирования компетенций, определяющих их готовность к работе с детьми с ОПФР и ООП. В структуру отдельных предметов, таких как «Теория и методика физической культуры», «Спортивные и подвижные игры и методика преподавания», «Современные оздоровительные методики», включена информация, которая носит, скорее декларативный характер и не отражает сущность, принципы, средства и методы осуществления физического воспитания в условиях инклюзивного образования, не акцентирует внимание на формирование компетенций, обеспечивающих готовность будущих педагогов к работе в условиях инклюзивной среды. В этой связи актуальным является детальное изучение методических основ реализации физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях инклюзивного образования [2, с. 163].

Основная часть. Мы предполагаем, что осуществление физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях инклюзивной среды должно основываться на основополагающих концепциях воспитания: личностно-ориентированной, сотрудничества и гуманизма. В основе ее компонентов должно лежать самоутверждение личности учащихся с особенностями психофизического развития и особыми образовательными потребностями в мире. Индивидуальный подход к лицам с ОПФР и ООП, должен осуществляться на основе отбора методических приемов обучения и воспитания с учетом всех особенностей занимающихся: структуры и тяжести основного дефекта, наличия или отсутствия сопутствующих или вторичных нарушений, возраста, физического развития, а так же систематизации компонентов инклюзивного физического воспитания.

Разработка особого содержания и использования самых разнообразных организационных форм физкультурно-оздоровительной деятельности должна опираться на следующие положения:

- учет противопоказаний для занимающихся с ОПФР по использованию средств и методов физического воспитания;
- создание условий для эффективного личностного и физического развития как школьников с ОПФР, так и их здоровых сверстников;
- максимально возможное использование урочных и рекреационных форм занятий физическими упражнениями в системе инклюзивного образования [3, с. 26].

Исходя из данных положений и анализа научной литературы, считаем необходимым охарактеризовать основные *методические приемы* физического воспитания в условиях инклюзивной среды.

1. Методические приемы обеспечения равных возможностей для физической подготовки здоровых детей и их сверстников с ОПФР в процессе совместных занятий физическими упражнениями. Целью реализации этих приемов является формирование возможности заниматься совместно со здоровыми детьми, выполняя упражнения, необходимые для совершенствования физических способностей, не акцентируя внимания на отклонениях в здоровье и физических недостатках учащихся.

Данный блок объединяет в себе три группы приемов:

- а) реализация различных ролевых функций при выполнении заданий, подвижных игр и элементов спортивных игр, учитывающих возможности каждого участника;
- б) выполнение различных заданий при проведении эстафет (например, здоровые дети должны пробежать с баскетбольным мячом и передать его в руки партнеру с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА), который должен осуществить бросок в цель;
- в) выполнение упражнений с форой (гандикапом), для этого необходимо использовать разные дозировки, исходные и конечные положения.

В качестве примеров упражнений с форой (гандикапом) могут служить следующие упражнения:

- применение здоровыми школьниками различных вариантов отягощения (во время проведения общеразвивающих упражнений (ОРУ), при этом здоровые учащиеся могут использовать утяжелители (гимнастические палки весом 200—250 грамм), а школьники с ОПФР выполняют ОРУ без предметов);
- выполнение упражнений с форой (гандикапом) в виде форы по времени, форы по дистанции, во время проведения упражнений в движении (ходьба, бег).

2. Методические приемы по активизации межличностных взаимоотношений внутри класса в процессе занятий физической культурой. Основная цель — формирование мотивов афiliation, достижения результата через удовлетворение потребности в социальных связях и признании.

Данный блок включает следующие приемы:

- а) выполнение упражнений в парах (учащиеся с ОПФР и здоровые школьники) с целью активизации вербального и невербального общения и удовлетворения потребности в тактильном и эмоциональном контакте;
- б) в процессе межличностных взаимодействий активизируется внимание к партнеру, эмоциональное отношение к его действиям;
- в) совместное проведение обсуждения нового материала и анализ допущенных ошибок.

Эти приемы позволяют формировать межличностные отношения на уроке по принципу одной команды, поскольку коллективная форма деятельности во многих случаях создает лучшую мотивацию, чем индивидуальная.

3. Методические приемы, направленные на выработку умений самостоятельной организации и проведения инклюзивных мероприятий по физической культуре.

Цель — предупреждение конфликтов и недопонимания, возникающих при организации совместных учебных занятий, обучающихся с ОПФР со здоровыми учениками. Сочетание педагогического руководства

с инициативой и самостоятельностью учащихся с ОПФР предоставляет возможность помогать ученикам с ОПФР проявлять инициативу, осваивать нормы и правила поведения в ходе урока физической культуры.

Анализ научных источников по проблеме осуществления инклюзивной физкультурно-оздоровительной деятельности свидетельствует о необходимости тщательного и объективного изучения данного феномена, определения *путей повышения эффективности физического воспитания* школьников с особенностями психофизического развития и их здоровых сверстников. На наш взгляд этому будет способствовать:

Привлечение обучающихся с ОПФР и ООП к занятиям адаптивным спортом (необходимо систематизировать информацию о существующих в населенном пункте спортивных командах для инвалидов и способствовать привлечению школьников с ОПФР и ООП к спортивной деятельности в этих командах (в соответствии с заболеванием) как в качестве участников, так и в качестве болельщиков).

Организация занятий инклюзивным фитнесом (учреждения образования могут организовать дополнительные занятия физическими упражнениями для поддержания либо повышения уровня физической подготовленности школьников с ОПФР в меру возможностей их здоровья. Это будет способствовать не только увеличению объема двигательной активности детей, но и их социальной адаптации в школьной среде).

Реализация программ мейнстриминга в школе (мейнстриминг (*mainstreaming* — проникновение) предполагает, что школьники с ОПФР и ООП общаются со здоровыми детьми на праздниках, в различных досуговых программах, прежде всего для расширения социальных контактов. Включение обучающихся с ОПФР и ООП в совместную со здоровыми сверстниками физкультурно-рекреационную деятельность, то есть в инклюзивную физическую рекреацию, как одно из направлений мейнстриминга) [3, с. 25].

Заключение. Следовательно, для того, чтобы выстроить эффективный педагогический процесс, грамотно определить дидактические принципы, ставить и решать задачи образовательной деятельности, необходимо знать состояние здоровья, физические, психические, личностные особенности всех обучающихся, в том числе и с нарушениями в развитии, так как характеристика объекта педагогических воздействий является исходным условием любого процесса образования.

При соблюдении перечисленных условий и рекомендаций, инклюзивные физкультурно-оздоровительные мероприятия не только возможны, но и будут эффективны как для здоровых детей, так и для детей с ОПФР.

Список цитируемых источников

1. Жуков, О. В. Профессиональная готовность учителя к здоровьесберегающей педагогической деятельности / О. В. Жуков // Профессиональное образование. — 2011. — № 9. — С. 40—43.
2. Змушко, А. М. Инклюзивное образование в системе образования Республики Беларусь / А. М. Змушко // Специальная адукацыя. — № 5. — 2014. — С. 9—19.
3. Козырева, О. В. Оздоровительные технологии в дошкольных и школьных образовательных учреждениях и во внешкольных организациях / О. В. Козырева // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. — 2010. — № 2. — С. 24—28.

УДК 37 (037)

Е. А. Бусик, Н. И. Филимонова, Н. Н. Филимонов

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь
Государственное учреждение образования «Средняя школа №9 г. Барановичи», Республика Беларусь

МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ БУДУЩИХ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ К ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Введение. В условиях модернизации системы образования Республики Беларусь особые требования предъявляются к подготовке будущих специалистов к осуществлению физкультурно-оздоровительной деятельности 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. 41]. В исследовании мы опирались на метод моделирования как всеобщий метод опосредованного изучения объектов, процессов и явлений. Такой подход базируется на философском определении модели В. А. Штоффа: «Модель — это мысленно представляемая или материально реализованная система, которая, отражая или воспроизводя объект исследования, способна замещать его так, что ее изучение дает новую информацию об этом объекте» [2, с. 534]. В целом основополагающей идеей процесса моделирования выступает разработка такой модели, которая позволила бы повысить эффективность реформируемого явления, приведение его в соответствие с требованиями современного общества [3, с. 52].

Основная часть. На основе этих положений в ходе исследования нами разработана модель процесса формирования готовности к осуществлению физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях инклюзивной среды, которая рассматривается как совокупность закономерных, функционально связанных компонентов, составляющих определенную целостную систему.