

**Степанов Роман Александрович**

магистр, преподаватель

**Попова Алина Андреевна**

студентка

**Силантьева Екатерина Дмитриевна**

студентка

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный

педагогический университет им. К. Минина»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

DOI 10.31483/r-104206

## **АДАПТИВНЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗАХ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

***Аннотация:** целью работы является рассмотрение и анализирование адаптивных форм занятий по физической культуре для студентов, имеющих ограниченные возможности здоровья. Инклюзивное образование, будучи явлением гуманизации как тенденции образования, призвано обеспечить лицам с ограниченными возможностями равный доступ к образованию, в том числе к занятиям физической культурой, с учетом их индивидуальных особенностей, что объясняет актуальность темы исследования. Был определен набор методов исследования: поиск и синтез данных научно-методической литературы, опрос в виде анкетирования, анализ статистики. Была разработана анкета для студентов специальной группы здоровья, где были представлены вопросы открытого и закрытого типа, что позволило выявить уровень мотивации учащихся к занятиям физической культурой, уровень их знаний основ адаптивной физической культуры и проанализировать заинтересованность учащихся в её определенных формах.*

***Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, студенты с ограниченными возможностями, инклюзивное образование, адаптивные формы занятий.*

В современном обществе уделяется большое внимание проблемам интеграции людей с ограниченными возможностями здоровья в социальную среду и их взаимодействия с обществом. Решение этих проблем является одной из важнейших задач различных образовательных институтов и организаций нашей страны, так как от успешной реализации программы инклюзивного образования зависит качество развития личности людей с ОВЗ, что непосредственно может отразиться на их дальнейшей профессиональной деятельности. Эти аспекты мотивируют разрабатывать и внедрять адаптивные формы занятий для студентов с ОВЗ в систему современного российского образования, с целью обеспечения комфортных условий занятий физической культурой и предотвращения рисков получения травм или появления иных негативных последствий.

В настоящее время в педагогической литературе всё чаще встречается термин «инклюзивное образование». Появилось много работ, в которых описываются особенности организации занятий с учащимися, имеющими ограниченные возможности здоровья. К ним, несомненно, стоит отнести работы О.А. Козловой, Е.Ю. Коротаевой, в учебных пособиях которых освещены вопросы методики проведения занятий адаптивной физической культуры для учащихся, имеющих различные нарушения здоровья. Огромное значение в развитии педагогики в рамках инклюзивного образования играют труды С.П. Евсеева, которые раскрывают в своих справочных и методических материалах основные аспекты работы по адаптивной физической культуре. Цель работы – разработка адаптивных форм занятий по физической культуре в вузе для студентов с ограниченными возможностями здоровья.

В соответствии с целью были поставлены задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме организации адаптивных форм занятий по физической культуре для лиц с ОВЗ.
2. Провести анкетирование среди студентов вуза с ОВЗ с целью выявления знаний о существовании различных видов физической активности в рамках занятий по физической культуре для лиц с ОВЗ в вузе.

3. Подготовить к реализации программу проведения адаптивных форм занятий по физической культуре в вузе для студентов с ограниченными возможностями здоровья, основываясь на предпочтениях и физических способностях студентов.

В рамках исследования было проведено анкетирование, которое помогло выявить осведомлённость студентов о существующих адаптивных формах занятий физической культурой и узнать их предпочтения касательно применения данных форм в рамках занятий физической культурой в вузе для лиц с ОВЗ. В анкетировании приняли участие 117 студентов 1–2 курса с четырёх различных факультетов вуза, которым было предложено ответить на ряд вопросов.

Студентам было предложено самостоятельно дать ответ на вопрос о том, как они видят занятия АФК для специальной группы Б в рамках университета. Самыми часто встречающимися ответами являются: проведение теоретических лекционных занятий по физической культуре, а также участие в проектной деятельности, связанной с темой изучаемого предмета, замена привычных для специальной группы Б занятий по физической культуре прогулками на свежем воздухе, проведение групповых занятий, выполнение комплексов упражнений для лиц с ОВЗ, организация спортивных секций, разрешенных к посещению для лиц с ОВЗ.

Поскольку мнения насчёт формы проведения занятий по АФК разнятся, студентам был также задан вопрос о том, как должны проходить занятия АФК для лиц специальной группы Б в рамках вуза: в одной группе или на основе разделения на секции. В результате анкетирования большинство студентов (51%) решили, что занятия АФК должны проводиться на основе разделения на секции, но в то же время 49% учащихся считают, что занятия АФК должны проходить в одной группе.

Данное процентное соотношение дает понять, что более половины студентов не знает о видах адаптивной физической культуры, что дает основание познакомить студентов с различными видами спорта, которые подходят для занятий лицами с ОВЗ и могут быть организованы в вузе.

Самой популярным видом спорта, который студенты выбрали для проведения занятий АФК в рамках вуза является йога (75%). На втором месте с почти одинаковым процентом голосов (примерно 44%) бадминтон и настольный теннис. Наименьшее количество студентов (10%) выбрали занятия зумбой для проведения в рамках АФК в вузе.

Студентам также был задан вопрос касательно того, какие ещё виды физической активности, помимо представленных ранее, они знают и могли бы предложить для реализации в рамках проведения занятий АФК в вузе. Многие студенты предложили проводить занятия общей оздоровительной гимнастикой и ЛФК в качестве одной из форм АФК в вузе. Эти занятия удобны тем, что они проводятся в одной группе и состоят из несложных для запоминания и выполнения упражнений. Также, многие студенты выступили с инициативой организовать в рамках реализации АФК в вузе секции дартса и шахмат, так как данные виды спорта не подразумевают какую-либо физическую активность и, следовательно, не несут за собой риск получения каких-либо травм или осложнений со здоровьем. В результате опроса также были выдвинуты некоторые креативные идеи, например, организация секции по фехтованию, занятий скандинавской ходьбой, а также внедрение в программу занятий АФК упражнений с мячом.

Важно отметить, что проведения занятий АФК в рамках вуза на основе разделения на секции поможет учитывать потребности студентов. Разработка и реализация программы по внедрению различных видов физической активности для людей с нарушениями здоровья является необходимым мероприятием по восстановлению и поддержанию их здоровья, а также по обеспечению им равного доступа к образованию.

### ***Список литературы***

1. Козлова О.А. Адаптивная физическая культура: учебное пособие / О.А. Козлова, Е.Ю. Коротаева. – М.: Проспект, 2019. – 24–27 с.
2. Соколов Д.М. Адаптивная физическая культура в университете как метод физической реабилитации студентов с ограниченными физическими

возможностями / Д.М. Соколов, И.М. Симонова, С.Д. Мишнева // Физическая культура, спорт и здоровье. – 2015. – №26. – С. 105–107.

3. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения : учебное пособие / С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2014. – 48–52 с. – ISBN 978-5-9718-0714-8.

4. Особенности усвоения учебного материала по физической культуре / В.Л. Скитневский, И.Ю. Бурханова, С В. Бурханов, Е.А. Ершова // Глобальный научный потенциал. – 2020. – №11 (116). – С. 150–152.