

## НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА И ПЕРЕПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ОБРАЗОВАНИЯ ПО АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

В статье представлены научно-методические подходы к подготовке студентов и переподготовке специалистов в области адаптивной физической культуры для работы с людьми с ограниченными возможностями здоровья, обоснованы пути внедрения интегрированных дисциплин.

**Ключевые слова:** подготовка студентов, переподготовка специалистов, адаптивная и лечебная физическая культура, интегрированные дисциплины.

L. Sharova

## SCIENTIFIC AND METHODOLOGICAL APPROACHES IN TRAINING OF UNIVERSITY STUDENTS AND RETRAINING OF EDUCATIONAL SPECIALISTS ON ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE

The article presents scientific and methodological approaches to training students and retraining specialists in the field of adaptive physical culture for working with people with disabilities, substantiated ways of introducing integrated disciplines.

**Keywords:** training of students, retraining of specialists, adaptive and therapeutic physical culture, integrated disciplines.

Социальная политика в Российской Федерации (далее – РФ), ориентированная на детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), строилась на основе медицинской модели, а инвалидность рассматривалась как болезнь. Родительская общественность здоровых детей в большинстве случаев была также не готова к инклюзивному образовательному процессу.

В настоящее время в РФ ситуация с интегрированным воспитанием и обучением детей в целом улучшилась. Но пока нет и речи о физическом здоровье ребенка [3].

А ведь гиподинамия отрицательно влияет не только на сердечно-сосудистую, дыхательную, костно-мышечную, нервную системы и т. д. У ребенка снижается «живой контакт», он все чаще «уходит в виртуальный мир». Вопрос проблемы здоровья стоит на самом деле чрезвычайно остро. Что важнее: психофизическое состояние или обучение ребенка? Главное помнить: «Не навреди!». Сегодня удовлетворяется лишь до 12 % потребности детей в движении. Еще Л. С. Выготский отмечал, что «человек с биологическим дефектом от рождения не ощущает его как таковой, а только социальные последствия дефекта».

Наш опыт внедрения адаптивной физической культуры (далее – АФК) в инклюзивное образование детей с ОВЗ показывает, что компетенции специалистов, к сожалению, изначально не всегда соответствуют требуемым профессиональным качествам. Процесс внедрения начинается со стадии «сопротивления», т. к. специалистам присущ страх перед новым, а чтобы достичь

---

автоматической компетентности, необходима практика. Преподаватели кафедры адаптивной и лечебной физической культуры совместно со студентами-волонтерами в 2015–2016 годах провели исследования на базе инклюзивной стажировочной площадки лагеря «Дружный» санатория-профилактория «Демидково» Пермского края.

В исследовании приняли участие 35 детей, которые были условно разделены на «усидчивых» – первая группа (15 детей) и «неусидчивых» – вторая группа (20 детей). В первой группе на занятиях методисты ЛФК обучали детей и их родителей массажу спины, грудной клетки, применяя чаще возбуждающую методику массажа.

Дети второй группы характеризовались большей склонностью к труду, рисованию, лепке из пластилина и глины. Таких детей «загружали» поручениями: раздать альбомы, краски, карандаши, тетради. Массаж применяли поверхностный, по тормозной методике (поглаживания, потряхивания).

На занятиях использовали комплекс АФК с элементами йоги и айкидо, упражнения на расслабление и дыхательную гимнастику. Мы убедились, что отношения между специалистами АФК и родителями детей, участвующих в программах, обучающих детей правилам здорового образа жизни (далее – ЗОЖ), устанавливаются легче. Примененный подход влияет, прежде всего, на личность ребенка, его духовность, дает потенциал к развитию [3]. По данным статистики, методы и средства физической культуры рентабельнее медицинских приблизительно в пять раз. За вложенный в физическую культуру рубль государство получает до 12 рублей прибыли за счет повышения производительности труда, экономии на оплате пенсий по инвалидности и бюллетеней.

В настоящее время вновь заговорили об интегративных подходах в образовании (объединение сходных дисциплин) [1]. Под интеграцией профессора С. П. Евсеев, Г. Н. Попов (2006) подразумевают, прежде всего, новые решения: связь теории АФК как интегративной дисциплины с теорией физической культуры. Так, АФК интегрирует три больших области знания – физическую культуру, медицину и коррекционную педагогику, а также множество учебных и научных дисциплин, несколько практик. Но такая интеграция приводит к различным трактовкам сущности АФК, что предопределяется научными предпочтениями педагогов, их предшествующим опытом работы.

АФК существенно отличается от других специальностей. Во-первых, деятельность в этой области достаточно специфична: спектр учреждений, где может работать выпускник, достаточно широк, что становится решающим фактором в определении содержания профессиональной подготовки студентов. Вторая особенность, отличающая АФК от других направлений, – выпускник должен быть подготовлен к работе со всеми категориями лиц с ОВЗ, знать нозологию, возрастные и гендерные особенности детей. Эти отличия определяют особые требования к содержанию и организации образовательного процесса.

Многие люди с ОВЗ, занимающиеся спортом, утверждают, что именно занятия физкультурой и спортом позволили им стать личностью. Посредством

---

спорта реализуется принцип современной жизни «рассчитывать на самого себя». Это означает, что достижение успеха зависит, прежде всего, от личностно-индивидуальных качеств: честолюбия, инициативы, трудолюбия, терпения, волевых навыков.

На кафедре адаптивной и лечебной физической культуры Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета (далее – ПГГПУ) получили образование спортсмены с ОВЗ. Они обучались в основном по индивидуальным образовательным программам. Это чемпионы и призеры Паралимпийских игр мира, Европы, России, привнесшие значительный вклад в развитие АФК и спорта: Олег Пономарев, бронзовый призер Сочинской Паралимпиады в лыжном спринте свободным стилем среди слабовидящих, заслуженный мастер спорта России, двукратный чемпион этапов Кубка мира, серебряный и бронзовый призер чемпионата мира; Рудаков Федор, 15-кратный чемпион России среди лиц с нарушением зрения по легкой атлетике, серебряный призер Гран-при в Германии, 2015 г.; серебряный призер Гран-при в Италии, 2016 г.; Тукалов Евгений, победитель и призер чемпионатов России по лыжным гонкам среди слабовидящих свободным стилем по биатлону. Выпускники с ОВЗ работают, как правило, тренерами по адаптивному спорту. Тренеру по АФК необходимо терпение, он должен быть психологом, подбадривать занимающегося и уважать ученика, например, как тренер наших чемпионов по биатлону и лыжным гонкам Аркадий Иванович Турбин. Студенты кафедры являются неоднократными призерами и победителями Всероссийских универсиад студентов вузов и ссузов по направлению АФК.

Научно-исследовательские работы студентов стимулируют развитие интереса и потребности в поисковой деятельности, творческом решении задач, самостоятельном накоплении опыта исследовательской работы, умении применять преобразованные знания на практике не только в процессе обучения в вузе, но и после его окончания.

АФК – социальный феномен, способствующий налаживанию и укреплению социальных связей человека с ОВЗ, ранее имевшего ограничения в образовании и коммуникации. Такое положение вещей было связано с отсутствием квалифицированных специалистов, обладающих необходимыми знаниями, умениями и определенными личностными качествами, позволяющими поддерживать и развивать двигательные возможности человека с ОВЗ, а главное – воспитывать личность. В связи с этим на базе ПГГПУ в 2018 году открыты первые курсы по профессиональной переподготовке для преподавателей «Современные технологии в профессиональной деятельности инструктора-методиста адаптивной и лечебной физической культуры» (руководитель курсов переподготовки профессор Л. В. Шарова). Конечно, курсы переподготовки требуют постоянной корректировки, введения новейших форм организации дополнительного профессионального образования (проведения семинаров, конференций, круглых столов), привлечения ресурсов разных организаций, осуществляющих образовательную деятельность. Профессиональные компетенции, формируемые в теоретической и практической деятельности, обес-

---

печивают способность специалистов решать задачи по формированию готовности человека с ОВЗ к здоровому образу жизни.

Помочь человеку с ОВЗ укрепить свое здоровье, развиваться физически и поверить в себя сможет только специалист с высоким уровнем профессиональной подготовки и сформированными профессионально значимыми личностными качествами. Инклюзия требует специалистов-профессионалов на всех уровнях. Возросли требования к педагогам. Уже стало необходимо регулярно повышать квалификацию специалистов. Становится очевидной необходимость подготовки инструкторов-методистов по АФК и введения этой ставки в учебный план адаптированной программы.

Автор статьи надеется, что, несмотря на трудности и проблемы, с которыми сталкиваются родители и их дети с ОВЗ, а также специалисты, процесс обучения будет приносить больше радости и удовлетворения от проделанной работы. Иначе и не стоило начинать!

### Список литературы

1. Шарова, Л. В. Адаптация и интеграция в общество / Л. В. Шарова // Вместе за инклюзию : материалы II Междунар. студ. науч.-практ. конф. ; 10 июня 2020 г., г. Бишкек / Кыргыз. гос. ун-т им. И. Арабаева. – Бишкек : КГУ. – С. 31–34.
2. Шарова, Л. В. Формирование осанки у детей младшего школьного возраста с нарушением зрения средствами адаптивной физической культуры / Л. В. Шарова, А. И. Носкова // Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и спорта : материалы Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Омск : Изд-во СибГУФК, 2019. – С. 391–399.
3. Шарова, Л. В. Парадигмальные подходы к ценностно-смысловым основам здоровья и инклюзивного образования / Л. В. Шарова // Вестник Пермского гос. гуманитар.-пед. ун-та. Сер. № 1. Психологические и педагогические науки. – 2019. – № 2. – С. 48–52.