



**МИНИСТЕРСТВО  
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНОБРНАУКИ РОССИИ)**

**Департамент развития системы  
физкультурно-спортивного  
воспитания**

Люсиновская ул., д. 51, Москва, 117997.  
Тел. (499)237-78-05. Факс (499)237-70-54.  
E-mail: d19@mon.gov.ru

*13 октября 2011 г. № 19-155*


Руководителям органов  
исполнительной власти субъектов  
Российской Федерации,  
осуществляющих управление в сфере  
образования

**О направлении рекомендаций**

Департамент развития системы физкультурно-спортивного воспитания для учета и использования в работе направляет рекомендации по совершенствованию преподавания физической культуры и спорта в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях.

Приложение на: 7 л.

Заместитель директора департамента

 А.М. Самокатов

Селезнёва К.С.  
(499)237-83-81

## **Рекомендации по совершенствованию преподавания физической культуры в специальных (коррекционных) заведениях.**

Формирование физической культуры и здоровья детей является одним из приоритетных направлений в деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений.

В настоящее время в системе образования Российской Федерации действуют более 1800 специальных (коррекционных) образовательных учреждений, в которых обучаются более 211 тысяч воспитанников. Для организации занятий спортом действуют 5 детско-юношеских спортивно-адаптивных школ.

Уроки физической культуры организуются в соответствии с приказом Минобразования России от 10 апреля 2002 г. № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».

Согласно Базисным учебным планам (специальных) коррекционных образовательных учреждений (приложение к указанному приказу) на изучение физической культуры во всех 8 видах образовательных учреждения отводится два часа в неделю обязательных занятий.

Кроме этого, на занятия физической культурой может быть выделено время компонента образовательного учреждения или/и регионального (национально-регионального компонента).

Физическая культура для детей с ограниченными возможностями здоровья является одной из эффективных форм их социализации, предоставляющей широкие возможности для развития способностей и интересов таких детей, коррекции нарушений их развития.

В рамках работы по совершенствованию нормативно-правового и кадрового обеспечения деятельности в области физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья Минобрнауки России в ноябре 2009 года утверждены федеральные государственные образовательные стандарты среднего и высшего профессионального образования по специальностям: 050142 «Адаптивная физическая культура», 034400 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура) (квалификация (степень) «бакалавр», «магистр»).

Приказом Минздравсоцразвития России от 14 августа 2009 г. № 593 утверждены квалификационные характеристики ряда должностей сферы физического воспитания детей (в том числе «руководитель физического воспитания», «инструктор по физической культуре» и т.д.), предусматривающие для них соответствующие

требования в части организации работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

При организации образовательного процесса, прежде всего, необходимо учитывать медико-физиологические и психологические предпосылки – знать состояние здоровья, физические, психические, личностные особенности детей с ограниченными возможностями здоровья.

Научные исследования, отечественный и зарубежный опыт показывают, что чем раньше начата медико-психолого-педагогическая реабилитация, тем она более эффективна. Развивающийся, формирующийся организм более пластичен и чувствителен к воздействию физических упражнений, коррекции и компенсаций двигательных и психических нарушений.

Коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий – основа методик адаптивной физической культуры.

Суть принципа заключается в том, что педагогические воздействия должны быть направлены не только на преодоление, сглаживание, выравнивание, ослабление физических и психических недостатков детей аномального развития, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, физических способностей и нравственных качеств.

Коррекционно-развивающие задачи направлены на обеспечение полноценного физического развития, повышение двигательной активности, восстановление и совершенствование психофизических способностей, профилактику и предупреждение вторичных отклонений.

Коррекционно-развивающая направленность педагогической деятельности неразрывно связана с процессом обучения двигательным действиям и развитием физических качеств. Образовательные и коррекционно-развивающие задачи решаются на одном и том же учебном материале, но имеют отличия. Для образовательных задач характерна высокая степень динамичности, так как они должны соответствовать программному содержанию обучения. Коррекционно-развивающим задачам свойственно относительное постоянство, так как они решаются на каждом занятии. В процессе обучения при переходе к новому учебному материалу происходит не полная смена коррекционных задач, а смена доминирования каких-либо из них.

Постоянно действующими задачами на каждом занятии является коррекция осанки, основных локомоций — ходьбы, бега и других естественных движений, укрепление мышечного корсета, коррекция телосложения, коррекция и профилактика плоскостопия, активизация вегетативных функций.

Именно поэтому в работе с детьми, имеющими стойкие нарушения в развитии, коррекционно-развивающая направленность адаптивного физического воспитания занимает приоритетное место.

Практическая деятельность педагога требует знания основного дефекта, его проявлений, качественного своеобразия и структуры, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, медицинских показаний и противопоказаний к тем или иным видам физических упражнений. Кроме того, необходимо знать состояние сохранных функций, особенности психомоторики с учетом возраста, основного вида деятельности, характерного для каждого возрастного периода. Эти сведения необходимы педагогу, чтобы не навредить, а также выявить потенциальные личностные и функциональные возможности ребенка, определить и контролировать оптимальный путь коррекции и развития.

Специалист адаптивной физической культуры самостоятельно проводит педагогическую диагностику, выявляя состояние отдельных двигательных функций, физических и координационных способностей.

Его задача состоит в том, чтобы правильно интерпретировать результаты медицинской и психологической диагностики и на основе сопоставления и анализа этих данных планировать стратегический путь и оперативные способы, методы и приемы коррекции и развития.

Сущность индивидуализации педагогического процесса состоит в том, чтобы, опираясь на конкретные способности и возможности каждого ребенка, создать максимальные условия для его роста. При индивидуальной форме занятий принцип реализуется полностью и зависит от профессиональной компетентности и методического мастерства учителя.

Использование принципа компенсаторной направленности педагогических воздействий заключается в возмещении недоразвитых, нарушенных или утраченных функций за счет перестройки или усиленного использования сохранных функций и формирования обходных путей.

Так, при нарушении зрения компенсация формируется под влиянием комплекса сохранных ощущений: слуховых, кожных, мышечно-суставных, обонятельных, вибрационных, температурных, которые достаточно подробно информируют человека об окружающем пространстве, что и позволяет ему решать сложные двигательные задачи.

При поражении спинного мозга, когда нормальную ходьбу восстановить невозможно, формируют различные варианты компенсаторной ходьбы за счет активного развития сохранных функций. Тренировка поврежденных структур,

возможности развития которых чрезвычайно ограничены, часто не приводит к желаемым результатам.

Таким образом, смысл принципа компенсаторной направленности педагогических воздействий состоит в том, чтобы с помощью специально подобранных физических упражнений, методов и методических приемов стимулировать компенсаторные процессы в поврежденных органах и системах за счет активизации сохранных функций, создавая со временем устойчивую долговременную компенсацию.

При организации адаптивной физической культуры необходимо учитывать возрастные особенности обучающихся, которые в развитии проходят все те же стадии онтогенетического развития, что и здоровые, но только у первых этот процесс протекает медленнее и с другим конечным результатом. Биологический возраст ребенка аномального развития в большинстве случаев отстает от паспортного. Процесс индивидуального развития всех физиологических и психологических функций протекает неравномерно и неодновременно: периоды стабилизации сменяются ускорениями развития.

Этот процесс является закономерным для всех детей, отличие состоит в том, что у ребенка с отклонениями в развитии периоды ускорения (сенситивные периоды) наступают в среднем на 2 - 3 года позднее. Динамика психических и физических способностей сугубо индивидуальна, как индивидуальны и сенситивные периоды, их важно не пропустить и максимально использовать для развития и личностного роста, особенно при планировании программы, рассчитанной на несколько лет.

Адекватность педагогических воздействий означает реализацию одной из важнейших закономерностей учебно-педагогического процесса: решение коррекционно-развивающих, компенсаторных, лечебно-восстановительных задач, подбор средств, методов, методических приемов должны соответствовать реальным функциональным возможностям, интересам и потребностям ребенка.

Вариативность педагогических воздействий реализуется многообразием не только физических упражнений, но и условий их выполнения, способов регулирования, эмоционального состояния, воздействия на различные сенсорные ощущения (зрительные, тактильные, слуховые), речь (подвижные игры с речитативами), мелкую моторику (пальчиковые игры), интеллект (игры со счетом, выстраиванием слов и т. п.).

Дети с отклонениями в развитии вследствие вынужденной малой подвижности (два урока физкультуры не удовлетворяют естественной потребности в двигательной активности и не решают всех необходимых задач) испытывают двигательный и

эмоциональный голод, дефицит общения, поэтому разнообразие двигательной деятельности, особенно игровой, хотя бы частично компенсирует эти негативные явления.

Адаптивное физическое воспитание (физическая культура) является обязательным учебным предметом во всех восьми видах специальных (коррекционных) образовательных учреждений.

Этот учебный предмет направлен на развитие двигательных способностей, приобретение необходимых знаний, понимание необходимости систематических занятий физическими упражнениями, что служит основой для повышения уверенности в себе, самооценки, формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни.

Формы организации занятий физическими упражнениями могут быть разнообразными: систематическими (уроки физической культуры, утренняя гимнастика), эпизодическими (загородная прогулка, катание на санках), индивидуальными (в условиях стационара или дома), массовыми (фестивали, праздники), соревновательными (от групповых до международных), игровыми (в семье, оздоровительном лагере). Одни формы занятий организуются и проводятся специалистами адаптивной физической культуры, другие – общественными и государственными организациями, третьи – родителями, волонтерами, студентами, четвертые – самостоятельно.

Цель всех форм организации – расширение двигательной активности детей, приобщение их к доступной спортивной деятельности, интересному досугу, развитие собственной активности и творчества, формирование здорового образа жизни, физкультурное и спортивное воспитание.

Основной формой организованных занятий во всех видах адаптивной физической культуры является урочная форма.

В зависимости от целей, задач, программного содержания уроки подразделяются на:

- *уроки образовательной направленности* – для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;
- *уроки коррекционно-развивающей направленности* – для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций с помощью физических упражнений;

- *уроки оздоровительной направленности* – для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- *уроки лечебной направленности* – для лечения, восстановления и компенсации утраченных или нарушенных функций при хронических заболеваниях, травмах и т. п. (например, ежедневные уроки ЛФК в специальных школах-центрах для детей с ДЦП);
- *уроки спортивной направленности* – для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в избранном виде спорта;
- *уроки рекреационной направленности* – для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности.

Фактически каждый урок содержит элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики. Наиболее типичными для детей с ограниченными функциональными возможностями являются комплексные уроки.

Неурочные формы не регламентированы временем, местом проведения занятий, количеством участников, их возрастом. Занятия могут проводиться с детьми с разными двигательными нарушениями, проводиться отдельно или совместно со здоровыми детьми, родителями, добровольными помощниками. Их главная цель – удовлетворение потребности детей в эмоциональной двигательной активности; игровой деятельности, общении, самореализации.

Адаптивное физическое воспитание специальных (коррекционных) образовательных учреждениях осуществляется в следующих формах:

- *уроки физической культуры;*
- *уроки ритмики (в младших классах);*
- *физкультминутки на общеобразовательных уроках (для снятия и профилактики умственного утомления).*

Адаптивная физическая рекреация осуществляется в процессе внеурочных и внешкольных занятий. Рекреативные занятия имеют две формы: в режиме дня и внеклассную.

В режиме дня они представлены в виде:

- *утренней гимнастики (до уроков);*
- *организованных игр на переменах;*
- *спортивного часа (после уроков).*

Внеклассные занятия имеют следующие формы:

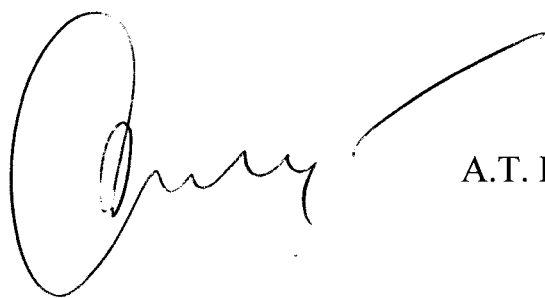
- рекреативно-оздоровительные занятия в школе (в группах общей физической подготовки, группах подвижных и спортивных игр и других формах), организованных на добровольной самодеятельной основе в соответствии с возможностями учреждения и интересами обучающихся, воспитанников;
- физкультурные праздники, викторины, конкурсы, развлечения, соревнования типа «Веселые старты»;
- интегрированные праздники вместе со здоровыми детьми;
- прогулки и экскурсии;
- дни здоровья.

Во внешкольное время адаптивная физическая рекреация имеет следующие формы:

- занятия в летних и зимних оздоровительных лагерях;
- занятия и игры в семье;
- занятия в реабилитационных центрах;
- занятия в семейно-оздоровительных клубах;
- самостоятельные занятия.

В специальных (коррекционных) образовательных учреждениях могут вводиться должности инструкторов-методистов по адаптивной физической культуре и спорту, тренеров-преподавателей по адаптивной физической культуре и спорту, иных специалистов по физической культуре и спорту.

Директор Департамента  
развития системы физкультурно-  
спортивного воспитания



А.Т. Паршиков