

## **Формирование навыков плавания у детей с различными особенностями здоровья в групповых занятиях при участии родителей.**



Крупская Евгения Михайловна,  
учитель физической культуры  
МБОУ  
«Общеобразовательная школа «Возможность» для детей  
с ограниченными возможностями здоровья  
города Дубны Московской области», [vozm@uni-dubna.ru](mailto:vozm@uni-dubna.ru)  
e-mail: [krup08@yandex.ru](mailto:krup08@yandex.ru)

### **Аннотация**

Предлагаемая статья представляет собой описание внеурочных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья в бассейне.

В статье рассматриваются актуальные направления внеурочной работы с детьми с ОВЗ и возможные пути ее организации.

Статья адресована руководителям спортивных учреждений, преподавателям адаптивной физической культуры.

**Ключевые слова:** социализация, ограниченные возможности здоровья, школа, плавание, родители, внеурочная деятельность.

### **Содержание**

1. Введение.
2. Цели и задачи работы.
3. Организация групповых занятий по плаванию с детьми с ОВЗ в сопровождении родителей.
4. Полученные результаты и перспективы.

### **Введение**

Физические упражнения, будучи осознанными и целенаправленными, связаны с целым рядом психических процессов: с представлением о движениях, с мыслительной деятельностью, эмоциями. Физические упражнения развивают интересы, мотивы, формируют волю, характер, поведение. Таким образом, адаптивная физкультура является мощнейшим коррекционным фактором, способствующим оптимистическим прогнозам развития детей с ОВЗ. В результате занятий физической культурой, в частности плаванием, происходит активная социализация детей.

Существует множество учебных заведений, ведущих образовательную работу с детьми, у которых диагностируются нарушения одного определенного типа. Также существуют школы, учреждения дополнительного образования, реабилитационные центры для детей с различными особенностями развития. На базе таких учреждений, муниципальных бассейнов актуально проводить занятия по обучению плаванию детей с ограниченными возможностями здоровья, различными по характеру. Занятия в бассейне несут огромную закаляющую, оздоровительную и развивающую функцию.

### **Цели и задачи работы**

С целью предотвращения несчастных случаев на воде необходимо охватить занятиями по плаванию максимально возможное число детей. Индивидуальные тренировки не позволяют реализовать эту задачу. Актуально организовывать групповые занятия для детей с различными особенностями здоровья.

Большее часть времени ребенок проводит с родителями, которые играют решающую роль в его воспитании. Не всегда родители имеют возможность несколько раз в неделю к определенному времени привести ребенка на занятия в бассейн по причине занятости или болезни. Как известно, дети, имеющие особенности развития зачастую отличаются слабым здоровьем и часто болеют. Обладая навыками по обучению своего ребенка плаванию, родители имеют возможность самостоятельно отрабатывать упражнения в воде со своими детьми в то время, когда им удобно. В свою очередь, это формирует активную жизненную позицию родителей и наделяет их необходимыми знаниями по воспитанию своих детей.

Организуя занятия в бассейне для детей с различными особенностями здоровья в сопровождении родителей, есть возможность решить вопросы по оздоровлению детей, коррекционного воздействия на них, обеспечения их безопасности на воде, нормализации семейных отношений и формирования активной позиции родителей в воспитании ребенка. Положительным фактором является число детей, которое охватывается в рамках одного занятия. Предложенная форма тренировки позволяет охватывать до 10 человек (детей) за одно занятие.

**Целью** работы является – разработать групповые занятия по обучению плаванию детей 7-11 лет с различными особенностями здоровья в сопровождении родителей.

**Задачи:**

1. Провести теоретико-методологический анализ средств, форм и методов адаптивного физического воспитания детей-инвалидов с нарушением развития.
2. Разработать и провести комплексное тестирование для оценки физического развития и двигательных возможностей детей 7 - 11 лет с нарушением развития.
3. Разработать и экспериментально освоить программу адаптивного плавания для детей 7-11 лет с различными особенностями здоровья в групповых занятиях при участии родителей.

**Организация групповых занятий по плаванию с детьми с ОВЗ в сопровождении родителей.**

Отношения в каждой семье выстроены по своим правилам, но в большинстве случаев общая направленность деятельности родителей - это помощь своему ребенку и содействие его развитию. Задача тренера: подобрать в каждом случае мотивацию для занятий, определить положительные и негативные стороны в общении ребенка и родителя, которые могут повлиять на успешность процесса обучения. Решив эту задачу, можно выработать рекомендации для родителей и решить в какой степени задействовать взрослого в тренировке. В большинстве случаев родители осведомлены о положительном влиянии занятий с ребенком в бассейне и стремятся обеспечить регулярное их посещение.

В одном городе или учебном заведении дети с ОВЗ могут характеризоваться самыми различными нарушениями в развитии. Организуя групповые занятия в бассейне, тренеру придется столкнуться с тем, что каждому ребенку будет необходим свой подход и метод обучения, подчас противоположный тому, что необходимо предложить другим занимающимся. Необходимо организовать такой формат тренировок, при которых работа с каждым ребенком максимально индивидуализирована и эффективна. При этом важно обеспечить безопасность детей.



В эксперименте участвовало 22 ученика с родителями. Возраст детей: 7-11 лет. Занятия проводились 1 раз в неделю. На занятиях родители и дети работали в воде. Тренер проводил занятия с бортика бассейна и руководил процессом тренировки. Задания давались общие для всех. В зависимости от возможностей и подготовленности детей задания индивидуализировались. Родителям давались указания по обучению каждого ребенка в отдельности. Это актуально при возникновении

затруднений в освоении элементов плавания или других сложностей (особенности опорного аппарата, психологические особенности и т.п.). Диагнозы детей, задействованных в эксперименте: ДЦП, умеренная умственная отсталость, легкая умственная отсталость, ЗПР, РАС, ЗПР резидуально - органического генеза, синдром Дауна, органическое поражение головного мозга, парез руки, СДВ, часто болеющий ребенок.

Для проведения эксперимента были выделены две группы детей, сходные по своему составу: первая группа (11 человек) занималась регулярно (1 раз в неделю); вторая группа (11 человек) состояла из детей, которые занимались нерегулярно, несколько раз за весь период (учебный год) или начали свои занятия позже других.

В группе, которая занималась регулярно: 2 ребенка с синдромом Дауна, 3 с РАС, 2 с ДЦП, из 11 детей – 2 девочки.

Во второй группе: 2 ребенка с синдромом Дауна, 3 с РАС, 3 с ПОДА (2 ДЦП, 1 – парез руки), из 11 детей – 2 девочки.

Дети, привлеченные к эксперименту, характеризуются особенностями здоровья различной степени тяжести. Группа сформировалась смешанная по своему составу, и поэтому подход, рекомендации к обучению выбирались индивидуально в каждом случае. В процессе школьных уроков физкультуры выявлялись слабые и сильные стороны ребенка, позволяющие определить направление дальнейшей работы с ним.

Дети из группы №1, регулярно посещавшие занятия в бассейне со своими родителями имели возможность отработать навыки самообслуживания, подготавливаясь к плаванию. Тренер своевременно исправлял ошибки техники, давал методические указания родителям, сопровождающим своих детей.

Занимающиеся в бассейне нерегулярно (группа №2) не имели возможности привыкнуть к занятиям в бассейне, освоиться в водной среде. Родители данной группы не обладали достаточными знаниями и навыками обучения плаванию своего ребенка. В основной массе родители этой группы менее мотивированы к занятиям.

Решающую роль в успешности обучения плаванию играет степень участия в процессе организации и проведения занятий родителей. Впоследствии мотивированные родители сообщали, что использовали полученные навыки в работе со своими детьми и во время отдыха, находясь на море или посещая бассейн.

### **Полученные результаты и перспективы.**

Данный формат занятий позволяет при минимальной затрате времени и с участием родителей обучить навыкам плавания детей с различного рода особенностями здоровья. Дети получают навыки самообслуживания. Родители имеют возможность способствовать обучению детей. Занятия такого рода стимулируют интерес детей к занятиям физкультурой, так как он подкреплен присутствием родителей во время тренировок. Родители получают навыки обучения плаванию своих детей, что активизирует их к самостоятельным занятиям с ними.

Целесообразней организовывать такие занятия при коррекционных школах, где возможен более тесный контакт с родителями детей. Актуально открытие таких групп при бассейнах, в том числе и на «глубокой» воде.

В дальнейшем часть детей переводится в группу для тренировок без участия родителей. Организована также группа для взрослых людей с ограниченными возможностями здоровья.

Для повышения эффективности работы и привлечения к занятиям плаванием организован городской открытый фестиваль по плаванию для людей с ОВЗ.



Итогом работы является - высокий прирост числа занимающихся плаванием, значительные результаты на областных соревнованиях по плаванию (СОМО). В 2018 году наша команда завоевала 3 медали на соревнованиях по плаванию Специальной Олимпиады Московской области, а в 2019 году наши спортсмены получили уже 11 медалей.