МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №6»

Организационно-управленческие аспекты интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в общество через систему дополнительного образования

Тамбов 2022

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ..... 3

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ СИСТЕМЫ УПРАВЛЕНИЯ ПРОЦЕССОМ ИНТЕГРАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ……....7

1.1. ПОНЯТИЕ, СОДЕРЖАНИЕ И ФУНКЦИИ СИСТЕМЫ ИНТЕГРАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ……7

1.2. МОДЕЛИ ВКЛЮЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС …….12

1.3.ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМПЕТПЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГА КАК УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ И НТЕГРАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ 14

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССА ИНТЕГРАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОЕ ОБЩЕСТВО ЧЕРЕЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ АДАПТАЦИЮ И ФИЗИЧЕСКУЮ РЕАБИЛИТАЦИЮ НА ЗАНЯТИЯХ ПЛАВАНИЕМ..... 27

2.1. ХАРАКТЕРИСТИКА ЭКСПЕРИМЕНТА……. 27

2.1.1. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ……....31

2.1.2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ДОСУГОВЫХ И СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ……...35

2.1.3. ОБУЧЕНИЕ И ОБМЕН ОПЫТОМ УЧАСТНИКОВ ПРОЕКТА……39

2.2. РЕЗУЛЬТАТЫ ЭКСПЕРИМЕНТА 43

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 45

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ..... 47

ПРИЛОЖЕНИЯ……50

Введение

В ситуации серьезных социально-экономических перемен, происходящих в российском обществе и государстве, проблема интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в социум становится особенно актуальной. Исследователи отмечают, что эта социальная категория маленьких граждан оказывается наиболее уязвимой в процессе реализации экономических, социальных, культурных, личных и политических прав, предусмотренных Конституцией Российской Федерации.

В настоящее время в Тамбовской области обучается 91500 школьников, из них 3500 человек детей-инвалидов, что составляет 3,8%. Из них 2512 человек занимаются в детско-юношеских спортивных школах и центрах детского творчества, что составляет 71,7 %.

Российская система образования сегодня претерпевает существенные изменения. Они направлены на модернизацию административно-финансовых механизмов, реализацию различных национальных проектов, связанных с повышением качества жизни россиян, профессиональной подготовкой будущих выпускников образовательных учреждений, с переходом на личностно - ориентированный подход к обучению и воспитанию во всех образовательных учреждениях – от детского сада до вуза. Это побуждает педагогов к разработке новых моделей, форм, содержания и организации образовательного процесса, к поиску новых эффективных технологий в оказании индивидуальной помощи каждому ребенку во время получения им образования и в процессе подготовки к дальнейшей самостоятельной жизни в обществе.

Актуальность внедрения интегрированного обучения в педагогическую практику в настоящее время не вызывает сомнения. Это обусловлено в первую очередь усилением в обществе гуманистических тенденций, признанием прав лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на совместное существование с остальными членами социума; пониманием

эффективности индивидуального подхода в обучении не только к детям с ОВЗ, но и к их нормально развивающимся сверстникам.

Проблема интеграции не исчерпывается только включением детей-инвалидов в коллектив здоровых детей. Интеграционные процессы требуют обеспечения психолого-педагогических условий – это изменение отношения общества к детям-инвалидам, принятие их как равноправных членов, с правами и обязанностями. В результате у ребенка-инвалида должны произойти изменения в восприятии самого себя и окружающей действительности, он должен стать равноправным членом общества. Педагогическая интеграция на современном этапе выражается в многообразных формах совместного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья и их здоровых сверстников.

Учащиеся с ограниченными возможностями имеют и преимущества, и недостатки. Они могут лучше пользоваться осязанием, зрением, чем их сверстники с нормальным развитием, но могут оставаться одинокими, если не будут включены в активное социальное взаимодействие. Интегрированное обучение выступает как один из путей социализации учащихся, развития их мобильности, познания мира в его многообразии отношений. Контакты детей создают условия для эмоционального развития личности каждого ребёнка и более целостного осмысления окружающей действительности.

Интеграция детей-инвалидов в социум тесно связана с физической реабилитацией, направленной не только на преодоление, выравнивание, ослабление физических и психических недостатков детей с ограниченными возможностями здоровья, но и на активное развитие их познавательной деятельности, психических процессов, нравственных и морально-волевых качеств. Плавание – один из немногих видов спорта, гармонически развивающих все группы мышц, доступен человеку с раннего детства и до глубокой старости – один из важнейших этапов комплексного лечения. Занятия плаванием способствуют формированию у детей с ограниченными

возможностями здоровья устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом, к здоровому образу жизни, укреплению здоровья и закаливания, достижению спортивных результатов, участию в соревнованиях различного уровня.

В своей экспериментальной работе мы предприняли попытку определить наиболее эффективную модель управления процессом интеграции в условиях системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, разработать рекомендации для администрации, тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования, педагогов-психологов, учителей и воспитателей, родителям здоровых детей и детей с ОВЗ. В процессе исследования мы использовали труды отечественных и зарубежных специалистов в области специальной педагогики: Л.С. Выготского, Н.М. Назаровой, Н.Н. Малофеева, С.В. Алехиной, А.Ю. Шемановой, А.Н. Коноплевой, Н.А. Сладковой.

Цель исследования – определить эффективные механизмы управления процессом интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество и оптимальные пути их психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации на занятиях плаванием.

Объект исследования – управление процессом интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество в условиях системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Предмет исследования – интеграция детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию на занятиях плаванием.

Задачи исследования:

1. Раскрыть теоретико-методологические основы процесса интеграции;

2. Изучить совокупность теоретических подходов, обеспечивающих процесс интеграции через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию;

3. Обосновать структуру управления процессом интеграции детей с ОВЗ через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию;

4. Определить формы и содержание работы педагогов по интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество, в условиях сетевого взаимодействия;

5. Разработать комплекс мероприятий по психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья в процессе интеграции в современное общество.

Практическая значимость работы заключается в:

- в определении структуры управления процессом интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию;

- определении педагогических компетенций педагогов –участников процесса интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья;

- разработке и апробировании форм и содержания социального партнерства в процессе интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество;

– в определении форм и содержании социального партнерства в интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество и разработке модели сетевого взаимодействия;

– в разработке комплекса мероприятий по психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья в процессе интеграции в современное общество и формирования толерантного отношения здоровых детей толерантного к детям с ОВЗ.

Глава I. Теоретические подходы к изучению системы управления процессом интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья

1.1. Понятие, содержание и функции системы интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья

Интеграция в образовательном пространстве может выступать:

- как принцип, что проявляется в преобразовании всех компонентов образовательных систем;

- как средство, обеспечивающее целостное познание мира и способности человека системно мыслить при решении практических задач; как ведущая тенденция обновления содержания образования. Главной задачей при этом является выбор научных оснований для интеграции и совершенствование функционирования ее механизмов [1, С.3]

Рассматривая понятие интеграции в контексте истории педагогики – возникновения и развития практики совместного обучения, зародившейся еще в XIX в. на основе идей И.Г. Песталоцци, Н.М. Назарова отмечает, что именно в рамках концепции «нормализации», сложившейся в 1960-е годы первоначально в скандинавских странах, появилась возможность создать, «наряду с имеющейся системой специального образования, параллельную специальную образовательную среду в системе массового образования, а также сделать максимально доступной для лиц с ограниченными возможностями городскую инфраструктуру, снять информационные и иные барьеры и значительно уменьшить ограничения возможностей участия этой категории населения в социальной жизни».

В психолого-педагогической литературе наиболее часто используются два понятия, близкие по содержанию, но различающиеся по глубине интеграционных процессов, которые ими характеризуются:

Интеграция – выборочное помещение учеников с ограниченными возможностями здоровья в обычные общеобразовательные школы или

создание специальных классов, ученики которых часть учебного времени проводят со своими сверстниками с нормативным темпом развития.

Инклюзия – глубокое погружение ребёнка в адаптированную образовательную среду и оказание ему и членам его семьи различных поддерживающих услуг [7, С.10].

Главным отличием инклюзивного подхода от интегративного является качество изменений социально-педагогической среды, основанное на полной перестройке учебно-воспитательного процесса, создании полномасштабной социально-образовательной среды и высокой готовности всех членов микро- и макросоциумов к личностным и профессиональным изменениям в интересах детей.

Л.С. Выготский - основоположник базовых идей, к которым апеллирует сегодня интегрированное обучение. В его трудах отмечалось единство общих и особенных черт специальной и массовой школ, что позволило ему установить «общность социальных целей и задач школ при разных формах и методах обучения». Он считал, что задачей воспитания ребенка с нарушением развития является его интеграция в жизнь и создание условий для компенсации его недостатка каким-либо другим путем. Компенсация ученым понималась не в биологическом, а в социальном аспекте, так как он считал, что воспитателю в работе с ребенком, имеющим дефекты развития, приходится иметь дело не столько с воспитанием… дефективных детей должны быть поставлены как проблема социального воспитания… По существу нет разницы ни в воспитательном походе к дефективному ребенку и нормальному, ни в психологической организации их личности» [9, С.32].

Одной из форм оптимального развития ребенка с ОВЗ, по мнению ученого, должен стать коллектив. Подчеркивая превалирующую роль коллектива в процессе развития и воспитания, автор выдвигает требование насыщения коллектива разными по степени интеллектуального недоразвития детьми. По мнению исследователя, в тех случаях, когда коллектив отсталых детей достаточно однороден, это наносит ущерб как нормальным, так и

аномальным детям – лишает их возможности развития. Интеллектуально более одаренные не могут проявить социальную активность, умственно отсталые дети лишаются возможности коллективного сотрудничества и общения с более одаренными детьми.

Это приводит к отягощению интеллектуального дефекта. Л.С. Выготский подчеркивал, что процесс социализации, приспособления ребенка к требованиям окружающей среды оказывается трудным и болезненным и не всегда проходит успешно. По результативности процесса приспособления им выделялось три типа компенсации – реальная (заканчивается преодолением дефекта), фиктивная (заканчивается «бегством в болезнь») и средняя.

В его трудах отмечалось, что широчайшая ориентировка на нормальных детей должна служить исходной точкой пересмотра специального образования.

Отметим теоретические положения, вскрытые Л.С. Выготским и значимые до настоящего времени:

- роль культурно-исторического опыта, накопленного человечеством и влияющего на ход развития, воспитания и обучения ребенка;
- положение о возможностях ребенка, способного под воздействием обучения со стороны взрослого интериоризировать опыт познавательной и коммуникативной деятельности;
- теория о единстве биологического и социального в развитии ребенка;
- понятие о структуре дефекта при умственной отсталости: основное нарушение и вторичные (сопутствующие) отклонения;
- положение о единстве законов развития нормальных и умственно отсталых детей при качественном своеобразии развития умственно отсталого ребенка;
- экспериментально доказанное учение о возможностях компенсации дефекта и о преимущественной коррекции вторичных отклонений при целенаправленном воздействии со стороны специально подготовленного взрослого;
- понятие о комплексном коррекционно-педагогическом воздействии;

- учение о сенситивных периодах развития.

Все эти положения оказываются значимыми для разработки теории интегрированного образования в нашей стране. В отличие от теорий социального научения, характерных для западных моделей интеграции, отечественные ученые стоят на позициях деятельностного подхода. При его реализации объективно значимым для включения ребенка с ограниченными возможностями здоровья в среду сверстников является единство деятельности (игровой или учебной, коммуникативной или познавательной), объединяющей детей, ориентированных на достижение определенной цели.

При этом цели и мотивы деятельности детей с разным уровнем психофизического развития, объединенных общим пространством игры или учебы, могут быть разными. Опора на ведущую деятельность возраста, учет сенситивных периодов в становлении высших психических функций, своевременное формирование типичных видов детской деятельности и их связь с возрастными психическими новообразованиями служат основой, позволяющей осуществлять целенаправленное воспитание и обучение со стороны специально подготовленного взрослого. Если западные теоретики говорят о «созревании поведения» по мере того, как формируется одна функция и не получает подкрепления другая, отечественная школа опирается на системный деятельностный подход к развитию личности ребенка, возможности которого практически неограниченны [17, С.45].

Интеграционные процессы все полнее охватывают различные категории детей с отклоняющимся развитием. И если в конце 90-х в образовательных учреждениях преобладала спонтанная интеграция детей, затем интеграция на уровне одного образовательного учреждения, то сейчас система образования вплотную подошла к организации различных моделей интегрированного обучения, функционирующих на муниципальном, городском или региональном уровне.

Под социально-образовательной интеграцией, с педагогической точки зрения, мы понимаем особую педагогическую систему, характеризующуюся

всеми свойствами этих систем (открытость, гибкость, динамичность и другие), которая:

- принимает на себя ответственность за процесс и результаты совместного обучения, воспитания и развития детей с разным уровнем и темпом психофизического развития;
- имеет адекватную потребностям, возможностям и способностям воспитанников и обучающихся предметно-развивающую, материально-техническую и образовательно-воспитательную среду;
- обеспечивается совместной мультидисциплинарной деятельностью команды специалистов, тесно взаимодействующих как с родителями, так и со специалистами иного профиля, заинтересованных в максимально эффективной социальной и образовательной адаптации воспитанников и обучающихся;
- имеет мощную организационную и методическую поддержку со стороны органов образования и структур, отвечающих за профессиональное становление и повышение квалификации специалистов, включенных в интеграционные процессы [25, С.56].

Опыт показывает, что социально-образовательная интеграция будет успешна только в том образовательном учреждении, которое сумеет построить свою деятельность на принципах максимальной открытости функционирования и территориальной принадлежности, создаст систему вертикальных и горизонтальных связей, обеспечивающих обучающихся богатством связей и возможностей для самореализации на муниципальном или региональном уровне.

В нашей экспериментальной работе мы имеем в виду открытость существования как принцип деятельности учреждения, свидетельствующий о высоком уровне развития контактов и связей, как внешних, так и внутренних, проявляющихся в командном стиле взаимоотношений, тесном взаимодействии сотрудников при узкой специализации их профессиональной деятельности (педагог-дефектолог ведет работу по развитию речи, психолог

отслеживает эмоционально-волевые компоненты и личностное развитие, социальный педагог выстраивает социальные связи, учитель курирует усвоение программного материала, выполнение индивидуального образовательного маршрута, воспитатель направляет и корректирует уровень воспитанности обучающихся, тренер-преподаватель направляет и контролирует процесс социальной адаптации и физической реабилитации в процессе учебно-тренировочных занятиях и соревновательной деятельности) и в совместной работе на благо ребенка и членов его семьи.

При таком подходе интеграция не противопоставляется системе специального образования, а выступает как одна из альтернативных форм внутри общегосударственной системы образования.

1.2. Модели включения детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательный процесс

В зависимости от задач, решаемых в каждом конкретном случае включения ребенка с ОВЗ, может применяться та или иная модель управления процессом интеграции или, когда это возможно, их сочетание, что позволяет рассматривать данные модели в определенных ситуациях как дополнительные друг другу.

А.Ю. Шеманова выделяет три основных модели включения детей с ОВЗ в образовательный процесс:

- модель интеграции, которая опирается на концепцию нормализации;
- модель инклюзии, базирующуюся на социальной модели;
- культурологический подход, направленный на решение задач интеграции детей с ОВЗ в культуру и общество и формирования фундамента для их включения в образовательный процесс на основе использования потенциала культуры для развития их культурных потребностей и способности к творческому участию в практиках культуры.

В зависимости от задач, на которые ориентируется специалист, занимающийся поддержкой и/или сопровождением детей с ОВЗ при их

включении в образовательные программы, и в зависимости от выбора соответствующей этим задачам модели включения, специальные образовательные условия должны строиться различным образом.

Модели организации включающего образования.

- Концепция «нормализации»:

- задача индивида – адаптация к общей системе;

- помощь индивиду в приспособлении к общей системе.

- Социальная модель:

- задачи системы – адаптация к каждому индивиду с его особенностями;

- приспособление системы к особым нуждам всех участников.

- Культурологический подход к включению детей с ОВЗ обращается к базовым культурным потребностям ребенка, тем самым инициируя проявления его культурных способностей. При этом используются такие культурные формы, при освоении которых и сама культурная форма и социальность, и рефлексивность у ребенка создаются при его участии, а не задаются ему в виде готовых образцов.

Различная направленность моделей включения.

Интеграция. Основная задача – обеспечить право на включение в общий поток путем специальных педагогических приемов, учитывающих особые образовательные потребности.

Инклюзия. Основная задача – обеспечить право на отличия, что предполагает их выражение и принятие, тогда как их изменение навстречу другим опирается на выбор и активное участие.

Специфика культурологического подхода к включению детей с ОВЗ в образовании и процесс социализации средствами дополнительного образования заключается в создании включающей социокультурной среды, стимулирующей вовлечение ребенка в ее создание на уровне базовых оснований становления человеческого отношения к миру.

1.3. Профессиональная компетентность педагога как условие успешной интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья

Профессиональная компетентность может рассматриваться как характеристика качества подготовки специалиста, потенциала эффективности трудовой деятельности [26, С.10]. С точки зрения О.Е. Лебедева, А.П. Тряпицыной профессиональная компетентность рассматривается как интегральная характеристика специалиста, которая определяет его способность решать профессиональные проблемы и типичные профессиональные задачи, возникающие в реальных ситуациях профессиональной деятельности с использованием знаний и жизненного опыта, ценностей и наклонностей.

Таким образом, профессиональная компетентность педагога в сфере организации интегрированного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья включает в себя как специальный набор знаний и умений, так и эффективность их применения в реальной образовательной практике.

Опираясь на выделенные А.К.Марковой виды профессиональной компетентности, рассмотрим следующие составляющие в профессиональной компетентности педагога, участвующего в процессе интеграции ребенка с ОВЗ в общество:

- специальная профкомпетентность, которая характеризует владение деятельностью на высоком профессиональном уровне и включает не только наличие специальных знаний о психологических особенностях ребенка с ОВЗ, но и умение применить эти знания на практике.

- социальная профкомпетентность характеризует владение способами совместной профессиональной деятельности и сотрудничества, приемами профессионального общения с ребенком с ОВЗ.

- личностная профкомпетентность характеризует владение способами самовыражения и саморазвития, способность планировать свою профессиональную деятельность в условиях осуществления

интегрированного обучения и воспитания ребенка с ОВЗ, самостоятельно принимать решения, способствующие успешной реализации интегрированного обучения.

Одним из условий эффективной работы образовательного учреждения в области развития инклюзивной культуры, политики и практики является качественное управление всем процессом включения «особого» ребенка и его семьи в общеобразовательную среду. Перед руководством образовательного учреждения, вступающего на путь интеграции, встает и другая задача — адаптация всех участников образовательного процесса — родителей, детей, педагогов к меняющимся социальным условиям. Закономерно отметить, что реализация интегрированного образования ребенка с ОВЗ педагогами, не прошедшими специальной переподготовки и не обладающими соответствующими компетенциями, приведет к отрицательным результатам: эксперимент по его внедрению принесет больше вреда, чем пользы. Следствием явится ухудшение физического, психологического и психосоматического здоровья детей, будет препятствовать получению таким ребенком качественного образования и приведет к формированию негативного отношения в микро- и макросоциуме к самой идее интегрированного обучения ребенка с ОВЗ.

В связи с этими обстоятельствами в штате сотрудников по интеграции детей с ОВЗ необходим— руководитель, который осуществляет роль координатора. Основная цель которого - обеспечение эффективного взаимодействия всех субъектов интеграции, что является одним из важнейших условий успешного включения детей с ограниченными возможностями здоровья и их родителей в проектную деятельность, адаптации образовательных учреждений - участников проекта к новым условиям функционирования [14, С.15].

Основные задачи деятельности руководителя (координатора):

1. Поддержка деятельности коллектива единомышленников по реализации проектных целей и задач в направлении развития инклюзивной

культуры в учреждении, формировании инклюзивных ценностей, философии и идеологии в педагогическом, ученическом и родительском коллективах;

2. Определение стратегии и тактики деятельности педагогического коллектива в области интегрированного образования;

3. Планирование, реализация и анализ конкретных шагов по реализации проекта;

4. Поддержка практики работы педагогов: организация условий для инновационной деятельности конкретных педагогов — учителей, воспитателей, тренеров-преподавателей, специалистов психолого-педагогического сопровождения;

5. Поиск необходимых ресурсов как «внутри» образовательного учреждения, так и «вне» его;

6. Планирование, реализация и мониторинг конкретных шагов участников проекта по включению «особых» детей в группу сверстников и в образовательный процесс, оценку адаптации и динамики развития;

7. Координация взаимодействия в междисциплинарной команде специалистов психолого-педагогического сопровождения и специалистов физкультурно-спортивной направленности;

8. Регулирование взаимоотношений между всеми участниками образовательного процесса, предупреждение и разрешение конфликтных

ситуаций, поддержка отношений сотрудничества и взаимопомощи;

9. Организация взаимодействия с родителями учащихся (воспитанников);

10. Координация взаимодействия образовательного учреждения с социальными партнерами — учреждениями и организациями, заинтересованными в развитии идей и поддержке интегрированного образования.

Содержание и конкретные шаги в деятельности руководителя (координатора) зависят от следующих факторов:

• общей стратегии органов управления образования и администраций образовательных учреждений – участников экспериментальной работы в области развития интегрированного образования;

• стадии (этапа) включения образовательного учреждения в работу по развитию интегрированной политики и практики;

• подготовленности педагогических коллективов образовательных учреждений – участников проектной деятельности;

• специфики контингента детей и родителей — участников образовательного процесса;

• этапа работы в течение текущего учебного года;

• содержания решаемой конкретной организационной задачи.

Говоря об условиях, при которых деятельность руководителя (координатора) будет эффективной, необходимо отметить, что большая часть из них связана с личностной моделью компетенций данного специалиста. Данный сотрудник должен обладать управленческой культурой, иметь высшее педагогическое образование, знать основы специальной психологии и дефектологии (коррекционной педагогики), иметь опыт практической педагогической деятельности, владеть организационными умениями, умениями, связанными с поиском, анализом, отбором и передачей информации, уметь работать с нормативной документацией, обладать высокой личностной и коммуникативной культурой, понимать важность организации координационной работы в области интегрированного образования не только для коллектива образовательного учреждения, но и для собственного профессионального развития.

Из «внешних» условий, определяющих успешность деятельности руководителя (координатора), можно выделить два основных:

1. Поддержка со стороны администрации и — лично — руководителя образовательного учреждения, понимание функционала руководителя (координатора), учет его мнения в принятии управленческих решений, касающихся интегрированного образования;

2. Авторитет в педагогическом коллективе, истинное участие в междисциплинарной команде, положение не «над», а «вместе».

Следует сказать, что в условиях развивающейся системы интегрированного образования в учреждениях из администрации достаточно трудно найти такого сотрудника, который бы полностью удовлетворял вышеперечисленным требованиям. Создание администрацией образовательного учреждения условий для получения специалистом необходимой информации, повышения его профессиональной компетентности (в том числе на курсах повышения квалификации по данному направлению), поддержки и тесного взаимодействия с органами управления и сотрудничества с учреждениями, включенными в образовательную вертикаль и имеющими опыт работы в данном направлении, будет способствовать «рождению» грамотного, компетентного руководителя (координатора) в своем учреждении.

Наиболее успешными и эффективными в работе по координации деятельности, связанной с особыми образовательными потребностями, являются педагоги с достаточным практическим опытом, продолжающие работать с детьми в качестве учителей, воспитателей, педагогов-психологов, учителей - дефектологов и, одновременно, являющиеся заместителями руководителя учреждения.

Руководитель (координатор) играет ключевую роль в оказании профессиональной поддержки и мотивировании коллег, как в плане распространения примеров эффективной работы с детьми с особыми образовательными потребностями, так и в плане организационных задач.

К последним следует отнести:

- поиск необходимых ресурсов как «внутри» образовательного учреждения, так и «вне» его;
- мониторинг (оценка), анализ и пересмотр конкретных шагов педагогического коллектива по включению «особых» детей в группу

сверстников, в образовательный процесс, их успешной адаптации и развитию, а в конечном итоге — социализации;

- организация взаимодействия с родителями учащихся (воспитанников), установление с ними отношений сотрудничества, взаимной поддержки и разделения ответственности в процессе обучения (воспитания) их ребенка в образовательном учреждении. Реализуя данные виды деятельности, координатор осуществляет следующие конкретные шаги:

- изучает и анализирует законодательные акты и другие нормативные документы различных уровней управления, касающиеся интегрированного и инклюзивного образования, по мере необходимости предоставляет информацию о регламентирующих документах участникам эксперимента;

- осуществляет совместное планирование деятельности педагогического коллектива в направлении интеграции обучающихся – участников проекта в самом образовательном учреждении: совместно с инструкторами-методистами, тренерами-преподавателями составляет расписание и определяет их нагрузку; анализирует рациональность использования рабочего времени сотрудников и имеющейся материальной базы (помещений, пособий, оборудования, инвентаря); планирует и организует проведение мероприятий по повышению профессиональной компетентности (педагогические мастерские, мастер-классы, взаимопосещение занятий и т. п.);

- осуществляет совместное планирование деятельности педагогического коллектива в направлении интеграции обучающихся – участников проекта вне образовательного учреждения (совместно с научным руководителем экспериментальной площадки ТОГАУ «Институт повышения квалификации работников образования», педагогами-участниками проекта).

В рамках такого планирования должно быть уделено место повышению квалификации сотрудников в области интегрированного образования, участию педагогов в межшкольных методических объединениях, городских,

региональных и Всероссийских мероприятиях — семинарах, педагогических мастерских, встречах, конференциях, акциях общественных организаций;

- на основе анализа состояния дел по реализации проекта совместно с участниками проекта разрабатывает стратегию дальнейшего развития обучающихся;
- приглашает специалистов из органов управления образования, других образовательных учреждений и общественных организаций для решения актуальных проблем, касающихся социально–психологического и психолого-педагогического сопровождения интегративного процесса в образовательном учреждении;

Безусловно, такой специалист чаще всего берет на себя функции менеджера в образовании, выбирая наиболее эффективный путь установления взаимовыгодных отношений сотрудничества между всеми участниками образовательного процесса.

Будучи членом администрации образовательного учреждения и членом команды сопровождения одновременно, такой специалист осуществляет не контролирующую функцию, но функцию стимулирования и объединения педагогических коллективов. Поэтому, являясь членом междисциплинарной команды, он говорит с коллегами на одном профессиональном языке, объединяет вокруг себя тех педагогов, которым действительно интересно работать в новых условиях, помогает и поддерживает специалистов, которые сомневаются в своей профессиональной компетентности в отношении совместного обучения и воспитания детей.

На подготовительном этапе реализации экспериментальной работы педагогам требуется серьезная методическая поддержка — анализ и адаптация образовательных программ, создание дидактических материалов, разработка индивидуального образовательного плана (индивидуальной программы развития) и его реализация, использование новых форм организации занятий, оценки достижений учащихся (воспитанников), их мотивации и т. д. Данные функции выполняет инструктор-методист. Кроме

того, он помогает педагогам в описании опыта практической инновационной деятельности в режиме инклюзивного образования, информирует и помогает участвовать в конкурсах профессионального мастерства различных уровней;

- по запросу органов управления образования формируют статистические и качественные отчеты о ходе работы по интеграции детей;
- осуществляют консультативную помощь при разработке положений о проведении соревнований и мероприятий;
- собирает информацию о научных исследованиях и научно-методических разработках в области интегрированного и инклюзивного образования, по необходимости предоставляет информацию членам администрации и педагогическим коллективам образовательных учреждений;
- анализирует информацию об имеющемся практическом опыте в области интегрированного образования — как отечественного, так и зарубежного, по мере необходимости предоставляет информацию педагогическим коллективам образовательных учреждений;
- совместно со специалистами участниками проекта проводит анкетирование обучающихся и родителей, контролирует и участвует в мониторинге физического развития и физической подготовленности обучающихся, отслеживает динамику развития детей с ОВЗ и «нормативных» детей, качественные показатели профессиональной компетентности специалистов образовательных учреждений;
- организует и участвует в различных мероприятиях по социальной адаптации и физической реабилитации обучающихся (воспитанников) в процессе интеграции (педагогические советы, совместные обсуждения, круглые столы, семинары, тренинги командного взаимодействия и т. д.).

Наличие в штате сотрудников по реализации проекта педагогов-психологов является необходимым условием успешной социализации и адаптации обучающихся. В соответствии со своей профессиональной подготовкой и функциональными обязанностями педагоги-психологи осуществляют следующие виды деятельности: консультативную,

диагностико - аналитическую, развивающую, коррекционную, учебно-воспитательную, профилактическую, просветительскую и др. Принимают участие в разработке и реализации Программы коррекционной работы, Индивидуальной образовательной программы (плана) ребенка с ОВЗ.

Педагог-психолог на основе собственно психологических исследований совместно со специалистами школьного психолого-медико-педагогического консилиума:

- устанавливает актуальный уровень когнитивного развития ребенка, определяет зону ближайшего развития;
- выявляет особенности эмоционально-волевой сферы, личностные особенности детей, характер взаимодействия со сверстниками, родителями и другими взрослыми;
- определяет направление, характер и сроки коррекционно-развивающей работы с ребенком (детьми);
- ставит и решает задачи гуманизации социальной микросреды, в которой обучается ребенок;
- помогает специалистам наладить конструктивное взаимодействие как с родителями ребенка с ОВЗ, так и родителями обучающихся;
- повышает психологическую компетентность учителей, воспитателей, тренеров-преподавателей, других специалистов, а также родителей;
- проводит консультирование специалистов, родителей и учащихся;
- совместно с руководителем (координатором) и администрацией школы проводит работу по профилактике и преодолению конфликтных ситуаций.
- отслеживает динамику адаптации ребенка в социуме;
- выявляет на ранних этапах те или иные затруднения как у ребенка и его родителей, так и у учителя и воспитателя участников проекта.

Классный руководитель и воспитатель являются полноправными, основным участниками проекта, осуществляющие психолого-педагогическое сопровождение ребенка с ОВЗ, здоровых детей, и их семей, других участников образовательного процесса. В группе детей с ОВЗ ведущую роль

выполняет воспитатель, а в группе здоровых детей - классный руководитель. Поэтому и задачи у них будут общими. Основная задача воспитателя и классного руководителя в процессе реализации проекта — помощь самому ребенку, его родителям и другим участникам образовательного процесса в адаптации в новой среде, формировании навыков адаптивного поведения.

Кроме того он:

- оказывает помощь в инициации и построении контактов с другими детьми, с учителями и специалистами, в формировании психологического климата команды, доброжелательных, дружеских взаимоотношений между детьми и адекватных форм коммуникации друг с другом и с «особым» ребенком;
- развивает коммуникативные навыки и возможности, формирует направленность на других детей;
- оказывает помощь ребенку в социальной адаптации и физической реабилитации;
- оказывает помощь в создании атмосферы благожелательности, принятия друг друга независимо от физических, личностных и интеллектуальных особенностей;
- оказывает помощь родителям в понимании собственной роли в интегрированном образовательном пространстве.

В педагогическую компетенцию учителя физической культуры входит:

- осуществление мониторинга физической подготовленности и физического развития учащихся и его анализ;
- организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований с обучающимися;
- осуществление судейства соревнований и координация деятельности команды в течение проведения мероприятия;
- участие в работе семинаров, круглых столов педагогов;
- разработка методических рекомендаций для проведения интегрированных занятий физкультурно-спортивной направленности.

В отличие от учителя физической культуры, тренер-преподаватель:

- проводит групповые и индивидуальные занятия с инвалидами и лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, всех возрастных и нозологических групп;
- использует средства и методы физической культуры для проведения образовательной, воспитательной, рекреационно-досуговой, оздоровительной работы, направленной на максимальную коррекцию отклонений в развитии и здоровье занимающихся, на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалидов;
- анализирует индивидуальные программы реабилитации и исходные данные физической подготовленности занимающихся и на основе этого комплектует группы для занятий с учетом основного дефекта и психофизического состояния занимающихся;
- составляет план и подбирает наиболее эффективные методики проведения занятий;
- осуществляет поэтапный контроль подготовленности занимающихся и на его основе коррекцию этого процесса.
- способствует социализации занимающихся, расширению круга их общения в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, формированию общей культуры и физической культуры личности, максимальному саморазвитию и самосовершенствованию занимающихся путем разработки программ для их индивидуальных занятий;
- разрабатывает годовые и текущие планы теоретической, физической, технической, морально - волевой и спортивной подготовки занимающихся;
- проводит отбор и спортивную ориентацию наиболее перспективных для дальнейшего спортивного совершенствования занимающихся;
- создает условия, предупреждающие случаи травматизма во время занятий и исключающие применение допингов;
- ведет первичный учет, анализ и обобщение результатов работы, вносит предложения руководителю проекта по ее совершенствованию.

Взаимодействие учителя, воспитателя, педагогов-психологов, тренеров-преподавателей не сразу и не всегда становится по-настоящему командным, каждый из специалистов решает свои, узкоспециализированные задачи.

Однако опыт работы школ, показывает, что без нахождения общего языка, постановки общих комплексных задач по интеграции «особого» ребенка в образовательный процесс, работу по реализации целей и задач проекта нельзя назвать успешной.

Совместную деятельность отличают:

• общие ценностные ориентиры в профессиональной деятельности и в вопросе интеграции детей с ОВЗ в среду здоровых сверстников — в частности;

• профессиональная и личностная поддержка друг друга;

• единый философский и методологический подход в работе со всеми участниками образовательного процесса;

• взаимодополняемость профессиональных позиций и знаний специалистов в подходе к ребенку и его семье, их тесное сотрудничество на разных этапах работы;

• единый профессиональный язык;

• достоверная информация о продвижении ребенка, динамике его развития, представляемая специалистами и учителями друг другу, активная позиция в формировании запроса;

• скоординированность и четкая организация действий, как в рабочих, так и в проблемных, критических ситуациях;

• привлечение дополнительных методических, материальных и других ресурсов;

• участие в широком профессиональном сообществе.

При этом деятельность всех специалистов, работающих в образовательных учреждениях – участниках проекта, приобретает свою специфику. Помимо решения своих узкопрофессиональных задач, педагог-психолог, учитель-дефектолог, учитель-логопед, социальный педагог

активно привлекаются к созданию условий для адаптации, обучения и социализации детей с ограниченными возможностями здоровья в среду здоровых сверстников.

Глава II. Экспериментальное исследование процесса интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию на занятиях плаванием

2.1. Характеристика эксперимента

С 2008 года муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей детско-юношеская спортивная школа №6 города Тамбова осуществляет образовательную деятельность с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья и развитии. На рекреационно-оздоровительном этапе, с 2008 по 2010 годы, мы проводили экспериментальную деятельность по теме: «Развитие координационных способностей у детей с умственной отсталостью на занятиях плаванием» на базе Тамбовского областного государственного образовательного учреждения «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения». По итогам работы экспериментальной площадки в 2009 году была разработана модифицированная программа «Адаптивное плавание для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и развития», которая прошла процедуру лицензирования в сентябре 2009 г., и рекомендована к использованию ее в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях I, III, VIII видов, и издано методическое пособие «Адаптивное плавание для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья и развитии». Приоритеты государственной политики в сфере реализации государственной программы Российской Федерации "Доступная среда" на 2011 - 2015 годы потребовали от коллектива ДЮСШ №6 новых подходов к организации учебно-воспитательной и тренировочной работы. Поэтому с января 2012 года МАУДО ДЮСШ № 6 включилась в реализацию областной экспериментальной площадки на тему: «Интеграция детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию на занятиях

плаванием» под девизом «Мир равных возможностей». Свидетельство о присуждении статуса областной экспериментальной площадки. Приказ управления образования и науки Тамбовской области №722 от 11 марта 2012г. Срок реализации эксперимента 2012-2015 годы.

Цель исследования: определить условия интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество и оптимальные пути их психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации на занятиях плаванием.

Социальными партнерами по реализации опытно-экспериментальной работы стали следующие образовательные организации: муниципальное автономное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №5 им. Ю. Гагарина, муниципальное автономное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №31, Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения», Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение для обучающихся воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Специализированная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №2». Схематично модель социального партнерства можно представить следующим образом (приложение №1). В данной модели представлено 2 уровня. 1-ый уровень – это организация осуществляющей организационно-методическое и консультативное сопровождение процесса интеграции, а именно - ТОИПКРО. Второй уровень - организация, осуществляющая координационную функцию – МАУДО ДЮСШ №6, на подуровнях представлены организации – участники эксперимента. В основе данной модели целостная и целенаправленная система сетевого взаимодействия образовательных организаций по решению проблемы интеграции детей с ОВЗ, в рамках которой был разработан комплекс мероприятий по психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации обучающихся (приложение №2).

На подготовительном этапе нами были выбраны дети с ограниченными возможностями здоровья, которые занимаются в секции плавания и являются участниками эксперимента, их здоровые сверстники из массовых школ и группа ребят с ограниченными возможностями здоровья, подходящих по возрасту, но не занимающихся в секции плавания и не участвующих в экспериментальной работе. Первая группа стала экспериментальной, а вторая – контрольной. Перед началом работы все ребята прошли плановый всесторонний медицинский осмотр, и рекомендации врачей были приняты за основу при составлении программы и подборе упражнений. Такой же осмотр проводился два раза год в течение реализации эксперимента. Учащиеся из коррекционных образовательных учреждений занимались в секции плавания 3 раза в неделю и приезжали в сопровождении воспитателя, который помогает им в раздевалках и во время подготовки к занятиям. Состав – 10 человек, возраст детей 11-15 лет.

На подготовительном этапе работы нами были изучены личные дела обучающихся, получено согласие родителей на участие в эксперименте, проведен семинар для специалистов-участников проекта с последующим заключением договора о сотрудничестве с образовательной организацией.

С целью выявления отношения педагогов, родителей и детей к процессу интеграции нами было проведено анкетирование (приложение №3). В анкетировании приняли участие педагоги (20 респондентов), здоровые сверстники из целевой группы проекта и дети с ограниченными возможностями здоровья (50 респондента), родителей (50 респондентов) выяснилось: отношение к совместному обучению детей с ограниченными возможностями и обычных детей, оценка качества специального образования; уточнялись общественные запросы, степень удовлетворённости происходящими переменами, комфортность обучения в условиях образовательной интеграции, социально-психологические проблемы детей с особенностями в развитии.

Самую высокую оценку интеграции дают родители класса МАОУ СОШ №5 им Ю.А. Гагарина – 80%, в то же время за развитие классов интегрированного обучения высказалось только 10% респондентов, остальные затруднялись ответить.

Выяснилось и отношение к интегрированному обучению учителей, родителей ТОГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа – интернат № 2», в которой практикуется временная интеграция через совместную досуговую деятельность. Учащиеся высказали удовлетворённость обучением в специальной школе-интернате (70%). Вместе с тем на вопрос: Хотели бы вы перейти в другую школу?» утвердительно ответили 50% учащихся. Можно предположить, что школьники не в полной мере удовлетворены процессом обучения, вследствие объективных трудностей, возникающих у выпускников в процессе их социальной адаптации.

В отличие от них среди учащихся ТОГБОУ «Центр дифференцированного обучения и лечебной педагогики» лишь 20 % ответили утвердительно, 40% - затрудняются ответить на данный вопрос. Данное обстоятельство связано с тем, что среди детей данной целевой группы есть дети с сочетанными дефектами, образовательная интеграция данной категории детей представляет огромную сложность. Соответственно и родители практически однозначно выразили мнение (80% респондентов), что для их детей обучение лучше в специальной школе. А интеграция возможна лишь временная.

Полученные материалы позволяют констатировать разное отношение к процессу интеграции. Наиболее положительно настроены те, кто непосредственно участвует в этом процессе и может оценить его успешность. Наибольшее отторжение идей интеграции прослеживается у педагогов специальных школ. Наибольшее желание учиться вместе высказывают дети, которые находятся в процессе интеграции. Совершенно очевидны факты отрицательных стереотипов, несмотря на положительный опыт. Имеются

предубеждения как среди специалистов-педагогов, так и родителей детей с отклонениями в развитии.

Приведенные факты свидетельствуют, что процесс интеграции не может быть быстрым и решаемым только в рамках учреждения. Значительная часть детей, на данный момент, по желанию родителей обучается в специальных коррекционных учреждениях. Требуется система мер по обеспечению открытости этих учреждений образования, установления контактов между различными учреждениями образования и спорта, в целях создания условий для нормального, естественного развития детей с ограниченными возможностями и повышения толерантного отношения к ним. На основании полученных результатов и изученных моделей интеграции нами был разработан план мероприятий по реализации проекта (приложение №4) который условно можно разделить на 4 блока:

- тренировочный процесс по обучению плаванию;
- проведение совместных досуговых и спортивных мероприятий;
- психолого-педагогическое сопровождение процесса интеграции;
- обучение и обмен опытом участников проекта.

Остановимся подробнее на их характеристике.

2.1.1. Тренировочный процесс по обучению плаванию

Занятия плаванием способствуют формированию у детей с ограниченными возможностями здоровья устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом, к здоровому образу жизни, укреплению здоровья и закаливания, достижению спортивных результатов, участию в соревнованиях различного уровня.

Известно, что под влиянием активной мышечной деятельности улучшается психоэмоциональное состояние организма, снижается уровень тревожности человека. Важно иметь в виду, что этот эффект особенно выражен в занятиях плаванием, где имеет место существенное изменение окружающей человека среды, именно это, как свидетельствуют специальные

исследования J. Liska, 1974, является средством профилактики психических перенапряжений.

Вода обладает высокой теплопроводностью, и пребывание в ней тренирует механизм терморегуляции. Те, кто систематически посещают бассейн, более стойки к простудным заболеваниям. Регулярные занятия развивают у детей подвижность в суставах, укрепляют мышцы рук и ног, туловища, а это очень важно для формирования правильной осанки. Особое внимание в процессе занятий уделяется укреплению мышц туловища, так как они стабилизируют тело при плавании, помогают сохранять обтекаемое положение корпуса. Это, в свою очередь, развивает мышечный корсет, который предупреждает искривление позвоночника ребенка. Симметричные движения и горизонтальное положение тела делают плавание прекрасным корригирующим средством, устраняющим нарушение осанки. Непрерывная работа ног в быстром темпе, постоянное преодоление сопротивления воды великолепно тренирует мышцы и связки голеностопного сустава. Подобная тренировка помогает укреплению детской стопы, предупреждает ее от деформации и развития плоскостопия.

Занятия плаванием, как никакой другой вид физических упражнений настраивает дыхание на правильный ритм. При плавании вдох и выдох затруднены, поэтому мышцы принимающие участие в процессе дыхания, в результате систематических занятий укрепляются и развиваются.

Увеличивается экскурсия грудной клетки и ЖЕЛ. По данным врачебного контроля годовой прирост ЖЕЛ у пловцов в возрасте 9-15 лет колеблется от 300 до 1100 куб. см. и значительно превышает соответствующие данные у детей, не занимающихся плаванием.

Плавание приводит также к значительному увеличению легочной вентиляции и потреблению кислорода. При плавании с максимальной скоростью наибольшее потреблению кислорода у взрослых, хорошо тренируемых пловцов обычно не превышает 6-ти литров в минуту, а юношей

и девушек в процессе тренировочной работы по плаванию может потребляться более 7-ми литров в минуту.

Плавание оказывает положительное влияние не состояние ЦНС детей, устраняет у них излишнюю возбудимость и раздражительность, у занимающихся появляется уверенность в своих силах. Это является следствием благотворного действия водной среды и физических упражнений на организм ребенка. Плавание способствует улучшению работы всех систем организма и в первую очередь сердечно - сосудистой и дыхательной. При систематических организованных занятиях у юных пловцов увеличиваются функциональные возможности ССС. Это приводит к увеличению объема крови, выбрасываемого сердцем за одно сокращение (систолический объем), а также к снижению ЧСС в покое до 50-60 ударов в минуту, ЧСС у детей 10-11 лет, не занимающихся спортом, обычно составляет 75-80 ударов в минуту. Во время интенсивного плавания ЧСС юного пловца увеличивается в 2-3 раза и может достигнуть 150-200 сокращений в минуту. Работе сердца пловца при максимальных напряжениях способствуют три фактора:

1. Давление на всю поверхность тела, расположенного горизонтально.
2. Динамическая работа больших групп мышц. Способствуя движению венозной крови от периферии к сердцу, водная среда облегчает присасывающую функцию грудной клетки. Кроме того, работа сердца облегчается в связи с отсутствием необходимости преодолевать при движении собственный вес и затрачивать на это дополнительные усилия.
3. Облегчение работы сердца. Мышечный насос чередует напряжение и расслабление скелетной мышцы, способствующее проталкиванию крови по венам к сердцу.

Вода очищает кожу человека, способствует улучшению кожного дыхания и укрепления самой кожи. Она вызывает усиление деятельности различных внутренних органов, учащение дыхания, изменения тонуса периферических кровеносных сосудов, усиливает обмен веществ.

Это объясняется тем, что вода по сравнению с воздухом имеет увеличенную теплопроводность и теплоемкость, а также значительную плотность, в результате чего теплоотдача и давление воды на поверхность тела человека резко возрастает. Эти благотворные влияния используются при занятиях плаванием детей и подростков с ослабленным здоровьем.

Изучение влияния плавания на внимание и память детей 12-14 лет, установлено, что после плавания хорошая умственная работоспособность сохраняется в течение всего учебного дня. Занятия плаванием активно стимулируют внимание и память, способствуют их развитию.

По результатам экспериментальной работы коллективом авторов составлена дополнительная предпрофессиональная программа «Плавание для детей с ограниченными возможностями здоровья» (приложение №5) составлена на основании «Закона об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 г., приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008, приказа Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 №730.

В пояснительной записке программы раскрывается значение занятий плаванием для детей с ограниченными возможностями здоровья, специфика организации тренировочного процесса, длительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки, минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах.

Методическая часть программы достаточно полно раскрывает педагогические, психологические, технико-тактические, воспитательные и восстановительные условия необходимые для получения спортивных результатов.

Раздел системы контроля и зачетных требований раскрывает сущность педагогического и врачебного контроля, виды контроля: текущий, промежуточный и итоговый, определены нормативы для зачисления на этапы подготовки и контрольно-переводные нормативы.

Сроки обучения по дополнительным предпрофессиональным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов могут быть увеличены с учетом особенностей их психофизического развития в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

Занятия в группах обучающихся с ограниченными возможностями здоровья могут быть организованы как в отдельных группах, так и со здоровыми детьми.

Дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию для детей с ограниченными возможностями здоровья соответствует установленным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам.

Приведенные выше соображения указывают на то, что при использовании плавания в специальной коррекционной школе или классе можно повысить эффективность физического воспитания, а разработанная нами программа позволяет осуществлять как компенсацию и коррекцию физических качеств, так и личностное развитие обучающихся с ОВЗ.

2.1.2. Организация и проведение досуговых и спортивных мероприятий.

Мероприятия соревновательного характера составляют одну из центральных звеньев всех проводимых интегрированных занятий, так как именно в процессе их проведения осуществляется оценка результативности интегративных процессов, уровень социализации и адаптации учащихся, участвующих в реализации проекта. В то же время, основная задача мероприятий – создание условий, чтобы дети контактировали друг с другом. Это предполагает как включение ученика в коллективную деятельность, так и исключение из нее, когда более эффективен индивидуальный подход, когда более эффективна работа в личностном режиме. Реализуя модель нормализации, нами были сформированы команды «Метеор», «Факел», «Вымпел» и «Старт» с постоянными членами команды, в которые входят

дети с умственной отсталостью, слабослышащие, глухие и здоровые дети. В целях создания комфортной среды обитания для учащихся с ограниченными возможностями важным является организация взаимодействия всех учеников в микросоциуме команд.

Основу положительных взаимодействий составляют: положительное принятие каждого ученика; обеспечение успеха в совместной деятельности; выстраивание гуманистических отношений в социуме на основе уважения личности ученика и его достоинства. В случае, если совместная когнитивная деятельность не может быть успешной, учащиеся включаются в другие виды деятельности.

Первым спортивно-массовым мероприятием были соревнования «Меткий стрелок», посвященные Дню защитников Отечества, организованным на базе МАОУ СОШ №31. На построение участники выходили с эмблемой названия команды в сопровождении учителя физкультуры. Психологи, воспитатели и классные руководители проводили наблюдение за поведением и действиями своих воспитанников, фиксируя проблемные звенья в процессе интеграции каждого обучающегося.

В соответствии с планом работы экспериментальной площадки ежегодно проводились физкультурно-массовые и спортивные мероприятия:

- соревнования с элементами баскетбола «Золотая корзина»;
- соревнования по плаванию «Голубая волна»;
- легкоатлетическая эстафета «Поверь в свои силы»;
- военно-спортивная игра «Зарница», посвященная Дню защитника Отечества;
- соревнования «Охотники и утки», игра «Твистер» и другие спортивные мероприятия.

Физическая реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья способствовала расширению двигательных возможностей и развитию координационных способностей, формированию у детей умений концентрировать внимание на выполнение необходимых двигательных

действий, развитию мотивационно - эмоционального опыта, воспитанию новых чувств, потребностей и личностных ценностей. Во время соревнований среди членов команд не наблюдалось проявления чувства превосходства здоровых детей и комплекса неполноценности детей с ограниченными возможностями здоровья.

Ученики с ограниченными возможностями здоровья только тогда получат должное социальное развитие, когда будут созданы условия для их становления как личностей и как субъектов деятельности, активных и самостоятельных его учеников.

Работа экспериментальной площадки по организации спортивных и физкультурно-массовых мероприятий в 2014 году посвящалась Олимпийским и Паралимпийским играм в г. Сочи.

Разработки вышеуказанных и проведенных в соответствии с планом спортивных соревнований приведены в приложении №7.

Развитие детей во многом зависит от их включенности в деятельность. Известно, чем больше работает человек в определенной области, тем выше уровень его развития в этой области. Вместе с тем здесь имеются сдерживающие факторы: ограниченные возможности здоровья, особые потребности в коррекционно-педагогической помощи, поддержке.

От педагогов требуется использование разнообразных технологий, которые бы позволяли включить в деятельность всех детей с учетом их возможностей. Чтобы деятельность привела к формированию запроектированного образа личности, ее нужно организовывать и разумно направлять. Педагог выступает в такой деятельности как помощник, создающий ситуацию успеха ученику с ограниченными возможностями и в то же время обеспечивающий активность его самого, основываясь на удовлетворении его актуальных потребностей.

Хорошее социальное развитие возможно только через активную, эмоционально окрашенную деятельность, в которой ученик реализует свои возможности и проявляет себя как личность. Объединение детей не только в

спортивной, но и в совместной досуговой деятельности, позволяет лучше оценить человеческие качества друг друга, быстрее и успешнее оценить человеческие качества друг друга, освоить социальный опыт, развить коммуникативные способности, сформировать отношение к окружающей действительности. При проведении таких занятий как «Мир моих увлечений», «День инвалида», перед участниками эксперимента ставились задачи, выражающие их потребности, обращенные к их личности, связывающие их с окружающей действительностью.

Самым сложным и непременным условием интегрированного обучения является включение каждого ученика в активную деятельность, приносящую радость себе и другим. Это требует изучения и знания интеллектуального потенциала и личностного своеобразия каждого ученика, проектирование таких видов деятельности, которые бы позволяли активно приложить свои силы, раскрыть потенциальные возможности, показать свою личностную привлекательность.

Для этого на досуговом мероприятии «Мир моих увлечений» дети не только показали свои творческие способности: жестовое пение (глухие дети), чтение стихов (здоровые и слабослышащие дети), танец и шумовой оркестр (умственно отсталые дети), выставка поделок и рисунков, но и сами участвовали в творческом процессе составления корзины с цветами из оригами. Каждый участник команды сделал под руководством студентов ТОГАОУ СПО «Педагогический колледж г.Тамбова» цветок из оригами.

В процессе проведения возникло ряд проблем, так как дети с интеллектуальными нарушениями не всегда могут справиться с заданием интеллектуального характера. Выполнение работы в команде позволило акцентировать внимание на тех качествах детей с интеллектуальными нарушениями, которые свидетельствуют о человеческом достоинстве и добропорядочности: трудолюбие, честность, дружественность, правдивость и доброту. В результате здоровые дети и дети с нарушением слуха сами без

напоминания оказывали помощь в изготовлении цветка с неподдельным интересом и соучастием.

2.1.3. Обучение и обмен опытом участников проекта

Несмотря на включение в проект различных моделей интеграции и разнообразных приемов и методов командной работы, в процессе реализации проекта, на начальном этапе, возник кризис взаимоотношений учащихся, основанный на низком уровне познавательных возможностей детей с ограниченными возможностями здоровья. Замкнутость этих детей, инактивность, направленность на себя усиливает их изолированность. Имеются и другие объективные предпосылки.

Неудовлетворенность во взаимоотношениях из-за ограниченности социального опыта учащихся с отклонениями в развитии делает их мало интересными. В свою очередь, дети с ограниченными возможностями начали испытывать информационный голод во взаимоотношениях с другими учениками из-за незнания последними личностных и индивидуальных особенностей своих сверстников, имеющих определенные отклонения. Позитивный результат во взаимоотношениях школьников в условиях интегрированной системы, преодоление когнитивного кризиса учащихся с отклонениями в развитии предполагает продуманную системную работу, включающую формирование позитивной установки на учащихся с особенностями психофизического развития, расширение опыта продуктивного общения с ними. Данные кризисные моменты возникли в связи с отсутствием занятий по включению.

С целью преодоления кризисных моментов нами были проведены круглые столы с участием специалистов – участников эксперимента и специалистов-дефектологов. В результате совместно с педагогами-психологами был разработан план занятий, призванных научить выстраивать отношения с окружающими, гармонизировать отношения с миром. На занятиях самопознание протекало опосредованно, через разнообразные виды

деятельности, через познание другого ученика, друга. Технология социальной адаптации в условиях интегрированного обучения отражает использование интерактивных (активизирующих взаимодействие) методов обучения и активизацию контактов. Занятия строились с учетом характера психофизического нарушения учащихся, их личностных особенностей, социальных условий развития. Педагогическая постановка задач в таком рассмотрении предполагает включение ученика в специально созданную учебную среду, в которой он участвует в коллективной деятельности, проявляет активность, испытывает положительные эмоции, и наиболее полно раскрывает природные силы и возможности. Ученик может быть активным в мотивированной деятельности, требующей от него свободы мышления, самостоятельного решения познавательных задач.

Нами была продумана технология включения, которая характеризуется следующими чертами:

- проектируется, отбирается актуальное содержание, что позволяет избежать перегрузки детей;
- признается и обеспечивается открытость содержания;
- обеспечивается реализация коммуникативного компонента образования в условиях интеграции, что предполагает положительное взаимодействие участников образовательного процесса, их позитивное отношение друг к другу, обмен информацией, имеющимся социальным опытом;
- использование вариативных образовательных программ и определение индивидуального маршрута учащихся, с учетом многих факторов, в том числе и среды обитания, педагогической культуры родителей и познавательных возможностей учащихся, привлечение разнообразных методических средств, являющихся гарантом того, что образовательная среда является средством развития личности.

Интеграция предполагает решение следующих задач:

- упреждение и преодоление трудностей, возникающих в процессе совместной деятельности и общения;

- смягчение отрицательных проявлений когнитивного кризиса, трудностей учения детей с особенностями психофизического развития, их эмоционального неблагополучия посредством осознания остальными детьми трудностей и проблем детей с ОВЗ;
- смягчение кризиса взаимоотношений посредством обучения учащихся конструктивным формам взаимодействия в условиях неформальной группы или команды;
- создание атмосферы терпимости друг к другу, развитие чувства собственного достоинства, стремления к сотрудничеству с другими людьми, осознанию того, как важно подружиться и остаться друзьями.

Занятия выстраивались таким образом, чтобы дистанция между обычными учащимися и учащимися с ограниченными возможностями здоровья сокращалась, чтобы открывались и развивались позитивные ресурсы каждого учащегося и учитывались его особенности. В этих целях на занятиях создавалась доброжелательная атмосфера, организовывалось взаимодействие с привлечением в процессе совместной соревновательной деятельности, идентификация себя с другими учениками. На первых совместных занятиях использовались приемы аттракции, создающие благоприятное впечатление о каждом ученике. Дети познавали информацию друг о друге на основе сенсорных контактов, сообщали о себе положительную информацию, коллективно составляли психологический портрет группы, проектирующий отличительные положительные качества его учеников.

Успешность технологии занятий по включению определяется не только их содержанием, но и организационными условиями проведения. Кабинет коррекционной работы и работы психологов с группой или иное помещение, отводимое для этих занятий, создают атмосферу уюта, обеспечивают условия для совместной игровой деятельности и уединения, интимизации своей деятельности. Важно, чтобы собеседники размещались лицом друг к другу, что важно для сотрудничества, взаимодействия. На занятиях дети

объединяются в группу от 10 до 15 человек. Продолжительность занятия – 25-30 минут. Занятия по включению во взаимодействие проводятся ежемесячно. На занятия привлекаются, прежде всего, учащиеся, имеющие трудности в коммуникации и низкий уровень коммуникативной компетенции, низкий социологический статус. В помощи также нуждаются учащиеся с трудностями личностного развития, у которых наблюдается неадекватная самооценка, неуверенность в себе.

У детей с ограниченными возможностями чаще наблюдаются трудности произвольной регуляции деятельности, что проявляется в неумении планировать свои действия, предвидеть их последствия, правильно оценивать то, что происходит в окружающей действительности. Можно заметить «полевой» тип поведения, проявляющийся в импульсивности и ненаправленности поведения. Прослеживается и чрезмерная зависимость учащихся с отклонениями в развитии от окружающих. Комфортность проявляется во всех сферах жизнедеятельности.

Чтобы ребенок не испытывал дискомфорта в условиях интегрированных занятий, с ним проводятся занятия по включению до тех пор, пока обнаруживаются отрицательные проявления в процессе взаимодействия.

На занятиях широко используются приемы: идентификация (отождествление обычных школьников с детьми, имеющими психофизические нарушения), рефлексия (анализ) и др. Примерные темы занятий: «Мы знакомимся», «Мы учимся быть вместе со всеми», «Я и мои друзья», «Я, самый, самый», «Общее и отличное» и др. Выполняются упражнения: «Улыбнись», «Я тебе дарю», «Спасательный круг», «Мои слабые стороны», «Дружелюбный дождик». В процессе занятий каждый участник начинает понимать, что его ценят и уважают, преодолевая изолированность, от совместного общения возникают положительные эмоции, создается эмоциональный настрой на совместную деятельность.

Важно предупредить экзистенциальный вакуум, т.е. отсутствие идеалов ценностей и потребностей. В ходе оценки не только постигается

функциональное значение предметов, значимость людей, но и раскрывается личностный смысл, насколько эти предметы нужны конкретному человеку. Если ученик будет поставлен в такие условия, что он вынужден определять свои предпочтения, выявлять более ценное, то у него будут формироваться ценностные отношения. Это, в свою очередь, поможет ему управлять своей деятельностью. Если ученик с ограниченными возможностями здоровья не научится оценивать и ценить, то это отразится на его поведении в жизни. Ребёнок останется поверхностным, он не будет иметь собственного мнения. Это может стать причиной асоциального поведения, проявления безразличия.

В результате проведенного комплекса реабилитационных мероприятий нами была составлена схема управления процессом интеграции учащихся с ОВЗ в рамках экспериментальной работы. В схеме отражены основные критерии оценки результативности интеграции обучающихся. Каждый выделенный нами компонент имеет определённый критерий сформированности, который определяется следующими показателями: высокий (В) – полная сформированность критерия, средний;
(С) – частичная сформированность критерия; низкий (Н) – отсутствие критерия. Сопоставляя результаты наблюдения, анкетирования и проведения контрольных и промежуточных тестов физических качеств можно утверждать, что на промежуточном этапе реализации проекта, характеризующий частичную сформированность критерия.

2.2. Результаты эксперимента

В работе экспериментальной площадки предусмотрено отслеживание развития физических качеств у ребят, которые обучаются плаванию и сравнение их результатов с результатами сверстников, которые также имеют ограниченные возможности и учатся в этой же школе-интернате, дети в контрольную группу были подобраны по возрасту, это возможно сделать так же исходя из специфики учебного заведения (в одном классе учатся дети разного возраста, а распределение по классам идет от освоения учебного

материала конкретного года обучения). Детям были предложены стандартные тестовые задания для определения уровня физической подготовленности учащихся 11-15 лет, в который входит шесть заданий, это бег на 30 метров, челночный бег 3*10 метров, прыжок в длину с места, 6-ти минутный бег, наклон вперед из положения сидя, подтягивание на высокой перекладине из виса для мальчиков и на низкой перекладине из виса лежа для девочек.

За период проведения эксперимента данный тест проводился ежегодно (приложение №6).

По результатам теста видно, что дети, занимающиеся плаванием и входящие в состав экспериментальной группы стали физически более крепкими, чем те которые таких занятий не посещают. Это и не удивительно, потому что если проводить аналогию со здоровыми детьми, те которые занимаются в спортивных секциях, показывают результаты выше своих сверстников.

Заключение

Изменение подходов к обучению и воспитанию детей с ограниченными возможностями направлено на формирование и развитие социально активной личности, обладающей навыками социально-адаптивного поведения применительно к мобильной экономике. Одним из путей реализации этой задачи является образовательная интеграция средствами физической культуры и спорта, совместного досуга.

В процессе экспериментальной работы мы разработали эффективную схему управления процессом интеграции детей различных нозологических групп через психолого-педагогическую адаптацию и физическую реабилитацию. Опираясь на базовые положения теории интегрированного обучения и модели интеграции, нами были организованы адекватные условия для интеграции детей, сформировано единое образовательно - воспитательное пространство и реализовано законное право детей с различным уровнем психофизического развития на перспективу их дальнейшего развития, автономизацию и социализацию.

Экспериментально апробированная модель социально-образовательной интеграции средствами дополнительного образования показала, что реализация задач дополнительного образования позволяет школе разрешить существующее противоречие между необходимостью, с одной стороны, осваивать образовательный стандарт, а с другой, создавать условия для свободного развития личности, что является основой гуманизации образования.

Умелое руководство системой работы педагогов в команде и выбранный нами демократический стиль руководства коллективом, позволил избежать типичных кризисных моментов, возникающих в педагогических коллективах при реализации опытно-экспериментальной работы, так как работа нами строилась на основе трех компонентов:

- взаимодействия;
- повышения профессиональной компетентности;

- профилактике эмоционального сгорания.

Благодаря комплексной и компетентной работе каждого специалиста в рамках разработанных нами должностных обязанностей, появилась положительная динамика и в реализации задач экспериментальной работы. Система мер здоровьесбережения, разработанная коллективом, позволила снизить уровень заболеваемости среди обучающихся как группы детей с ОВЗ, так и их здоровых сверстников, способствовала повышению уровня физического развития детей. Согласно результатам тестирования стало очевидно, что дети с ОВЗ, участвующие в проекте, стали более уверенными в своих силах, физически более крепкими, чем те, которые таких занятий не посещают. Тестовые задания за учебный год были предложены им трижды и у всех детей замечена положительная динамика роста результатов, это, безусловно связано эффективно построенной системой тренировочных и спортивно-массовых занятий, положительным влиянием нагрузки, которую ребята получают на занятиях в бассейне, а также системой психолого-педагогического сопровождения процессом интеграции.

Практика интеграции показывает, что дети, научившись доброжелательному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками, «не такими, как все», не страдают «психологией расизма» и в подростковом, и в старшем возрасте. Результаты наблюдений свидетельствуют, что здоровые дети принимают аномальных детей как партнеров, лишь нуждающихся в помощи, что способствует гуманизации взаимоотношений детей. В основном школьники относятся положительно к появлению такого ребенка в их школе, «готовы принять его как равного», а эффективность данного положения доказана на практике.

Список литературы

1. Актуальные проблемы интегрированного обучения. М.: Права человека, 2001.

2. Алехина С.В. Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: методические рекомендации М.: МГППУ, 2012.

3. Выготский Л.С. Основы дефектологии. СПб.: Издательство «Лань», 2003.

4. Екжанова Е.А., Резникова Е.В. Основы интегрированного обучения: пособие для вузов. М.: Дрофа, 2008.

5. Коноплева А.Н. Интегрированное обучение детей с особенностями психофизического развития: монография / А.Н.Коноплева, Т.Л. Лещинская. Мн.: НИО, 2003.

6. Малофеев Н.Н., Шматко Н.Д. Интеграция и специальные образовательные учреждения: необходимость перемен // Дефектология. 2008. № 2. С. 86-94.

7. Специальная педагогика: в 3 т.: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/под ред. Н.М. Назаровой. Т. 3: Педагогические системы специального образования. М.: Изд. Центр «Академия», 2008.

8. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия: учеб. пособие для высш.учеб. заведений / сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. М.: Издательский центр «Академия», 2001.

9. Выготский Л.С. Принципы воспитания физически дефективных детей. // Собр.соч. в 6 т. Т. 5. Основы дефектологии / под ред. Т.А. Власовой. М.,1983.

10. Дети с ограниченными возможностями: проблемы и инновационные тенденции в обучении и воспитании: Хрестоматия по курсу «Коррекционная педагогика и специальная психология»/сост. Н.Д. Соколова, Л.В. Калиникова. М.: Изд-во ГНОМ и Д, 2001.

11. Дробинская А.О. Ребенок с задержкой психического развития: понять, чтобы помочь. М.: Школьная пресса, 2005.

12. Дружилов С.А. Профессиональная компетентность и профессионализм педагога: психологический подход// Сибирь. Философия. Образование. –

Научно-публицистический альманах: СО РАО, ИПК, г.Новокузнецк. - 2005 (выпуск 8).
13. Екжанова Е.А. ППМС центры в системе профилактики и коррекции отклоняющегося развития у детей // Современные технологии диагностики, профилактики и коррекции нарушений развития: Материалы научно-практ. конференции МГПУ. Том 4. – М., 2005.
14. Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно-педагогическая помощь детям раннего и дошкольного возраста с неярко выраженными отклонениями в развитии: научно-методическое пособие. СПб.: Каро, 2008.
15. Интегративные тенденции современного специального образования. М.: Полиграф сервис, 2003.
16. Интегрированное обучение детей с нарушением слуха: методические рекомендации / Под редакцией Л.М. Шипицыной, Л.П. Назаровой. СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2001.
17. Коноплева А.Н. Образовательная интеграция и социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья. НМУ: «Национальный институт образования», 2005.
18. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте: учеб.пособие для студ. психол. фак. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2003.
19. Мустаева Л.Г. Коррекционно-педагогическое и социально-психологическое сопровождение детей с задержкой психического развития. М.: АРКТИ, 2005.
20. Олигофренопедагогика: учеб. пособие для вузов / Т.В. Алышева, Г.В. Васенков, В.В.Воронкова и др. М.: Дрофа, 2009.
21. Резникова Е.В. Коррекционно-педагогическая поддержка учащихся младшего школьного возраста с разным уровнем умственной недостаточности в условиях интеграции: М., 2007.
22. Специальная дошкольная педагогика / под ред. Е.А. Стребелевой. М.: Академия, 2001.

23. Сладкова Н.А. Программа адаптивное плавание для детейц с ограниченными возможностями здоровья. М: Советский спорт, 2008
24. Ульенкова У.В., Лебедева О.В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии. Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2002.
25. Шевчук Л.Е., Резникова Е.В. Обучение детей с особенностями развития по технологии интегрированного обучения при внутренней дифференциации в общеобразовательном классе: методические рекомендации. Челябинск, 2006.
26. Шеманова А.Ю. Включение детей с ограниченными возможностями здоровья в программы дополнительного образования: методические рекомендации. М, 2012.
27. Шипицына Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. СПб.: Изд-во «Дидактика Плюс», 2002.

Приложение №2

Модель интеграции детей с ОВЗ

Цель: определить условия интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество и оптимальные пути их психолого-педагогической адаптации и физической реабилитации на занятиях плаванием.

Задачи

- Формирование нормативно-правовой базы
- Формирование толерантности
- Определение критериев эффективности реализации
- Создание организационных, педагогических, технологических условий интеграции
- Формирование у педагогов инклюзивной компетентности

Структура управления процессом интеграции

1 уровень организации

ТОИПКРО

Подуровень 1
Организационно-методическое сопровождение

Подуровень 2
Консультативное сопровождение

Педагогические условия:
-нормативно-правовое обеспечение;
–материально-техническая база;
- учебно-методическое обеспечение;
-психолого-педагогическое сопровождение;
–межведомственное взаимодействие организаций;
–формирование толерантного отношения общества;
– повышение профессиональной компетентности педагогов.

Образовательные организации

Организационно-содержательный компонент

Диагностика

Формирование индивидуальной траектории обучающегося

Принципы:
-личностно-ориентированного обучения;
- дифференциации и индивидуализации обучения;
- активного включения всех участников образовательного процесса;
-семейно-ориентированного сопровождения;
-самостоятельной активности ребёнка
- вариативной методической базы обучения и воспитания учащегося;
-вариативной развивающей среды

Содержательный компонент

- учебно - тренировочные занятия по плаванию;
- психолого-педагогическое сопровождение;
-индивидуальные и групповые занятия по включению;
- спортивно-массовые и досуговые мероприятия.

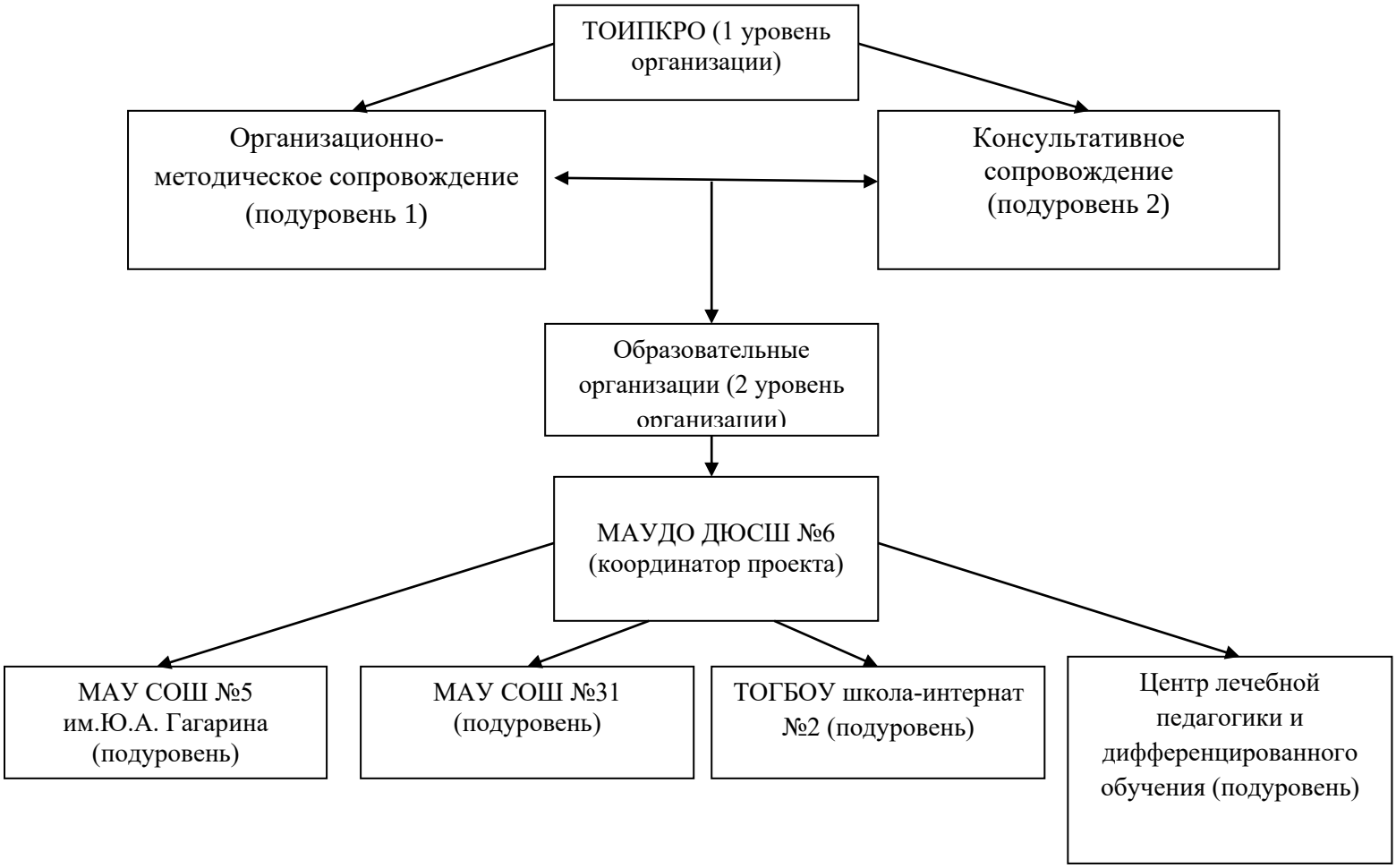
Технологический компонент

Методы: общепедагогические, специальные, информационные;
Средства обучения;
Технологии:
- здоровьесберегающие;
- личностно-ориентированные;
- педагогика сотрудничества;
- включения;
- игровые.

Успешность социализации, развитие социального опыта ребенка с ОВЗ, формирование толерантности у здоровых детей

Приложение №1

Схема управления процессом интеграции обучающихся с ОВЗ в рамках реализации экспериментальной площадки



Приложение №3

Анкета для родителей (общеобразовательные школы)

1. Что такое толерантность:

- спокойное и безразличное отношение к людям, чужим мнениям, верованиям, поведению;
- терпимое и уважительное отношение к людям, чужим мнениям, верованиям, поведению;
- непринятие и нетерпимость в отношении других людей, их мнений, верований, поведения.

2. Способны ли Вы понимать и принимать индивидуальность других людей?
- да;
- нет;
- мне безразлично.

3. Как Вы относитесь к людям с ограниченными возможностями здоровья?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

4. Если Ваш ребенок отказался помочь нуждающемуся в помощи человеку с ограниченными возможностями здоровья, Ваши действия:
- сделать порицание;
- принять его сторону;
- не отреагировать.

5. Как бы Вы отнеслись к тому, что в классе с Вашим ребенком обучается человек с ограниченными возможностями здоровья?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

6. Как бы Вы отнеслись к дружбе Вашего ребенка с человеком с ограниченными возможностями здоровья?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

Анкета для родителей (детей с ОВЗ)

1. Что такое толерантность:

- спокойное и безразличное отношение к людям, чужим мнениям, верованиям, поведению;
- терпимое и уважительное отношение к людям, чужим мнениям, верованиям, поведению;
- непринятие и нетерпимость в отношении других людей, их мнений, верований, поведения.

2. Способны ли Вы понимать и принимать индивидуальность других людей?
- да;
- нет;
- мне безразлично.

3. Как Вы относитесь к другим людям с ограниченными возможностями здоровья?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

4. Если Ваш ребенок отказался помочь нуждающемуся в помощи человеку с ограниченными возможностями здоровья, Ваши действия:
- сделать порицание;
- принять его сторону;
- не отреагировать.

5. Как бы Вы отнеслись к тому, что Ваш ребенок обучался бы в обычном классе общеобразовательной школы?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

6. Как Вы относитесь к дружбе Вашего ребенка с детьми из общеобразовательных школ?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

Анкета для детей (ОВЗ)

Дорогой друг, ты участник проекта «Мир равных возможностей» и мы просим тебя ответить на несколько вопросов!
Благодарим за сотрудничество!

1. Как ты относишься к детям с других школ, которые входят в твою команду?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

2. Общаешься ли ты с ребятами из других школ во время участия в соревнованиях?
- да;
- нет;
- иногда.

3. Помогали ли тебе во время участия в соревнованиях дети из других школ, входящие в твою команду?
- да;
- нет;
- иногда.

4. Есть ли среди твоих друзей, дети из других школ?
- да;
- нет;
- хотелось бы.

5. Хотелось бы тебе еще участвовать в совместных мероприятиях с детьми из других школ?
- да;
- нет;
- не знаю.

Анкета для детей (общеобразовательные школы)

Дорогой друг, ты участник проекта «Мир равных возможностей» и мы просим тебя ответить на несколько вопросов!
Благодарим за сотрудничество!

1. Как ты относишься к детям с других школ, которые входят в твою команду?
- положительно;
- отрицательно;
- безразлично.

2. Общаешься ли ты с ребятами из других школ во время участия в соревнованиях?
- да;
- нет;
- иногда.

3. Оказывал ли ты помощь детям с ограниченными возможностями здоровья во время участия в соревнованиях?
- да;
- нет;
- не решился.

4. Дружишь ли ты с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья ?
- да;
- нет;
- хотелось бы.

5. Хотелось бы тебе еще участвовать в совместных мероприятиях с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья?
- да;
- нет;
- не знаю.

Приложение №4

План реализации экспериментальной площадки на 2012 год

Дата проведения	Место проведения	Наименование мероприятия	Ответственные
январь 2012г.	В учреждениях, входящих в Сеть	Подготовка документации, договоров о сотрудничестве между организациями - членами Сети. Создание творческих групп. Разработка и согласование плана реализации площадки. Проведение обучающего семинара со специалистами «Организация и проведение совместных спортивно-массовых и досуговых мероприятий».	МБОУ ДЮСШ №6
Февраль (в течение месяца)	Образовательные учреждения, входящие в Сеть	Проведение анкетирования по проблеме проекта. Проведение родительских собраний.	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
Февраль 2012 г.	Спортзал МБОУ СОШ №31	Соревнования по дартсу «Меткий стрелок», посвященные Дню Защитника Отечества.	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
март 2012г.	Спортзал МБОУ СОШ №5	Соревнования по баскетболу «Золотая корзина».	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
апрель 2012г.	Актовый зал МБОУ СОШ №31	Конкурс «Мир моих увлечений»	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
май 2012г.	Стадион МБОУ СОШ №31	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню Победы	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
май 2012г.	Тамбов (супермаркет «Улей», м-н Банана-бэби)	Конкурс рисунков «Мы вместе» или «Я радость нахожу в друзьях»	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети

сентябрь 2012 г.	Стадион МБОУ СОШ №31	Соревнования «Веселые старты», посвященные Дню Знаний	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
октябрь 2012г.	МБОУ СОШ №5	Турнир знатоков	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
октябрь 2012г.	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»	Круглый стол «Значение совместной спортивно-массовой и досуговой деятельности в интеграции детей с ограниченными возможностями здоровья в современное общество».	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
ноябрь 2012г.	Бассейн МБОУ ДОД ДЮСШ №6	Соревнования по плаванию «Голубая волна», посвященные Международному Дню инвалида	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети
декабрь 2012г.	ТОГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №2»	Праздник, посвященный Международному Дню инвалида	МБОУ ДЮСШ №6, члены Сети

План реализации экспериментальной площадки на 2013 год

Дата проведения	Место проведения	Наименование мероприятия	Ответственные
Февраль	Стадион ТОГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №2»	Военно-спортивная игра зарница, посвященная Дню защитника Отечества	ТОГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №2», ДЮСШ №6, участники проекта
март	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»	Соревнования «Пионербол»	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения» ДЮСШ №6, участники проекта
апрель	Плавательный бассейн ул. Рылеева, 84	Соревнования по плаванию «Умею плавать»	ДЮСШ №6, участники проекта
апрель	Санаторий «Большая Липовица»	Спортивный марафон	ТОГАУ ДОД «ДЮСАШ», ДЮСШ №6, участники проекта
май	Стадион МАОУ СОШ №31	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню Победы	ДЮСШ №6, участники проекта
июнь	Парк культуры и отдыха	Праздник, посвященный Дню защиты детей	ТРОООБФ «РДФ», ДЮСШ №6, участники проекта
сентябрь	Стадион МАОУ СОШ №31	Соревнования «Веселые старты», посвященные началу учебного года	ДЮСШ №6, участники проекта
октябрь	Спортивный зал МБОУ СОШ №5	Соревнования по баскетболу «Золотая корзина»	МБОУ СОШ №5 ДЮСШ№6, участники проекта
ноябрь	Бассейн ДЮСШ №6	Соревнования по плаванию «Веселый дельфинёнок»	ДЮСШ №6, участники проекта

ноябрь	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»	Круглый стол «Итоги работы экспериментальной площадки за 2013 год»	ДЮСШ №6, участники проекта
декабрь	ТОГАУ ДОД «ДЮСАШ»	Соревнования по игре «Твистер»	ТОГАУДОД «ДЮСАШ», ДЮСШ №6, участники проекта
декабрь	ТОГБОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №2»	Праздник «Учимся жить вместе», посвященный Международному Дню инвалида	ДЮСШ №6, участники проекта

План реализации экспериментальной площадки на 2014 год

Дата проведения	Место проведения	Наименование мероприятия	Ответственные
январь	МАУДО ДЮСШ №6 ул. Рылеева,84	Соревнования по плаванию «Голубая волна»	ДЮСШ №6,участники проекта
Февраль		Соревнования «Меткий стрелок», посвященные Дню защитника Отечества и Паралимпийским Играм в г. Сочи	ДЮСШ №6, СОШ №31, участники проекта
март	СОШ №5	Соревнования «Пионербол», посвященные Паралимпийским Играм в г. Сочи	ДЮСШ№6, СОШ № 5, участники проекта
апрель	ТОГАУ ДОД «ДЮСАШ»	Соревнования по игре в «Твистер»	ТОГАУ ДОД «ДЮСАШ»
май	Стадион СОШ №31	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню Победы	ДЮСШ №6, участники проекта
июнь	Парк культуры и отдыха	Праздник, посвященный Дню защиты детей	ТРОООБФ «РДФ», ДЮСШ№6, участники проекта
сентябрь	Стадион СОШ №31	Соревнования «Веселые старты», посвященные началу учебного года	ДЮСШ №6, участники проекта
октябрь	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»	Соревнования по подвижной игре Охотники и утки» посвященные акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»	ДЮСШ №6, участники проекта
ноябрь	ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»	Круглый стол «Итоги работы экспериментальной площадки »	ДЮСШ №6, Участники проекта
декабрь	ТОГБОУ «Специальная (коррекцион	Праздник «Учимся жить вместе», посвященный Международному Дню	ДЮСШ №6, участники проекта

	ная) общеобразовательная школа-интернат №2»	инвалида	

Приложение №5

ПЛАВАНИЕ
ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА РАЗРАБОТАНА НА ОСНОВАНИИ ПРИКАЗА МИНИСТЕРСТВА СПОРТА РФ от 12 сентября 2013г. № 730

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ 8 ЛЕТ

ТАМБОВ, 2014

УТВЕРЖДЕНО
На заседании педагогического совета

протокол № 1 от 29.08. 2014г.,
приказом № 118 от 01.09.2014г.

Авторы:
Елизарова Надежда Дмитриевна, инструктор-методист МАУДО ДЮСШ №6, Отличник народного просвещения;
Власова Валентина Владимировна, тренер-преподаватель МАУДО ДЮСШ №6

Рецензент:
Бударин Михаил Валерьевич, директор ТОГАУ ДОД «ДЮСАШ»

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка 4-8
1.Учебный план 8-9
2. Методическая часть
2.1. Теоретическая подготовка 10
2.2. Физическая подготовка 11-12
2.3. Этап начальной подготовки 13-14
2.4. Тренировочный этап 15-17
2.5. Техническая подготовка 18
2.6. Тактическая подготовка 19-20
2.7. Психологическая подготовка 20
2.8. Воспитательная работа 21

2.9.Требования к технике безопасности 21-22
2.10. Восстановительные мероприятия 23

2.11. Инструкторская и судейская практика 23-24
3. Система контроля и зачетные требования
3.1. Педагогический контроль 24-25
3.2 Врачебный контроль 26
3.3. Нормативы для зачисления на этапы подготовки и контрольно-переводные нормативы 26-27
4. Информационное обеспечение программы 28-29

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная предпрофессиональная программа «Плавание для детей с ограниченными возможностями здоровья» (далее – Программа) составлена на основании «Закона об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. № 1008, приказа Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 № 730.

Плавание – один из наиболее популярных видов спорта. Благодаря исключительно высокому спортивному, прикладному, оздоровительному и общеразвивающему значению, плавание составляет один из основных разделов социальных программ оздоровления и физического воспитания различных возрастных групп населения.

Хорошо известно большое оздоровительное влияние воды как естественного природного фактора. Систематические занятия плаванием развивают и закаливают организм, усиливают деятельность сердечно - сосудистой и дыхательной систем, активизируют обменные процессы, укрепляют опорно-двигательный аппарат, совершенствуют системы терморегуляции, повышают умственную работоспособность и т.д.

Если для здорового человека занятия плаванием – средство активного развития и телесного самосовершенствования, то для детей с ограниченными возможностями в состоянии здоровья и развития – это одно из основных средств устранения отклонений в их двигательной сфере, полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптации в социуме.

Занятия адаптивным плаванием – это, прежде всего, педагогический процесс по передаче и усвоению накопленного опыта взаимоотношений специалиста и «инвалида – лица, который имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающими необходимость его социальной защиты». Место адаптивного плавания в системе знаний определяется деятельностью специалиста в области использования закономерностей, свойств и явлений взаимоотношений человека и водной среды, обеспечивающего передачу и усвоение теоретических и практических знаний и умений в процессе формирования и совершенствования личности, с целью развития общественной и двигательной активности ребенка-инвалида.

Признание в мире нового развивающего направления – водной реабилитации, как важного средства формирования, развития, восстановления и поддержки здоровья и работоспособности личности, свидетельствует о его большой значимости, особенно в реабилитации детей-инвалидов и их интеграция в общество.

Программа по плаванию детей с ограниченными возможностями здоровья направлена на максимально возможное развитие жизнеспособности детей за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизацию для

максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта и носит в основном оздоровительный характер.

Основные задачи программы:

- формирование и развитие спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
-обучение основам техники движений, формирование жизненно необходимых движений и навыков;
- формирование необходимых знаний, гигиенических навыков;
-воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности, овладение навыками самообслуживания;
-воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к дисциплине, организованности, ответственности за свои поступки, активности и самостоятельности;
- подготовка спортсменов сборной команды Тамбовской области для участия в соревнованиях по плаванию среди инвалидов.

К специальным задачам относятся:

- коррекция основных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей;
- коррекция и развитие физической подготовленности;
- коррекция и профилактика соматических нарушений;
- коррекция и развитие психических и сенсорно - перцептивных способностей;
- развитие познавательной деятельности.

Важным условием выполнения поставленных задач является систематическое проведение практических и теоретических занятий, контрольных упражнений, восстановительных мероприятий, регулярное участие в соревнованиях.

Программа охватывает всю систему подготовки спортсменов (пловцов), а именно:

- теоретическую;
- техническую;
- тактическую;
- общефизическую;
- специальную физическую;
- психологическую;
- соревновательную.

Характеристика плавания.

Плавание - один из самых популярных и массовых видов спорта. Бесспорно, плавание – еще и один из самых полезных видов физической активности. Каждый из видов плавания характеризуется особыми движениями или способами передвижения в водной среде. А способ передвижения в воде определяет технику плавания. Для детей с

ограниченными возможностями здоровья доступны следующие виды плавания:

- оздоровительное;
- игровое;
- спортивное.

Оздоровительное плавание — использование особенностей плавательных движений и нахождения тела в воде в лечебных, профилактических, гигиенических, закаливающих, восстановительных, тонизирующих и др. целях. Способы плавания могут использоваться самые разнообразные — спортивные и самобытные. Оздоровительное плавание имеет минимум ограничений для людей с различными отклонениями в здоровье, по сравнению с другими видами физических упражнений, что связано со специфическими особенностями самого плавания. Во многих случаях плавание рекомендовано врачами и специалистами в качестве восстановительно-реабилитационных мероприятий, коррекции и т. д.

Оздоровительное плавание используется в системе физического воспитания человека на протяжении всей его жизни. Многие оздоровительные центры и лагеря расположены именно на морских побережьях и водоемах.

Игровое плавание — использование всевозможных подвижных игр в условиях водной среды. Игры вызывают большие эмоции, повышают активность, способствуют появлению инициативы, развивают координацию. Разнообразные игры и развлечения широко применяются в оздоровительных лагерях, при организации водных праздников. Одна из таких игр — водное поло — стала олимпийским видом спорта.

Спортивное плавание характеризуется системой специальной подготовки и участием в соревнованиях, которые проходят по определенным правилам. К классическому виду спортивных соревнований относят состязания в бассейнах стандартных размеров (ванны длиной 25 м и 50 м) путем преодоления различных строго регламентированных расстояний (дистанции) за определенное время. Основная задача пловца в спортивном плавании – подготовиться к скоростному преодолению дистанции и показать свой максимально возможный результат на соревнованиях. Саму дистанцию преодолевают различными строго регламентированными правилами соревнований способами.

Способы спортивного плавания: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй.

До сих пор во всех классификациях и правилах вместо кроля на груди упоминается способ вольный стиль, т. е. пловец может плыть любым способом без ограничений и даже менять его по ходу дистанции. Но так как способ кроль на груди является самым быстрым из существующих на сегодня, то пловцы используют именно его.

Тренировочный процесс ведётся в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

На этап начальной подготовки (НП) - зачисляются дети, желающие заниматься плаванием и выполняющие требования по общей физической и специальной подготовке. Срок обучения на этапе начальной подготовки - 3 года.

Задачи на этапе начальной подготовки:
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта плавание;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта плавание.

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на спортивных соревнованиях по плаванию различного уровня;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

Особенности формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах)

Этап подготовки	Период	Год обуче-ния	Оптимальная наполняе-мость группы (человек)	Максимальный объем трениро-вочной нагрузки в неделю	Минимальный возраст зачисления (перевода) в группы
Этап начальной подготовки	3 года	1	12	6	8
		2	12	9	9
		3	10	9	10
Тренировоч-ный этап (этап спортивной специализации)	Начальной специализации	1	9	12	11
		2	8	18	12
	Углубленной специализации	3	8	18	13
		4	6	20	14
		5	6	20	15

Сроки обучения по дополнительным предпрофессиональным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов могут быть увеличены с учетом особенностей их психофизического развития в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.
Занятия в группах обучающихся с ограниченными возможностями здоровья могут быть организованы как в отдельных группах, так и со здоровыми детьми.

1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

В процессе многолетней тренировки чрезвычайно важна рациональная система применения тренировочных и соревновательных нагрузок. Она строится на основе следующих методических положений:
- увеличение темпов роста нагрузок от этапа начальной спортивной специализации на последующих этапах;
- соответствие уровня тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню подготовленности юных спортсменов;
- учет закономерностей развития и взаимосвязи различных систем растущего организма спортсмена.

В данном учебном плане часы распределены не только по годам и этапам обучения, но и по времени на основные предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка (общая и специальная), избранный вид спорта (технико-тактическая подготовка, психологическая подготовка, инструкторская и судейская практика, восстановительные мероприятия и медицинское обследование, участие в соревнованиях, итоговая и промежуточная аттестация), другие виды спорта и подвижные игры.

Непрерывность освоения учащимися Программы в каникулярный период обеспечивается следующим образом:
- в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях (центрах), а также в спортивно-образовательных центрах;
- участие учащихся в тренировочных сборах, проводимых образовательными организациями и иными физкультурно-спортивными организациями;
- самостоятельная работа учащихся по индивидуальным планам подготовки.

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся, графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности.

2. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ

Методическая часть учебной программы включает учебный материал по основным предметным областям, его распределение по годам обучения и в годовом цикле; рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и планирование спортивных результатов по годам обучения; а

также содержит практические материалы и методические рекомендации по проведению тренировочных занятий.

2.1.ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Цель и основное содержание данной предметной области Программы определяются необходимостью приобретения обучающимися определенного минимума знаний для понимания сущности спорта, тренировочного процесса и требований для безопасного его осуществления.

Рекомендуемый перечень тематических разделов и объемы программного материала по теоретической подготовке спортсменов на этапах многолетней подготовки:

- история развития плавания;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила соревнований по плаванию, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по плаванию);
- общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями;
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- требования техники безопасности при занятиях плаванием.

Особое внимание в теоретической подготовке должно быть уделено методике тренировки в плавании. Важно, чтобы пловцы знали средства и методы развития силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости, применительно к своей специализации; умело воспитывали в себе волевые и моральные качества; понимали роль спортивных соревнований; хорошо знали правила участия в них и особенностях непосредственных к ним подготовок; умели анализировать учебно-тренировочный процесс и результаты соревнований; Теоретические знания по всем этим пунктам обучающиеся приобретают на лекциях, в беседах, в объяснениях на учебно-тренировочных занятиях.

2.2. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Одно из основных условий достижения высоких результатов - единство общей и специальной физической подготовки спортсмена, а также их рациональное соотношение. *Принцип неразрывности* ОФП и СФП: ни одну из них нельзя исключить из содержания тренировки без ущерба для достижения высокого спортивного результата.

Существует необходимость соблюдения оптимального соотношения СФП и ОФП на любом этапе спортивной подготовки.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Средства общей физической подготовленности.

Средствами общей физической подготовки занимающихся плаванием являются разнообразные общеразвивающие упражнения. В группах начальной подготовки и учебно-тренировочных в большом объеме должны применяться различные упражнения, воспитывающие гибкость, ловкость, силу, подвижность в суставах (наклоны, сгибания, разгибания, вращения, махи), с отягощениями и без отягощений, на месте и в движении, индивидуально, с партнером и в группе.

Упражнения со снарядами (скакалки, гантели, набивные мячи, мешки с песком, гири и др.) и на снарядах (гимнастической стенке, скамейке, перекладине, кольцах др.), с использованием тренажерных устройств и технических средств. Всевозможные прыжки и прыжковые упражнения.

Общеразвивающие упражнения

На суше:

- строевые упражнения (расчет, повороты и полуобороты на месте и в движении;
- построение и перестроение в одну, несколько шеренг или колонн);
- ходьба и бег (ходьба на месте, переход с шага на бег и наоборот, остановка во время движения шагом и бегом, изменение скорости движения, ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах стопы, ходьба с высоким поднимание бедра, выпадами, в полуприседе, приставными и скрестными шагами, ходьба с изменением темпа и направления движения, характера работы рук, бег на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад, на прямых ногах, скрестным шагом);
- общеразвивающие упражнения без предметов: а)для рук и плечевого пояса (отведение, приведение, сгибание, разгибание, круговые движения в плечевом, локтевом, лучезапястном суставах, в различных исходных положениях, на месте и в движении и др.); б) для мышц туловища (наклоны в различные стороны, повороты, круговые движения из различных и.п., с различным положением рук и ног); в)для мышц ног (махи вперед-назад, в стороны из различных и.п., выпады вперед и в стороны, приседания на одной и обеих ногах, подскоки в выпаде и в приседе, прыжки на двух ногах, с ноги на ногу, на месте и с продвижением, скрестные прыжки на месте и с продвижением);
- общеразвивающие упражнения с предметами: а)с короткой и длинной скакалкой (прыжки на одной, двух ногах, с вращением скакалки вперед-назад, в приседе и в полуприседе, на месте и с продвижением); б) с гимнастической палкой (наклоны и повороты из различных и.п., перешагивание и перепрыгивание, выкруты и круги);

- общеразвивающие упражнения с отягощениями: гантели, гири, мешки с песком, штанга, наклоны вперед, назад, повороты в стороны, подъемы, вращения из различных и.п..

В воде:

- совершенствование техники всех способов плавания, тренировочные упражнения в комплексном плавании, подвижные игры, элементы водного поло прыжки вводу, ныряния.

Специальная физическая подготовка (СФП)

Специальная физическая подготовка - это процесс развития двигательных способностей и комплексных качеств, отвечающих специфическим требованиям соревновательной деятельности в плавании. СФП включает воздействия на те мышечные группы, системы организма и механизмы энергообеспечения, которые определяют успех на конкретной плавательной дистанции. Основными средствами СФП являются соревновательные и различные специальные и специально-подготовительные упражнения.

Одно из основных условий достижения высоких результатов – единство общей и специальной физической подготовки спортсмена, а также их рациональное соотношение.

Существует необходимость соблюдения оптимального соотношения СФП и ОФП на любом этапе спортивной подготовки, который должен приближаться к 40-50%.

Средства специальной физической подготовки

На суше: упражнения для увеличения силы мышц, несущих основную нагрузку при плавании; для развития специальной гибкости, необходимой для совершенного овладения основным способом плавания и повышения функциональной подготовленности в упражнениях, которые идентичны главным тренировочным упражнениям в воде (например, бег 10х400 м и плавание 10х100 м с одним и тем же интервалом отдыха).

В воде эти упражнения классифицируют по длине составных частей, способу выполнения (с помощью рук, ног или в координации) и условиям проведения (на тренировках или соревнованиях)

2.3. ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Этап начальной подготовки – один из наиболее важных, поскольку именно на этом этапе закладывается основа дальнейшего овладения спортивным мастерством. Задачи Программы решаются такие же как и у здоровых детей. Группа специальных задач включает: оздоровительные задачи, коррекционные, совершенствование психических функций. Двигательные навыки у юных спортсменов должны формироваться

параллельно с развитием физических качеств, необходимых для занятий плаванием. Большое значение при обучении плаванию имеют подвижные игры на воде («Нырки», «Водолазы», «Слалом», «Буксиры» и др.).

1-й учебный год условно можно разбить на 2 полугодия. В первом полугодии проводится освоение с водой и обучение технике плавания кролем на груди и на спине.

Упражнения для освоения с водой можно разделить на пять подгрупп: упражнения для ознакомления с плотностью и сопротивлением воды; погружения в воду с головой, подныривания и открывания глаз в воде; всплывания и лежания на воде; выдохи в воду; скольжения. Упражнения для освоения с водой служат основным учебным материалом на первых занятиях плаванием, а также для проведения игр и развлечений на воде.

Освоение с водой происходит одновременно с изучением простейших упражнений, которые являются элементами техники спортивных способов плавания. Особое внимание уделяется упражнениям в скольжении, которые содействуют выработке равновесия, горизонтального положения тела, улучшению обтекаемости тела при плавании, тренируют умение занимающихся напрягать мышцы туловища и вытягиваться вперёд, увеличивая длину скольжения.

Одним из средств освоения с водой служат также прыжки в воду (глубина воды доходит до уровня пояса или груди занимающихся). Прыжки воспитывают у занимающихся смелость и уверенность, вносят оживление в занятия плаванием.

Во втором полугодии учебно-тренировочные занятия планируются таким образом, что 60% от общего объёма нагрузки проплывается кролем на груди и на спине. Остальные 40% общего объёма плавания целиком посвящаются изучению техники плавания дельфином и брассом и совершенствования в ней.

Дети, хорошо освоившие технику, имеющие хорошее продвижение от каждого гребка, умеющие лежать на воде и скользить по воде, желающие продолжать занятия плаванием, переводятся в группы начальной подготовки 2-го года обучения.

2-й и 3-й годы обучения.

Занятия в бассейне в основном направлены на совершенствование техники спортивных способов плавания, стартов и поворотов. Среди средств подготовки по-прежнему широко используются тренировочные задания, применявшиеся ранее, в том числе игры и развлечения на воде, прыжки в воду. Постепенно, начиная со 2-го полугодия 2-го года обучения, начинают всё шире использоваться упражнения начальной спортивной тренировки.

В содержание занятий входят: плавание всеми способами, разнообразные упражнения, с различным положением рук, с помощью одних ног или рук, с дыханием на 3, 5, 7, гребков и т.п. Изучаются повороты «кувырок» и «маятник», открытый и закрытый на спине. Используются дистанции до 400м одним способом или комплексным плаванием, в

полной координации и на ногах; дельфином - не более 100м. Типичные тренировочные серии для групп начальной подготовки 2-го года обучения: 2-3 х 200м, 4-6 х 100м, 6-8 х 50м, чередуя способы и темп; 4-6 х 25м. Для групп начальной подготовки 3-го года обучения: 3-4 х 200м, 6х8 х 100м, 8-10 х 50м, чередуя способы и темп; 4-8 х 25м.

Тренировочные нагрузки спортсменов в циклических видах спорта принято разделять на 5 зон преимущественной направленности тренировочного воздействия. Основным критерием для разграничения нагрузки является относительная мощность выполняемого упражнения, выраженного в условных единицах. Дополнительно используют биохимические и физиологические параметры, в частности уровень молочной кислоты в крови, частоту пульса и др.

Нагрузки 1-ой зоны носят чисто аэробную направленность, находятся ниже порога анаэробного обмена. Работа в этой зоне может выполняться длительное время, так как её интенсивность невелика.

Нагрузки 2-ой зоны носят преимущественно аэробную направленность, находятся примерно на уровне порога анаэробного обмена или немного выше. Средняя продолжительность предельной непрерывной работы находится в пределах от 15 до 30 мин.

Нагрузки 3-ей зоны требуют максимального напряжения аэробных возможностей при высоком уровне производительности анаэробного гликолитического процесса. Продолжительность работы от 4 до 15 мин.

Упражнения с длительностью работы от 0,5 до 4,5 мин. главным образом выполняются за счёт анаэробного гликолиза, причём до 1 мин. ведущим фактором является его мощность (скорость накопления молочной кислоты), свыше – ёмкость (общее количество накопленного лактата). Такие нагрузки относятся к 4-ей зоне выносливости.

Упражнения 5-ой зоны могут применяться для развития скоростных качеств (однократное и повторное проплывание отрезков 10, 15, 25 м.) и скоростной выносливости. Частота пульса для этой зоны как правило, не учитывается.

2.4. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП

Основными задачами подготовки на этом этапе являются:

- освоение и совершенствование техники всех способов плавания;
- планомерное повышение уровня общей и специальной физической подготовленности; гармоничное совершенствование основных физических качеств с акцентом на развитие аэробной выносливости:
- формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке, начало интеллектуальной, психологической и тактической подготовки;
- к концу этапа – определение предрасположенности к спринтерским или стайерским дистанциям;
- воспитание физических, морально- этических и волевых качеств.

Продолжительность этапа - 5 лет. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения обучающимися контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке и выполнения квалификационных разрядных требований.
В целом этот этап считается наиболее важным для развития аэробных потенций юных спортсменов. Для него характерно прогрессирующее увеличение общего объёма плавательной подготовки, а также широкое использование средств ОФП.

На учебно-тренировочном этапе годичный цикл подготовки включает в себя подготовительный соревновательный и переходный периоды. При планировании годичных циклов для учебно-тренировочных групп в подготовительном периоде средствами ОФП решаются задачи дальнейшего повышения уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности и на этой базе повышение уровня специальной физической работоспособности.

Учебно-тренировочная группа 1-го года обучения.

Основные задачи подготовки:

- совершенствование техники всех способов плавания, стартов и поворотов;
- формирование правильного навыка техники плавательных движений, которые непосредственно не связаны с физическими качествами (движения головы, туловища, подготовительные движения и др.);
- развитие быстроты выполнения движений на стартовый сигнал, высокого темпа движений ногами в кроле на груди и на спине при облегчённых условиях их движений;
- развитие силовых возможностей путём преодоления относительно небольшого (20-30% от максимального) сопротивления.

Основной особенностью занятий является доступность учебного материала для пловцов разного уровня подготовленности, приступивших к занятиям в учебно-тренировочных группах. Занятия на воде направлены на совершенствование техники четырёх спортивных способов плавания, стартов и поворотов, постепенное увеличение длины дистанций, проплываемых каждым способом без ошибок. Это должно привести всю группу к тому уровню подготовленности, который позволяет коллективно выполнять основные тренировочные серии в заданных временных режимах.

Учебно-тренировочная группа 2-го года обучения.

Основные задачи подготовки:

- совершенствование техники всех способов плавания, стартов и поворотов (в том числе с учётом индивидуальных особенностей);
- формирование правильного навыка техники плавательных движений, которые непосредственно не связаны с физическими качествами (движения головы, туловища, подготовительные движения и др.);

- развитие скоростно-силовых возможностей путём преодоления относительно небольшого (20-30% от максимального) сопротивления;
- выявление склонностей к спринтерскому плаванию.

В учебно-тренировочных группах 2-го года подготовки постепенно повышается плотность занятий, увеличивается длина проплываемых тренировочных дистанций и количество повторений в сериях. Основу плавательной подготовки продолжает составлять работа над техникой четырёх спортивных способов плавания, стартов и поворотов, повышение точности и экономичности движений, воспитание базовой выносливости. Начиная с этой группы в тренировке юных пловцов может широко использоваться «гипоксическая» тренировка с дыханием через 3, 5 и 7 циклов.

Учебно-тренировочная группа 3-го года обучения.

Основные задачи подготовки:
- развитие аэробной выносливости и повышение уровня общей работоспособности посредством выполнения продолжительных плавательных упражнений во 2-ой зоне интенсивности;
- формирование движений, свойственных пловцам высокого класса, не связанных с проявлением специфической силы;
- выявление предрасположенности к спринтерской или стайерской специализации;
- формирование экономичности, лёгкости и вариантности движений в основных способах плавания.

Главными структурными блоками тренировки являются втягивающие и общеподготовительные мезоциклы. Рекомендуется применение соревновательных мезоциклов в свёрнутом виде – до трёх недель в конце каждого большого цикла подготовки. Разносторонний характер физической подготовки юных пловцов на суше и плавательной подготовки стимулируется соответствующими контрольными нормативами, а также программой соревнований (многоборный характер соревнований, включение стайерских дистанций от 800 до 3000 метров – прежде всего на внутришкольных соревнованиях).

Учебно-тренировочная группа 4-го года обучения.

Основные задачи подготовки:
- развитие выносливости посредством плавательных упражнений во 2-й и 3-й зонах интенсивности;
- развитие силовой выносливости, максимальной силы с помощью специальных упражнений;
- совершенствование техники избранного и дополнительного способа плавания, стартов и поворотов, отработка отдельных элементов движений (траекторий, углов сгибания в суставах, ускорений и других), свойственных взрослым квалифицированным спортсменам;
- развитие скоростных качеств на дистанциях 25 и 50 метров

На данном этапе в большой степени увеличивается объем средств силовой подготовки и специальной выносливости.

Учебно-тренировочная группа 5-го года обучения.

Основные задачи подготовки:

- изучение двигательных действий в спортивных способах плавания, стартах и поворотах, свойственных пловцам высшей квалификации;
- развитие скоростных качеств на дистанциях 25 и 50 метров;
- выбор узкой специализации;
- развитие адаптационных возможностей посредством применения отдельных тренировочных занятий с большими нагрузками;
- воспитание бойцовских качеств и умений тактической борьбы на основной дистанции.

В учебно-тренировочных группах 5-го года обучения происходит окончательный выбор спортивной специализации, подготовка пловцов чётко дифференцируется в зависимости от предрасположенности к спринту, средним или длинным дистанциям. Более того, планирование подготовки даже для спортсменов одной специализации начинает принимать всё более индивидуальный характер.

Ведущей общей тенденцией является быстрый рост объёмов тренировочной работы на уровне МПК (3-я зона, смешанная аэробно-анаэробная направленность работы). К концу этапа значительно увеличиваются нагрузки в гликолитическом анаэробном режиме.

2.5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тренировочные занятия по технической подготовке способствуют совершенствованию техники всех способов плавания, стартов и поворотов, формируют правильный навык техники плавательных движений, которые непосредственно не связаны с физическими качествами (движения туловища, головы, подготовительные движения и др.)

Техника изучается раздельно в следующем порядке: 1) положение тела; 2) дыхание; 3) движения ногами; 4) движения руками; 5) общее согласование движений. Каждый элемент техники плавания изучается в следующем порядке:

1. Ознакомление с движением на суше – проводится в общих чертах, без отработки деталей, поскольку условия выполнения одного и того же движения на суше и в воде различны.
2. Изучение движения в воде с неподвижной опорой. При изучении движений ногами в качестве опоры используется бортик бассейна или дно, движения руками изучаются, стоя на дне по грудь или пояс в воде.
3. Изучение движения в воде с подвижной опорой. При изучении движений ногами широко применяют плавательные доски; движения руками изучаются во время медленной ходьбы по дну бассейна.
4. Изучение движения в воде без опоры. Все упражнения этой группы выполняются в скольжении и плавании.

Техника кроля на груди и на спине предъявляет повышенные требования к подвижности в плечевых и голеностопных суставах (подошвенное сгибание), а также к силовым качествам мышц плечевого пояса, участвующих в гребковых движениях.

На этапе закрепления и совершенствования техники плавания ведущее значение приобретает метод целостного выполнения техники. Поэтому на каждом занятии соотношение плавания в полной координации и плавания по элементам должно быть 1:1. Совершенствование техники плавания проводится с обязательным изменением условий выполнения движений.

С этой целью применяются следующие варианты плавания:

- поочерёдное проплывание длинных и коротких отрезков (например, плавание вдоль и поперёк бассейна);
- проплывание отрезков на наименьшее количество гребков;
- чередование плавания в облегчённых и в усложнённых условиях в заданном темпе.

Когда занимающиеся освоят технику плавания каким-либо способом и смогут проплыть 20 метров и более, следует начинать изучение техники поворотов. Сначала изучается техника простых поворотов, которая является основой для дальнейшего овладения более сложными скоростными вариантами. Элементы поворота разучиваются в последовательности: скольжение и первые гребковые движения; отталкивание; группировка, вращение и постановка ног на щит; подплывание к поворотному щиту и касание его рукой. Затем поворот выполняется в целостном виде.

2.6. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тактическая подготовленность пловца определяется уровнем знаний, умений и способностей спортсмена, обеспечивающих рациональное использование его физической, технической, морально-волевой и интеллектуальной подготовленности для достижения цели, поставленной в соревновании.

Тактическая деятельность спортсмена складывается из решения серии задач, направленных на достижение цели в конкретном соревновании. Для спортивного плавания характерны следующие цели:

1. Показать оптимальный для себя результат. Целью может являться как наивысший результат, так и результат, обеспечивающий выход в полуфинал, финал, или выигрыш заплыва, что позволяет пловцу сохранить силы для дальнейшей борьбы.
2. Выиграть заплыв независимо от того, какой результат покажет пловец (обычно ставится в финальных заплывах; при системе командного зачёта по уровню мест, занятых спортсменами).

По динамике скорости проплывания отрезков дистанции относительно средней скорости можно выделить следующие основные тактические варианты проплывания соревновательных дистанций без учёта действий соперников:

- относительно быстрое начало дистанции;
- относительно равномерное проплывание дистанции;
- относительно медленное начало дистанции.

Все три варианта могут быть использованы спортсменами с целью показать высший результат. Вариант относительно быстрого начала характерен для пловцов, обладающих большими скоростными возможностями, а вариант с относительно равномерным проплыванием и вариант с относительно медленным началом дистанции характерны для пловцов, обладающих большей выносливостью.

Основными вариантами проплывания дистанций с учётом действий соперников являются лидирование и стерегущая тактика.

Лидирование как тактический вариант преодоления дистанции применяется уверенными в своих силах пловцами с целью выиграть заплыв независимо от уровня результата. В этом случае пловец после старта занимает лидирующее положение и не даёт соперникам возможности выйти вперёд на протяжении всего заплыва.

Стерегущая тактика применяется спортсменами с целью выиграть заплыв. Данный вариант характерен для пловцов, умеющих хорошо финишировать.

Средства и методы тактической подготовки

Основными практическими средствами тактической подготовки являются тактически ориентированные тренировочные и соревновательные упражнения. Тактическая ориентация упражнений задаётся методическими

указаниями на изменение скорости, сочетаний темпа и длины шага, установками на решение тактических задач.

Основой тактической подготовленности пловца является его рациональное поведение во время соревнований. Поэтому во время прикидок и соревнований спортсмен должен быть ориентирован не только на грамотное преодоление дистанций, но и на определение индивидуального стиля подготовки к старту (индивидуализация: разминки, взаимодействия с соперниками, поведения между разминкой и стартом, методов саморегуляции состояния).

2.7. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Психологическая подготовка спортсмена-пловца складывается из совершенствования процессов, связанных с его познавательной деятельностью и эмоциями, регуляции нервно-психического и стартового состояния.

К числу психических процессов, обеспечивающих познавательную деятельность человека, относятся ощущения, восприятия, представления, мышление, память и внимание. В спортивном плавании особую роль играют зрительные, тактильные (осязательные), температурные и кинестетические (мышечные) ощущения, а также ощущение равновесия. Все они лежат в основе формирования специализированных восприятий — чувства воды, гребка, темпа, скорости, дистанции. Эти восприятия очень сложны и взаимосвязанны: чувство воды создает предпосылки для освоения чувства гребка и темпа, без которых не может быть чувства скорости продвижения, а последнее, в свою очередь, способствует формированию чувства дистанции, т. е. умения спортсмена правильно распределять свои силы на любой из преодолеваемых на тренировке или в соревнованиях дистанций.

В результате ощущения и восприятия каких-либо предметов или явлений у человека формируются представления. Они, как и восприятия, имеют наглядный характер, но менее отчетливы и легко изменчивы. В спорте мысленное выполнение каких-либо движений или их элементов является идеомоторной тренировкой, лежащей в основе практического выполнения воображаемых действий и способствующей улучшению их быстроты, силы и точности. Пловец всегда должен совершенствовать и осмысливать представления о форме и характере своих движений на суше и в воде, о соотношении в них напряжений и расслаблений, о распределении сил в тренировочных упражнениях или во время соревнования и о многом другом. Различают следующие основные виды мышления спортсмена: теоретическое, образное, практическое и тактическое. Для развития теоретического мышления пловцу необходимо совершенствовать свои знания по анатомии и физиологии, биомеханике и другим смежным дисциплинам, разбираться в вопросах техники и методики тренировки.

2.8. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Главной задачей в занятиях с юными пловцами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании играет непосредственно спортивная деятельность. В процессе тренировочных занятий у спортсменов воспитывается гуманное отношение к другому человеку, коллективу, формируется личность спортсмена и межличностные отношения. Дается установка на тренировочную деятельность через формирование положительной мотивации к занятиям плаванием, прививается устойчивый интерес к систематическим занятиям спортом, формируется потребность в здоровом образе жизни.

Большое внимание в воспитательной работе необходимо уделять формированию понятия «спортивная честь», воспитывать смелость и выдержку, настойчивость и решительность.

Ведущее место в формировании нравственного сознания юных спортсменов принадлежит методам убеждения и методам поощрения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным и подкрепляться ссылками на конкретные данные и на опыт самого занимающегося. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

Одним из методов воспитания является дисциплинарное взыскание, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий обучающегося. Виды взысканий разнообразны: замечание, устный выговор, разбор поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий, соревнований.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности спортсмена. В спортивном коллективе проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными соперниками.

Воспитание волевых качеств – одна из важнейших задач в деятельности тренера-преподавателя. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемых в процессе тренировочных занятий и соревнований.

2.9.ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ

Плохая организация и неумелое проведение занятий по плаванию могут привести к травмам и несчастным случаям, которые нередко заканчиваются тяжелыми последствиями, а иногда и смертью пострадавшего. Поэтому администрация, которой принадлежат места для занятий плаванием, обязана принимать меры по соблюдению установленных правил безопасности.

1. Проведение занятий по плаванию разрешается только дипломированным

специалистам либо инструкторам, прошедшим соответствующую подготовку и имеющим документ о допуске к работе.
2. Тренер- преподаватель обязан своевременно познакомить занимающихся с правилами внутреннего распорядка в бассейне, он же несет ответственность за все несчастные случаи в его группе.
3.В расписании занятий плаванием должны указываться фамилии всех работающих тренеров- преподавателей. Замена одного тренера-преподавателя другим для ведения занятия в его группе без согласования с администрацией школы категорически запрещается.
4. Правила организации занятий: группа пропускается в разминочный зал и в душевую бассейна только в присутствии тренера-преподавателя; тренеры-преподаватели обеспечивают организованный выход группы из душевой в помещение ванны; занятие начинается с переклички группы в строю (или с ее расчета), опоздавшие в бассейн не допускаются; очередная группа входит в ванну бассейна только после того, как предыдущая группа полностью покинет ее; выход занимающегося из бассейна до конца занятия разрешается только с разрешения тренера-преподавателя. воды; каждое занятие прекращается по команде тренера-преподавателя, который руководит выходом всей группы из воды, проводит заключительное построение и перекличку, направляет занимающихся в душ и контролирует их уход из раздевалки; тренерам-преподавателям категорически запрещается оставлять в бассейне без надзора свою группу или отдельных пловцов.
5. Обо всех травмах, несчастных случаях и авариях тренер-преподаватель немедленно докладывает администрации школы.
6. Обслуживающему персоналу (ночным дежурным, слесарям, операторам хлораторной установки, уборщицам, работникам медицинского кабинета и др.) категорически запрещается безнадзорное купание в бассейне.
7. Проведение занятий в бассейне разрешается только при наличии спасательного инвентаря (шестов, кругов и др.) и дежурстве медицинского персонала.

2.10. ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Величина тренировочных нагрузок и повышение уровня тренированности зависит от темпов восстановительных процессов в организме спортсменов. Средства восстановления подразделяются на 3 типа:
- педагогические;
- медико-биологические;
- психологические.

Факторы педагогического воздействия:
- рациональное сочетание тренировочных средств разной направленности;
- правильное сочетание нагрузки и отдыха, как в тренировочном занятии, так и в целостном тренировочном процессе;
- выбор оптимальных интервалов и видов отдыха;

- оптимальное использование средств переключения видов спортивной деятельность;
- полноценные разминки и заключительные части тренировочных занятий;
- повышение эмоционального фона тренировочных занятий;
- эффективная индивидуализация тренировочных воздействий и средств восстановления;
- соблюдение режима дня, предусматривающего определённое время для тренировок.

Медико-биологические средства восстановления*:* витаминизация, физиотерапия, гидротерапия, все виды массажа, русская парная баня и сауна. Все перечисленные средства восстановления должны быть назначены и постоянно контролироваться врачом.

Психологические методы восстановления:
- психорегулирующие тренировки, разнообразный досуг, комфортабельные условия быта;
- создание положительного эмоционального фона во время отдыха, цветовые и музыкальные воздействия.
- высокие и значимые для спортсмена промежуточные цели тренировки и точное их достижение.

Методические рекомендации:
Постоянное применение одного и того же средства восстановления уменьшает восстановительный эффект, т.к. организм адаптируется к средствам локального воздействия. К средствам общего воздействия (парная баня, сауна в сочетании с водными процедурами, общий ручной массаж, плавание и др.)
Адаптация организма происходит постепенно. В этой связи использование комплекса дает больший эффект. При составлении восстановительных комплексов следует помнить, что вначале надо применять средства общего воздействия, а затем- локального.
При подборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок.

2.11.ИНСТРУКТОРСКАЯ И СУДЕЙСКАЯ ПРАКТИКА

Одной из задач ДЮСШ является подготовка обучающихся к роли помощника тренера, инструкторов и их участие в организации и проведении массовых спортивных соревнований в качестве судей. Решение этих задач начинается в учебно-тренировочных группах. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, практических занятий.
Обучающиеся должны овладеть терминологией принятой в плавании и командным языком для построения, отдачи рапорта; овладеть основными методами построения тренировочного занятия: разминка, основная и

заключительная часть. Во время проведения занятий необходимо развивать способность обучающихся наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими спортсменами, находить ошибки и уметь их исправлять. Занимающиеся должны научиться вместе с тренером-преподавателем проводить разминку, участвовать в судействе. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения учащихся к выполнению отдельных судейских обязанностей (проведение тестирования новичков, помощника судьи по награждению, помощника стартера, помощника судьи на финише), ведения протокола соревнований, составления полуфинальных и финальных забегов. На тренировочном этапе учащиеся обучаются самостоятельному ведению дневника.

3. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Осуществление комплексного контроля тренировочного процесса и уровня спортивной подготовленности обучающихся на всех этапах является обязательным разделом Программы.

Цель контроля – в соответствии с Программой обеспечить оптимальность воздействия тренировочных и соревновательных нагрузок на организм занимающихся при планомерном повышении уровня их специальной подготовленности по годам в зависимости от целевой направленности этапа подготовки.

Текущий контроль успеваемости, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся являются неотъемлемой частью образовательного процесса, так как позволяют оценить реальную результативность учебно-тренировочной деятельности.

Текущий контроль успеваемости – оценка качества усвоения содержания разделов Программы, выполнение тренировочных заданий обучающимися по результатам проверки. Формы текущего контроля успеваемости выбирает тренер-преподаватель с учетом контингента обучающихся и содержания тренировочных заданий.

Промежуточная аттестация для перевода на следующий этап (период) осуществляется один раз в год. Срок проведения май-июнь текущего года.

Форма промежуточной аттестации – сдача контрольно-переводных нормативов. Итоги промежуточной аттестации обучающихся отражаются в протоколе сдачи контрольно-переводных нормативов, который является одним из отчетных документов и хранится в Учреждении. По итогам промежуточной аттестации издается приказ о переводе на следующий этап (период) обучающихся, сдавших контрольно-переводные нормативы. Обучающиеся не сдавшие контрольно-переводные нормативы по болезни или другой уважительной причине, могут быть оставлены на прежнем этапе (периоде) подготовки или решением педагогического совета переведены на следующий этап (период) подготовки.

Итоговой аттестацией завершается освоение предпрофессиональной образовательной Программы Форма итоговой аттестации:
1. Сдача контрольных тестов по общей и специальной физической подготовке.
2. Спортивная квалификация обучающихся определяется по виду спорта Единой Всероссийской спортивной квалификации.
по завершению сдачи итоговой аттестации обучающимся выдается свидетельсьво об усвоении Программы.

3.1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ

Контроль физической подготовленности пловцов в ДЮСШ направлен на изучебние показателей их физической подготовленности по стандартизированным тестам на основании утвержденного графика. При планировании контрольных испытаний по физической и специальной подготовке рекомендуется следующий порядок: в первый день – испытание на скорость, во второй день- на силу и выносливость.
В соревновательной деятельности педагогический контроль технико-тактической подготовленности проводится по показателям: активность, результативность атакующих и защитных действий, вариативность технико-тактических действий.
Определение социально-психологических показателей. Психическое состояние – один из наиболее подвижных компонентов пловцов. Диагностика этих состояний помогает прогнозировать поведение в экстримальных ситуайиях, в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности и позволяет выявить у обучающихся определенные психические состояния: тревожность, боевую готовность, статовую «апатию», «предстартовую лихорадку» и другие состояния.
Личностно-характерологические особенности пловца необходимы при планировании индивидуального стиля деятельности обучающихся, который должен соответствовать свойствам нервной системы, темпераменту, характеру конкретного спортсмена. Совместная спортивная деятельность спортсменов невозможна без общения между членами спортивного коллектива, базирующегося на двигательной и психомоторной деятельности. Определение социально-психологических показателей в коллективе изучается по предрасположенности у них к конфликтному поведению.

3.2 ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ

Врачебный контроль в спортивной деятельности имеет различные функции: медицинские осмотры пловцов перед участием в соревнованиях; после перенесенной болезни или травмы; врачебно-педагогическое наблюдение с использование дополнительных нагрузок; спортивную ориентацию и отбор; контроль за питанием и использование восстановительных мероприятий и другое.

Контроль за состоянием здоровья обучающихся проводится в начале и конце учебного года. Цель медицинского обследования – всесторонняя диагностика и оценка уровня здоровья и функционального состояния спортсмена, назначение необходимых лечебно-профилактических, восстановительных и реабилитационных мероприятий.
Врачебный контроль за юными спортсменами предусматривает:
1) углубленное медицинское обследование;
2) медицинское обследование перед соревнованиями;
3) врачебно-педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий;
4) санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок, соревнований;
5) контроль за выполнением юными спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.

3.3. НОРМАТИВЫ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ И КОНТРОЛЬНО-ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ

Обучающимся в группах начальной подготовки необходимо выполнить 4 контрольных упражнения по общей и специальной физической подготовке. Дети, прошедшие обучение в группах начальной подготовки 3-го года и успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы переводятся на тренировочный этап подготовки. Нормативы для групп начальной подготовки 3-го года обучения являются приёмными для зачисления в тренировочные группы.

Нормативы по общей и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки

Контрольное упражнение	Юноши			Девушки		
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
Бросок набивного мяча (1 кг), не менее	3,8 м	3,9 м	3,9 м	3,3 м	3,4 м	3,4 м
Челночный бег 3 х 10 м, не более	10,4 с	10,2 с	9,9 с	11.2 с	10,8 с	10,4 с
Выкрут прямых рук вперед-назад	+	+	+	+	+	+
Наклон вперед, стоя на возвышении	+	+	+	+	+	+

Обучающимся в тренировочных группах необходимо выполнить 4 контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке и проплыть технически правильно дистанцию 100 метров (тренировочные группы 1,2 и 3-го годов обучения) или 200 метров (тренировочные группы 4 и 5-го годов обучения) комплексным плаванием.

Нормативы по общей и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе

Контрольное упражнение	Юноши					Девушки				
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Бросок набивного мяча (1 кг), не менее	4,0 м	4,2 м	4,4 м	4,6 м	4,8 м	3,5 м	3,7 м	3,9 м	4,1 м	4,3 м
Челночный бег 3 х 10 м, не более	9,5 с	9,3 с	9,1 с	8,9 с	8,7 с	10,0 с	9,9 с	9,8 с	9,7 с	9,6 с
Выкрут прямых рук вперед-назад, не более	70 см	70 см	60 см	60 см	55 см	70 см	70 см	60 см	60 см	55 см
Наклон вперед, стоя на возвышении	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Обязательная техническая программа	100 м. компл. плавание			200 м. компл. плавание		100 м. компл. плавание			200 м. компл. плавание	

4. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

СПИСОК ЛИТНРАТУРЫ

1. Антонюк С.Д. Адаптивная составляющая современной системы дополнительного образования: учебно-методическое пособие / С.Д. Антонюк, Л.Н. Макарова. – Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2003. – 91 с.
2. Веневцев С.И. Адаптивный спорт для лиц с нарушением интеллекта: метод. пособие / С.И. Веневцев. – 2-е изд., доп. и испр. – М.: Сов. спорт, 2004. – 96 с.
3. Дмитриев А.А. Место и роль физической культуры и спорта в комплексной реабилитации умственно отсталых детей: сб. материалов по физической культуре и спорту инвалидов / В.С. Дмитриев, Г.Н. Семаева, Е.В. Киселева. – Махачкала, 1993. – С. 44-70.
4. Зайцева В.Н. Коррекционное значение плавания в процессе физического воспитания глухих школьников младших классов: Автореф. ...канд. пед. наук. - М. -1987. - 25с.
5. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Сов. спорт, 2000. – 240 с.
6. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / под общ. ред. Л.В. Шапковой. – М.: Сов. спорт, 2002. – 212 с.
7. Булгакова Н.Ж. Спортивное плавание. - М.: ФОН, 1996.
8. Булгакова Н.Ж. Плавание. - М.: Физкультура и спорт, 2001.
9. Власова Т.А., Певзнер М.С. о детях с отклонениями в развитии. 2-е изд., испр. и доп. М.: Просвещение, 1973.
10. Воспитание и обучение детей с нарушением развития, М.: Школьная пресса. Копырина Е.В. коррекция нарушения опорно-двигательного аппарата на занятиях плаванием.2006,№2,с.1-96
11. Кашкин А.А. Плавание. Примерная программа спортивной подготовки для спортивных школ. - М.: Советский спорт, 2004.
12. Макаренко Л.П. Техника спортивного плавания. - М.: Физкультура и спорт, 2000.
13. Мастюкова Е.М. Ребенок с отклонениями в развитии: ранняя диагностика и коррекция. М.: Просвещение, 1992. - 95 с.
14. Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Сб. 1.- М. Гуманит. изд. центр. ВЛАДОС, 2000.
15.Григорьев О.А. 3. Григорьев О.А. Теоретические основы спортивной подготовки и тренировки. – М.: Еврошкола, 2010.
16. Макаренко Л.П. Юный пловец. М: Физкультура и спорт,1983.
17. Набатникова М.Я Управление подготовкой юных спортсменов. – М: Физкультура и спорт, 1982.
18.Протченко Т.А., Семёнов Ю.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников: практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2003.

19. Попов В.Ф. Педагогика детско-юношеского спорта: учебное пособие. – Тамбов: Издательский дом ТГУ им. Г.Р. Державина, 2009.
20. Филин В. П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М: Физкультура и спорт, 1974.
21. Филин В. П. Теория и методика юношеского спорта. – М: Физкультура и спорт, 1987.
22.Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. – М.: СпортАкадемПресс, 2001.
23.Хрущёв С.В. Врачебный контроль в физическом воспитании школьников. – М.: Медицина, 1977.
24. Нормативно-правовое и программное обеспечение деятельности спортивных школ в РФ / под ред. И.И. Столова – М.: Советский спорт, 2008

Приложение №6

Дети с ОВЗ (участники эксперимента)

№	ФИ		Бег30м, с (1)			Челночный бег 3*10м, с (2)			Прыжки в длину с места, см (3)			6-ти минутный бег, м (4)			Наклон вперед из положения сидя, см (5)			Подтягивание на высокой перекладине из виса, колич. раз (М) на низкой перекладине из виса лежа, колич. раз (Д) (6)		
			2012	2013	2014	2012	2013	2014	2012	2013	2014	2012	2013	2014	2012	2013	2014	2012	2013	2014
1	Антон	результат	5,7	5,6	5,4	9,0	8,7	8,7	155	159	171	950	1000	1250	2	2	3	6	6	6
		уровень	низ	сред	сред	низ	сред	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	сред	сред
		тенденция	повышение рез			повышение рез			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			стабильно сред.		
2	Максим	результат	6,8	6,7	6,5	10,2	10,0	9,9	140	142	145	700	750	850	5	7	7	10	10	13
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
3	Ульяна	результат	5,9	5,7	5,5	9,0	8,9	8,6	140	159	170	1000	1050	1350	4	4	6	2	4	6
		уровень	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред

		тенденция	повышение рез			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.		
4	Дмитрий	результат	5,8	5,8	5,7	9,2	9,2	9,0	140	145	151	900	950	1020	1	1	2	4	5	6
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.		
5	Михаил	результат	5,6	5,6	5,2	8,7	8,7	8,6	170	175	175	1320	1350	1350	5	6	8	6	7	6
		уровень	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред
		тенденция	средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			стабильно сред.		
6	Геннадий	результат	6,4	6,3	5,9	9,9	9,5	9,4	130	132	132	700	680	750	5	6	5	10	10	13
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред
		тенденция	низкий с повыш.			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.		
7	Максим Б.	результат	5,8	5,8	5,7	9,5	9,5	9,3	152	153	156	1350	1400	1400	1	1	2	1	2	3
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	сред	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			стабильно сред.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
8	Алина	результат	6,1	6,1	5,9	9,5	9,4	9,4	155	160	172	950	1000	1100	6	12	14	13	14	16
		уровень	сред	сред	сред	низ	сред	сред	низ	сред	сред	низ	сред	сред	низ	сред	сред	сред	сред	выс
		тенденция	средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.		
9	Сергей	результат	6,6	6,5	6,5	9,9	9,8	9,8	120	125	130	650	680	750	7	7	8	2	4	5
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ

		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
10	Мария	результат	6,3	6,2	6,2	9,8	9,6	9,5	140	145	149	800	840	850	10	12	15	11	12	15
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	сред	низ	низ	сред
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.		
11	Вадим	результат	6,2	6,0	5,9	9,8	9,5	9,4	150	164	172	950	950	1020	12	12	12	10	12	13
		уровень	сред	сред	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	сред	сред	сред	низ	низ	сред
		тенденция	средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			стабильно сред.			средний с повыш.		
12	Виктор	результат	6,0	5,9	5,7	9,5	9,3	9,1	148	150	150	1010	1050	1100	2	3	2	1	2	5
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
13	Алексей	результат	6,3	6,1	6,1	9,9	9,9	9,8	120	125	138	780	800	1000	7	7	8	10	11	10
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
14	Андрей	результат	6,2	6,0	5,9	9,8	9,5	9,4	150	164	172	950	950	1020	12	12	12	10	12	13
		уровень	сред	сред	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	сред	сред	сред	низ	низ	сред
		тенденция	средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			стабильно сред.			средний с повыш.		
15	Артем	результат	6,0	5,9	5,7	9,5	9,3	9,1	148	150	150	1010	1050	1100	2	3	2	1	2	5
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ

		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
16	Мила	результат	6,3	6,1	6,1	9,9	9,9	9,8	120	125	138	780	800	1000	7	7	8	10	11	10
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
17	Марина	результат	6,2	6,0	5,9	9,8	9,5	9,4	150	164	172	950	950	1020	12	12	12	10	12	13
		уровень	сред	сред	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	сред	сред	сред	сред	низ	низ	сред
		тенденция	средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			средний с повыш.			стабильно сред.			средний с повыш.		
18	Павел	результат	6,0	5,9	5,7	9,5	9,3	9,1	148	150	150	1010	1050	1100	2	3	2	1	2	5
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
19	Александр	результат	6,3	6,1	6,1	9,9	9,9	9,8	120	125	138	780	800	1000	7	7	8	10	11	10
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
20	Александра У.	результат	6,3	6,1	6,1	9,9	9,9	9,8	120	125	138	780	800	1000	7	7	8	10	11	10
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			средний с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		

Дети с ОВЗ, не участвующие в эксперименте

1	Андрей К.	результат	6,8	6,8	6,9	10,3	10,0	9,9	135	135	136	850	800	850	7	9	7	6	6	7
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			низкий с повыш.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
2	Владимир	результат	6,2	6,2	6,1	9,4	9,3	9,0	140	142	145	1000	980	1002	2	3	2	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
3	Владислав	результат	6,0	5,9	6,0	9,6	9,5	9,6	142	145	142	1150	1050	1100	2	3	2	4	5	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
4	Вадим	результат	6,9	6,9	7,0	10,2	10,0	9,9	145	145	155	750	800	800	8	10	11	7	7	8
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			низкий с повыш			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
5	Денис	результат	6,4	6,3	6,4	9,5	9,5	9,5	140	142	145	1000	980	1002	2	3	2	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
6	Снежана	результат	6,6	6,5	6,5	9,9	9,8	9,8	138	139	146	890	950	950	6	8	10	10	10	12
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ

		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
7	Денис	результат	6,1	6,0	6,0	9,3	9,2	9,0	140	142	145	1000	980	1002	2	3	2	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
8	Ксения	результат	6,9	6,9	6,9	10,2	10,0	10,2	135	135	136	850	800	850	7	9	7	6	6	7
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
9	Денис Н.	результат	6,4	6,3	6,4	10,3	10,3	10,3	130	132	131	800	810	800	10	10	11	10	9	9
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
10	Николай	результат	5,8	5,8	5,7	9,0	9,0	8,5	150	154	159	1100	1310	1290	2	3	3	5	6	5
		уровень	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			Низкий с повыш.		
11	Дарья	результат	5,9	5,9	5,8	9,1	9,0	8,7	165	165	175	890	900	950	4	4	5	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
12	Марина	результат	6,4	6,3	6,4	10,3	10,3	10,3	130	132	131	800	810	800	10	10	11	10	9	9
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ

		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
13	Роман	результат	5,8	5,8	5,7	9,0	9,0	8,5	150	154	159	1100	1310	1290	2	3	3	5	6	5
		уровень	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			Низкий с повыш.		
14	Александр	результат	5,9	5,9	5,8	9,1	9,0	8,7	165	165	175	890	900	950	4	4	5	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
15	Дарья	результат	6,4	6,3	6,4	10,3	10,3	10,3	130	132	131	800	810	800	10	10	11	10	9	9
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ
		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
16	Софья	результат	5,8	5,8	5,7	9,0	9,0	8,5	150	154	159	1100	1310	1290	2	3	3	5	6	5
		уровень	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			Низкий с повыш.		
17	Александр	результат	5,9	5,9	5,8	9,1	9,0	8,7	165	165	175	890	900	950	4	4	5	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		
18	Андрей	результат	6,4	6,3	6,4	10,3	10,3	10,3	130	132	131	800	810	800	10	10	11	10	9	9
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ	низ

		тенденция	стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.			стабильно низк.		
19	Бахтияр	результат	5,8	5,8	5,7	9,0	9,0	8,5	150	154	159	1100	1310	1290	2	3	3	5	6	5
		уровень	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			Низкий с повыш.		
20	Игорь	результат	5,9	5,9	5,8	9,1	9,0	8,7	165	165	175	890	900	950	4	4	5	3	4	4
		уровень	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	сред	низ	низ	низ	низ	низ	сред	низ	низ	низ
		тенденция	низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.			низкий с повыш.		

Уровень		Дети участники эксперимента						Дети, не участвующие в эксперименте					
		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
Низкий уровень	Начало эксперимента	13	16	16	16	14	12	34	34	34	34	34	34
	Конец эксперимента	9	9	10	7	8	8	30	28	31	33	31	34
Средний уровень	Начало эксперимента	5	1	1	2	5	4	0	0	0	0	0	0
	Конец эксперимента	7	8	7	9	7	10	4	6	3	1	3	0
Высокий уровень	Начало эксперимента	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

	Конец эксперимента	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0