

УДК 376.3

## ДВИГАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Артемова Е.Э., Федорович Д.А.**

*ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», Москва,  
e-mail: fedorovich-darya@yandex.ru*

Предлагается к рассмотрению современная проблема двигательной деятельности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Доказывается важность исследований движений в условиях модернизации учебного процесса в младшем школьном возрасте – сензитивном периоде двигательного развития. При раскрытии понятия двигательной деятельности был предложен междисциплинарный подход в условиях физической культуры, определяющий особенности и взаимосвязь двигательной и познавательной сферы младших школьников с нарушениями зрения и слуха. Проведенный анализ физического воспитания младших школьников с сенсорными нарушениями согласно федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФГОС НОО ОВЗ) показал особенности организации уроков по физической культуре в условиях инклюзивного образования с утвержденными требованиями реализации предметной области «Физическая культура» для обучающихся с нарушениями слуха и зрения. В организационных аспектах двигательной деятельности отражается предметная область физической культуры – адаптивная физическая культура (АФК), которая входит в учебные варианты программ слепых, слабовидящих и глухих младших школьников. В теоретическом аспекте описаны положения по формированию двигательной деятельности младших школьников с ОВЗ в отечественных и зарубежных исследованиях. Проведенный анализ и подтверждение значимости современных методик работы по развитию моторных и психических функций могут быть использованы при организации физической культуры младших школьников с нарушениями зрения и слуха в условиях инклюзивного образования.

**Ключевые слова:** двигательная деятельность, адаптивная физическая культура, адаптивное физическое воспитание, младшие школьники с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), взаимосвязь двигательной и познавательной сферы, моторные и психические функции

## MOTOR ACTIVITY OF YOUNGER SCHOOL STUDENTS WITH DISABILITIES IN THE CONDITIONS OF MODERN EDUCATION

**Artemova E.E., Fedorovich D.A.**

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, e-mail: fedorovich-darya@yandex.ru*

It is proposed to consider the modern problem of motor activity of students with disabilities. It proves the importance of studies of movements in the conditions of modernization of the educational process in primary school age – a sensitive period of motor development. In disclosing the concept of motor activity, an interdisciplinary approach was proposed in physical culture, defining the features and interrelationship of the motor and cognitive sphere of younger students with visual and hearing impairments. The analysis of physical education of students with sensory impairments according to the federal state educational standard of primary general education of students with disabilities showed features of the organization of physical education lessons in an inclusive education with the approved requirements for the implementation of the subject area «Physical culture» for students with hearing and vision impairment. In organizational aspects of motor activity, the subject area of physical culture is reflected – adaptive physical culture, which is included in the curriculum options of blind, visually impaired and deaf younger students. In the theoretical aspect, the provisions on the formation of motor activity of younger students with disabilities in domestic and foreign studies are described. The analysis and confirmation of the importance of modern methods of working on the development of motor and mental functions can be used in the organization of the physical culture of younger students with impaired vision and hearing in an inclusive education.

**Keywords:** motor activity, adaptive physical culture, adaptive physical education, younger students with disabilities, interrelation of motor and cognitive sphere, motor and mental functions

«Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ до 2020 г.» определяет актуальное направление учебно-воспитательного процесса в условиях образовательной организации – реорганизацию двигательной деятельности. С появлением инклюзии образовательное пространство должно существенно поменяться и способствовать физическому развитию, повышению уровня знаний, благоприятной адаптации к современным условиям жизнедеятельности и ре-

ализации резервных способностей школьников с ограниченными возможностями здоровья [1]. Целью нашего исследования стало теоретическое изучение педагогических условий адаптивного физического воспитания детей младшего школьного возраста с нарушениями зрения и слуха. При проведении исследования были использованы следующие методы: организационный (сравнительный) и обработка данных с качественным анализом.

В настоящее время особое внимание ученых направлено на младших школьников, для которых развитие двигательной деятельности является одним из главных направлений обучения и воспитания. Для гармоничного формирования младших школьников с ОВЗ, особенно при сенсорных нарушениях, качественное образовательное объединяет в себе интеллектуальное и физическое развитие [2]. Это доказывают исследования о детях с сенсорными нарушениями отечественных ученых Л.Н. Ростомашвили, Л.М. Шипицыной, П.Ф. Лесгафта, которые раскрыли связь умственного и физического развития в функционировании организма человека [3–5].

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФГОС НОО ОВЗ) полноценно не реализовал двигательную деятельность у младших школьников с сенсорными нарушениями. Стандарт обучающихся с ОВЗ включает основные задачи при недостаточной научно обоснованной методике, по которой должен планироваться учебный процесс. Актуальность темы раскрывает важность разработки рекомендаций, уроков, программ, методов и средств работы с младшими школьниками при нарушениях слуха и зрения [6].

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

Двигательная деятельность включает важные социально-биологические факторы, формирующие организм ребенка и взрослого человека, обеспечивает баланс между окружающей средой и телом, способствует улучшению механизмов регуляции метаболической адаптации. Данный вид деятельности отличается программируемой двигательной активностью – физкультурно-оздоровительной и спортивной, в основу которой входят физические упражнения [7].

П.Ф. Лесгафт – основатель научной системы физического воспитания разработал теорию гармонического развития человека, раскрывая взаимосвязь психической и физической сферы. Главной стороной воспитания считалось нравственное, как результат строгого умственного и физического образования. Согласно теории, развивать мышление нужно на осознании того, что необходимо сделать в упражнении, формировать идеи о результатах его реализации с точки зрения развития интеллекта и физических сил [2]. Другие отечественные и зарубежные научные исследования показали, что состояние здоровья, развитие основных моторных и физических качеств ребенка

напрямую зависят от продолжительности и времени его двигательной деятельности. В 7 лет с началом школьного периода происходит рост и качественное формирование индивидуального сознания. Игровая деятельность в дошкольном возрасте сменяется организованными уроками по физической культуре и спортивными играми.

У большинства современных младших школьников малоподвижный образ жизни. Это объясняется доступностью информационных технологий в течение всего дня и их бесконтрольным использованием, повышенными учебными нагрузками, которые усугубляют нежелание заниматься спортом и физической культурой. На переменах наблюдается недостаточное число детей, у которых появляется стремление компенсировать вынужденную неподвижность на уроке, что должно быть обусловлено физиологическими потребностями. Дефицит в движениях у младших школьников становится следствием гипокинезии – недостаточной двигательной активности организма. Гипокинезия отрицательно влияет на деятельность основных функциональных систем организма, развитие и рост опорно-двигательного аппарата, психоэмоциональное состояние, снижение образовательной деятельности.

Физическое воспитание – один из немногих педагогических процессов, направленных на знания и двигательные навыки. Ценность обучения и воспитания в плавании, прыжках, беге, лазании и подвижных играх состоит в том, что в процессе движений развиваются психические функции и качества ребенка: воля, социальные чувства, острота ощущений и перцепция, мышление, воображение, память, внимание [8].

Моторная сфера имеет особенности при нарушениях зрения и слуха из-за причинно-следственной связи отсутствия или ограничения полноценной сенсорной афферентации, влияющей на формирование пространственного анализа и синтеза, тактильное, кинестетическое, слуховое и зрительное восприятие движений. Функции сенсорной сферы формируются в тесной связи с двигательными умениями и навыками, развивая интегративный комплекс – сенсорно-моторное поведение в интеллектуальной и коммуникационной деятельности [4].

Н.А. Бернштейн доказал, что на каждом уровне движения есть морфологическая локализация, специфические свойства движений, ведущая афферентация, основная и фоновая роль двигательных действий вышележащих уровней, патологические синдромы и дисфункции. Высокий уровень

нарушения определяется более грубыми двигательными расстройствами. Низкие уровни надежны, но они отвечают за простые двигательные действия. Часто наблюдаются нарушения не элементарных движений, а сложных двигательных структур, требующих регуляции с уровнями коры головного мозга и словесного посредничества [9].

Полноценное овладение учебным материалом обучающимся с нарушением слуха затрудняется из-за особенностей его развития, недостаточного общения, меньшего объема знаний и восприятия окружающего мира, чем у ровесников с нормативным уровнем слуховых функций. Задержанное психическое и моторное развитие при слуховых нарушениях оказывает отрицательное влияние на мышление, речь, внимание, эмоциональную сферу и память. У младших школьников наблюдаются соматические заболевания вегетативного характера, в дыхательной системе и осанке. При нарушении слуха из-за сенсорной депривации наблюдаются особенности развития двигательной сферы в затруднениях сохранения динамического и статического равновесия, недостаточно точной координации, неуверенности в движениях, низком уровне развития силовых качеств и пространственно-временной ориентации. Для младших школьников с нарушением слуха характерно медленное овладение двигательными навыками из-за медленной реакции на внешние стимулы, поэтому наблюдается медленный темп по развитию моторных функций в двигательной деятельности.

Восприятие окружающего мира младшими школьниками с нарушением зрения происходит через сенсорно-перцептивные ощущения. Психические особенности определяются низким уровнем мышления, зрительного восприятия, воображения, построением предложений без эмоционального компонента. Двигательная сфера слабослышащих и незрячих детей характеризуется недостаточными навыками координационных способностей и пространственной ориентировки. Меньший объем зрительных ощущений ограничивает прием, обработку и хранение информации, возможность полноценного восприятия изучаемого движения, что приводит к уменьшению восприятия и формированию представлений о движении, процессов воображения и памяти.

В ФГОС НОО ОВЗ утверждены требования по реализации физической культуры для обучающихся с нарушениями зрения и слуха. При организации двигательной деятельности используются знания из пред-

метной области физической культуры – адаптивной физической культуры (АФК) из вариантов учебных программ слепых, слабослышащих и глухих обучающихся.

Адаптивное физическое воспитание (АФВ) в системе общего образования применяются в основном в общеобразовательных школах у школьников специальных медицинских групп, по которым есть противопоказания к повышенным физическим нагрузкам. Занятия должны планироваться по разработанной программе в условиях учебного режима школы [6]. На наш взгляд, это новое перспективное направление работы в инклюзивных организациях с детьми с ОВЗ.

Организм младшего школьника продолжает формироваться и развиваться, поэтому он более чувствителен, пластичен и быстрее реагирует на коррекцию с помощью физических упражнений. Образовательные задачи и цели характеризуются динамичностью, так как они должны соответствовать программному содержанию обучения в комплексе. Задачи, связанные с коррекцией, являются относительно постоянными, потому что должны быть выполнены на каждом уроке. При переходе к новому учебному материалу меняется приоритетность задач. Задачами на каждом занятии являются: коррекция осанки и основных движений, таких как бег, ходьба, и других естественных движений, которые укрепляют мышечный корсет, корректируют строение тела, предотвращают плоскостопие, активируют вегетативные функции.

В образовательных организациях преобладает урочная форма занятий физической культурой для детей с ограниченными возможностями здоровья. Урок в зависимости от программного материала и задач имеет разную целевую направленность: оздоровительную, образовательную, лечебно-профилактическую, коррекционно-компенсаторную, спортивную. Для решения более двух задач меняется содержание заданий, упражнений и учителем физической культуры проводится комбинированный урок.

ФГОС НОО ОВЗ вариант 1.4 предназначен для обучения и воспитания при глухоте и других тяжелых множественных нарушениях развития. Младшие школьники с ОВЗ, согласно стандарту, должны знать правила поведения на уроках физической культуры, овладеть основными представлениями о собственном теле, уметь выполнять доступные виды упражнений по образцу, подражанию, инструкции жестами и словами, сформировать понимание связи телесного самочувствия с настроением и собственной активностью.

В учебной программе стандарта 3.0 описываются требования для двигательной деятельности обучающихся с различной степенью зрительных нарушений. Младшие школьники варианта 3.2 имеют потенциальные возможности, при не достигнутом во время поступления в первый класс необходимого уровня компенсаторной деятельности для комплексного обучения. Коррекционно-развивающее направление адаптивной физической культуры для младших школьников с нарушением зрения предполагает активное использование остаточного зрения при выполнении физических упражнений, коррекцию навязчивости и стереотипности движений, формирование навыков свободного безбоязненного передвижения в пространстве.

Реализация варианта 3.3 стандарта слепого обучающегося с умственной отсталостью состоит из обучения использовать остаточные функции зрительного анализатора при выполнении физических задач, формирования знаний о возможной физической нагрузке и ее противопоказаниях. Через повышение двигательной активности благодаря адаптивной физической культуре формируются первоначальные умения в области физической культуры, развиваются основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость), а также стороны физического, нравственного и социального поведения, обеспечивается успешное обучение и овладение основными двигательными умениями и навыками (бег, ходьба и др.). Результатами двигательного развития по программе 3.4 слепых обучающихся с умеренными или тяжелыми интеллектуальными нарушениями являются сформированное умение показывать части собственного тела, овладение выполнением определенных движений корпусом, ногами, руками и доступных физических упражнений. Расширение двигательного опыта повысит активность, ускорит развитие мышечного восприятия и моторики, преодолеет скованность, недостаточность, неуверенность движений в пространстве, поможет в развитии координации движений.

Слабовидящим по варианту 4.2 при потенциальных возможностях нужно сформировать навыки безбоязненного пространственного перемещения, преодолеть отклонения в двигательной сфере и физическом развитии, приобрести знания по охране зрения и укреплению здоровья, совершенствовать двигательные умения и жизненно важные навыки, базовые физические качества. Обучающиеся по ФГОС НОО ОВЗ программы 4.3 сочетают слабо-

видение и легкую умственную отсталость. Физическая культура направлена на овладение базовых двигательных навыков и физических качеств, сформированность свободного перемещения в пространстве, коррекцию стереотипных движений [6].

Безусловно, использование нарушенного слухового и зрительного анализаторов при выполнении физических упражнений раскроет компенсаторные возможности и ускорит процессы совершенствования физического развития и двигательной сферы. К окончанию 4 класса обучающиеся должны уметь выполнять доступные виды движений (ходьба, лазание, бег, прыжки и др.) и владеть основами физкультурно-спортивной деятельности (ходьба на лыжах, езда на велосипеде, спортивные игры и др.). Несмотря на ограничения физических функций у младших школьников благодаря работе учителя физической культуры должно быть желание включаться в подвижные игры и занятия, проявлять интерес к физкультурно-спортивной деятельности и стремиться к совершенствованию своего физического состояния [10]. Полученные результаты исследования говорят о важности двигательной деятельности, сравнительного анализа особенностей двигательной сферы и физического воспитания младших школьников с нарушениями зрения и слуха и обуславливают актуальность в продолжении экспериментального изучения вопросов двигательной деятельности детей с ОВЗ, в том числе с сенсорными нарушениями.

### Выводы

Появление обучающихся с ОВЗ, имеющих особенности двигательной сферы, в инклюзивных школах обусловило использование и поиск эффективных адаптивных методик. Из-за сенсорной депривации, которая ограничивает способность к полноценному двигательному акту, у младших школьников с нарушениями зрения и слуха наблюдается низкий уровень развития двигательной сферы.

Организация двигательной деятельности, одного из важных видов при обучении и воспитании детей с сенсорными нарушениями, в условиях образовательной обучающей среды должна быть направлена на две траектории развития – умственного и физического, что отражает совершенствование умственных способностей и функционального состояния организма. В процессе занятий адаптивной физической культурой создается коррекционно-развивающая среда с эффективными условиями коррекции и компенсации моторных способностей, повышением уровня двигательной актив-



ности, расширением потенциальных возможностей и с передачей жизненно важных двигательных навыков. Адаптивная физическая культура становится главной предметной областью в физическом воспитании при нарушениях слуха и зрения согласно ФГОС НОО ОВЗ.

#### Список литературы

1. Маточкина А.И., Гаврилов Д.Н., Пухов Д.Н., Малинин А.В. Совершенствование государственной политики в области физической культуры и спорта, оптимизация педагогического процесса в системе физкультурно-спортивного воспитания детей школьного возраста. СПб.: ФГБУ СПбНИИФК, 2017. 28 с.
2. Лесгафт П.Ф. Педагогика. Избранные труды. М.: Издательство Юрайт, 2018. 375 с.
3. Ростомашвили Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития. М.: Советский спорт, 2015. 163 с.
4. Специальная психология: учебник для академического бакалавриата / Под ред. Л.М. Шипицыной. М.: Издательство Юрайт, 2016. 287 с.
5. Шипицына Л.М. Ребенок с нарушенным слухом в семье и обществе. СПб.: Речь, 2009. 201 с.
6. Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» [Электронный ресурс]. URL: <https://минобрнауки.рф/документы/5132> (дата обращения: 14.03.2019).
7. Нестеров В.А. Двигательная деятельность и физическое состояние детей и подростков. Хабаровск: ДВГАФК, 2009. 90 с.
8. Никоноров Д.В. Интеграция физического и познавательного развития детей 6–7 лет в процессе обучения двигательным действиям: дис. ... канд. пед. наук. Чебоксары, 2014. 165 с.
9. Бернштейн Н.А. О построении движений. М.: Книга по Требованию, 2012. 253 с.
10. Артамонова Л.Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура. М.: Владос, 2014. 400 с.