

УДК 376

<https://doi.org/10.36906/FKS-2021/01>*Агеева Г. Ф.*

*ORCID: 0000-0002-7488-5740, канд. пед. наук;
Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия*

Транькова А. А.

*Поволжский государственный университет
физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия*

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ 12-13 ЛЕТ

Аннотация. В реализации образования очень важно, чтобы дети с ограниченными возможностями здоровья могли посещать учебные заведения, учреждения дополнительного образования, спортивные залы. К таким занятиям можно отнести дополнительные физкультурно-оздоровительные занятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма, которые оказывают положительное воздействие на физическое и психоэмоциональное состояние детей, так как спортивно-оздоровительный туризм включает в себя множество средств и методов реализации.

Ключевые слова. Спортивно-оздоровительный туризм, дети с ограниченными возможностями здоровья, физкультурно-оздоровительные занятия.

Ageeva G. F.

*ORCID: 0000-0002-7488-5740, Ph.D.
Volga State University of Physical Culture,
Sports and Tourism, Kazan, Russia*

Trankova A. A.

*Volga State University of Physical Culture,
Sports and Tourism, Kazan, Russia*

ORGANIZATION AND CONDUCTING OF SPORTS AND HEALTHCARE ACTIVITIES WITH ELEMENTS OF SPORTS AND RECREATION TOURISM FOR CHILDREN WITH DISABILITIES 12-13 YEARS OLD

Annotation. For the implementation of educational institutions, it is very important that children with disabilities can use educational institutions, additional education, sports halls. Such activities include additional physical education and health tourism with elements of sports and health tourism, which have a positive effect on the physical and psycho-emotional state of children, since sports and health tourism includes many means and methods.

Keywords. Sports and health tourism, children with disabilities, health and fitness classes.

Для детей с ограниченными возможностями дополнительные занятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма являются эффективным методом для развития интеллекта и психики при условии, что они, прежде всего, станут средством для их развития, эмоций и чувств, эстетического вкуса, интеллекта и творческого потенциала [2, 3, 6].

Дополнительные занятия на базе предметно-практической деятельности с её особыми образовательными и воспитательными возможностями в сочетании с психоэмоциональной ориентацией в современной предметной среде обеспечивает профессиональную подготовку, даёт правильное понимание места человека и создаваемой им среды в природе и обществе [1, 4, 5]. Все это в конечном итоге содействует становлению личности детей с особенностями развития. *Цель исследования:* разработать модель организации и проведения физкультурно-оздоровительных занятий с элементами спортивно-оздоровительного туризма для детей с ОВЗ 12-13 лет и оценить её эффективность.

Результаты исследования и их обсуждение

Целью модели является улучшение физического и психоэмоционального состояния детей с ОВЗ и увеличение доли занимающихся физической культурой, спортом и туризмом среди детей с ОВЗ.

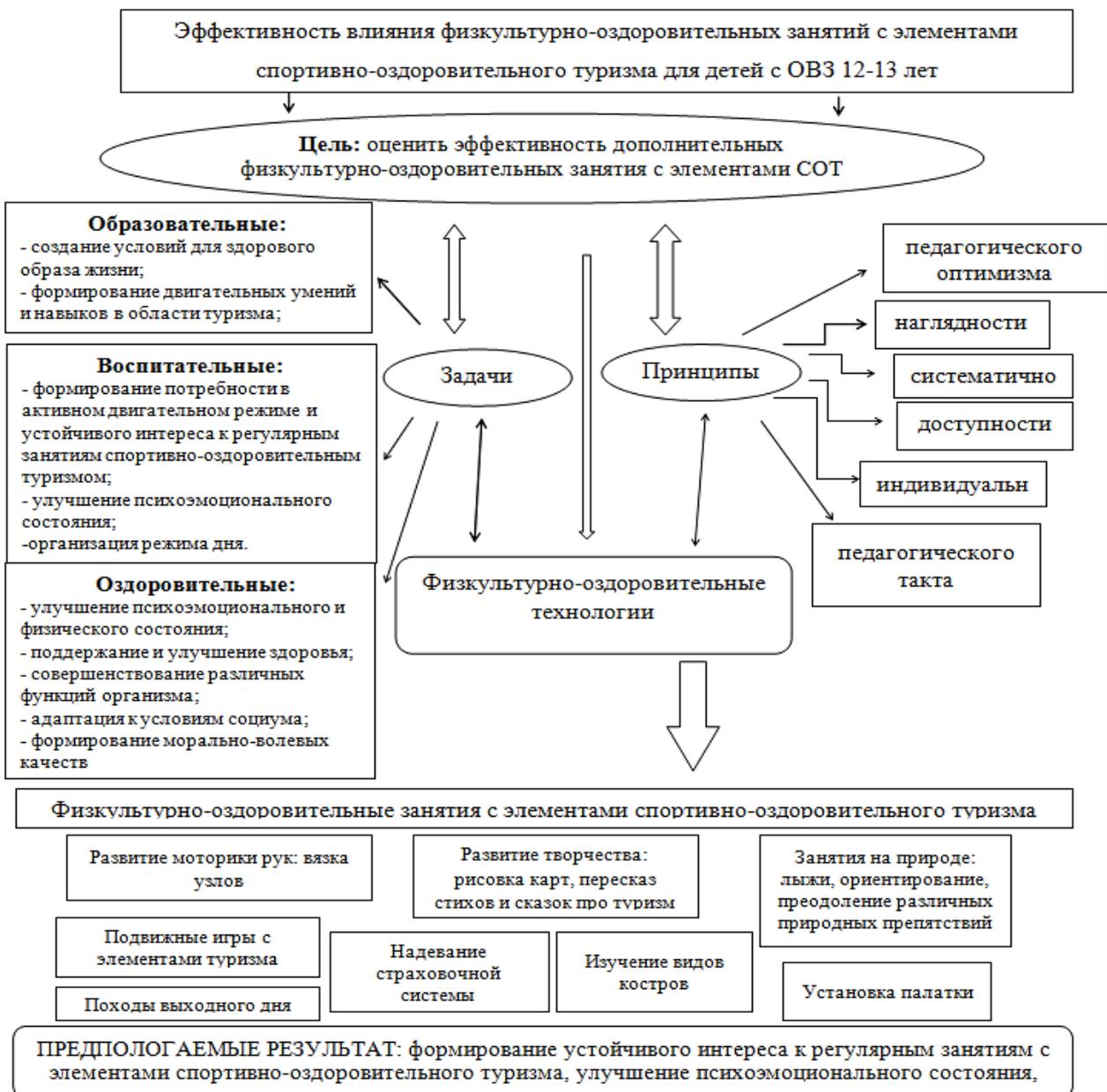


Рис. 1. Модель физкультурно-оздоровительных занятий с элементами спортивно-оздоровительного туризма для детей с ОВЗ 12-13 лет

Модель включает в себя технологию физкультурно-оздоровительных занятий с элементами спортивно-оздоровительного туризма:

1. развитие моторики рук: вязка узлов – 2 раза в неделю по 30 минут;
2. подвижные игры с элементами туризма – 2 раза в неделю по 40 минут;
3. поход выходного дня – 1 раз в неделю по 5 часов;
4. надевание страховочной системы – 1 раз в неделю;
5. изучение видов костров – 1 раз в неделю по 20 мин;
6. развитие творческих качеств: рисовка карт, пересказ стихов и сказок про туризм – 2 раза в неделю по 40 мин;
7. занятия на природу: лыжи, ориентирование, преодоление различных природных препятствий – если занятия зимой, то 1 раз в неделю по 30 минут; если занятия лето, то 3 раза в неделю по 40 минут.
8. установка палатки: знакомство с походным снаряжением – 1 раз в неделю по 40 минут.

Организованные занятия проводятся совместно с тренером или педагогом, согласно графику проведения занятий.

С целью выявления эффективности данной методики физкультурно-оздоровительных занятий с элементами спортивно-оздоровительного туризма для детей с ОВЗ 12-13 лет нами было проведено тестирование по методике САН (самочувствие, активность, настроение) в начале и в конце эксперимента. Результаты тестирования по методике САН детей с ОВЗ 12-13 лет в конце эксперимента.

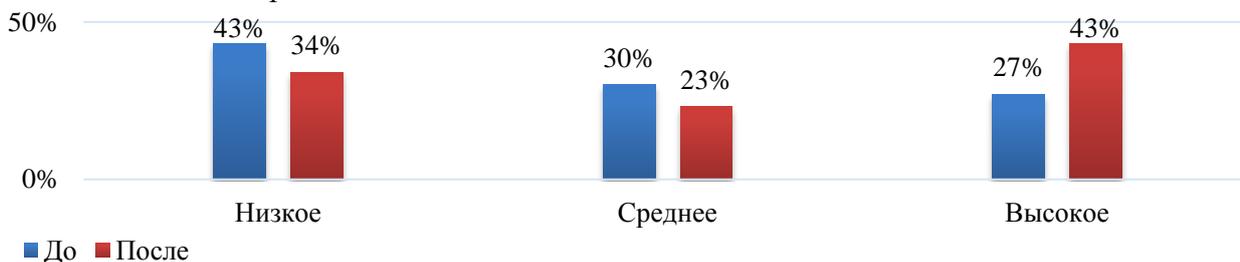


Рис. 2. Сравнительная таблица результатов по методике САН детей с ОВЗ 12-13 лет в конце эксперимента по критерию «самочувствие»

Низкий уровень самочувствия в конце эксперимента был выявлен у 10 детей – это 34%, что с показателями в начале эксперимента ниже на 10%. Средний уровень самочувствия был выявлен у 7 детей – это 23%, что с показателями в начале эксперимента ниже на 7% и высокий уровень самочувствия в конце эксперимента был выявлен у 13 детей – это 43%, что с показателями в начале эксперимента выше на 16%. Итак, можно сделать вывод, что разработанная модель положительно повлияла на самочувствия детей с ОВЗ 12-13 лет.

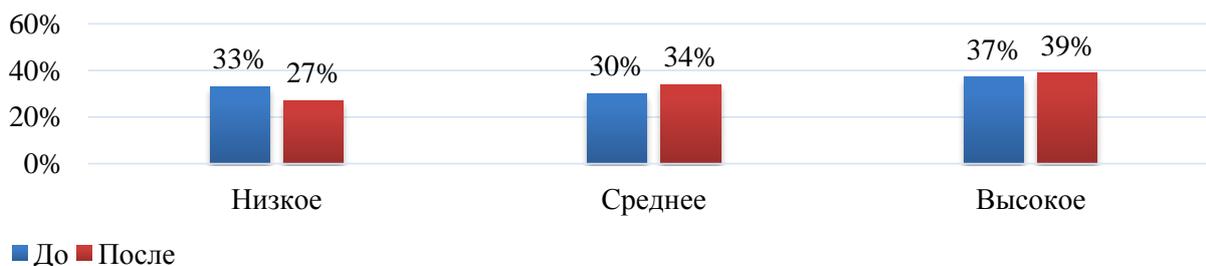


Рис. 3. Сравнительная таблица результатов по методике САН детей с ОВЗ 12-13 лет в конце эксперимента по критерию «активность»

Согласно данным, представленным на рисунке 3, что низкий уровень активности в конце эксперимента был выявлен у 8 детей – это 27%, что с показателями в начале эксперимента ниже на 6%. Средний уровень активности был выявлен у 10 детей – это 34%, что с показателями в начале эксперимента выше на 4% и высокий уровень активности в конце эксперимента был выявлен у 12 детей – это 39%, что с показателями в начале эксперимента выше на 2%.

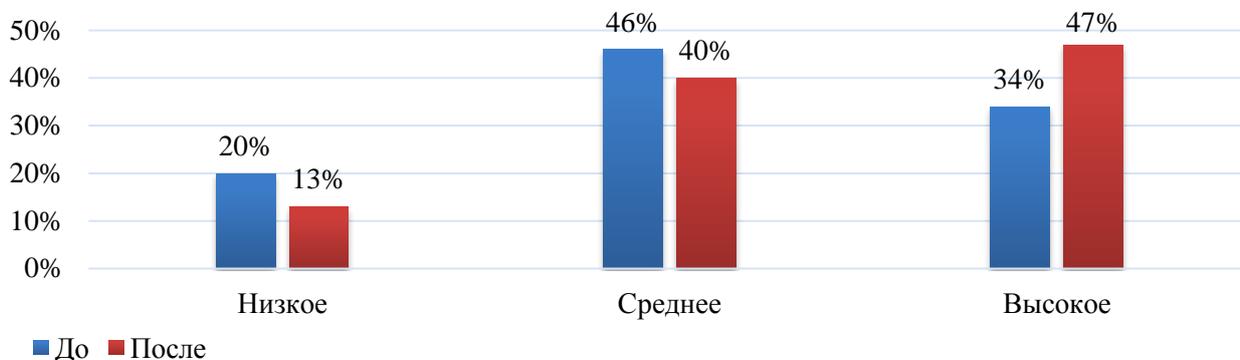


Рис. 4. Сравнительная таблица результатов по методике САН детей с ОВЗ 12-13 лет в конце эксперимента по критерию «настроение»

Низкий уровень настроения в конце эксперимента был выявлен у 4 детей – это 13%, что с показателями в начале эксперимента ниже на 7%. Средний уровень настроения был выявлен у 12 детей – это 40%, что с показателями в начале эксперимента ниже на 6% и высокий уровень настроения в конце эксперимента был выявлен у 14 детей – это 47%, что с показателями в начале эксперимента выше на 13%.

По результатам оценки уровня эффективности нашей модели, видно улучшение в психоэмоциональном состоянии детей с ОВЗ 12-13 лет, а это значит, что модель эффективна.

Заключение. Разработана модель физкультурно-оздоровительных занятий с элементами спортивно-оздоровительного туризма для детей с ОВЗ 12-13 лет, которая включает в себя: цель — оценить эффективность дополнительных физкультурно-оздоровительных занятия с элементами спортивно-оздоровительного туризма; задачи - образовательные, воспитательные, оздоровительные; принципы — индивидуализации, систематичности, доступности, наглядности, педагогического оптимизма и такта; физкультурно-оздоровительные занятия для формирование устойчивого интереса к регулярным дополнительным занятиям с элементами спортивно-оздоровительного туризма, улучшение психоэмоционального состояния, укрепление здоровья: развитие моторики рук: вязка узлов, подвижные игры с элементами туризма, поход выходного дня, надевание страховочной системы, изучение видов костров, развитие творческих качеств: рисовка карт, пересказ стихов и сказок про туризм, занятия на природу: лыжи, ориентирование, преодоление различных природных препятствия.

Литература

1. Агеева Г.Ф. Психофизическое состояние детей дошкольного возраста в процессе освоения инновационной программы // Теория и практика физической культуры. 2010. №6. С. 92.
2. Блейхер В.М. Психологическая диагностика интеллекта и личности. Киев, 2019. 140 с.
3. Завражин С.А. Адаптация детей с ограниченными возможностями. М.: Академический проект, 2018. 498 с.

4. Золотарёва Л.В., Агеева Г.Ф. Формирование профессиональных компетенций молодых тренеров-преподавателей // Проблемы и инновации спортивного менеджмента, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма. Материалы II-ой Всероссийской научно-практической конференции. Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. 2016. С. 139-141.

5. Карасёва Е.Г. Инклюзивное обучение и воспитание детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. М.: Русское слово, 2018. 527 с.

6. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. М., 2004.

©Агеева Г. Ф., Транькова А. А., 2021