

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ МЕТОДИК АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОВЗ

Матвеева А.А., Золотова М.Ю.

ГОУ ВО МО «Государственный социально-гуманитарный университет»,
г. Коломна, Российская Федерация

*В данной статье рассматриваются современные методики адаптивной физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов. Проведен сравнительный анализ подходов, включая методику Д.В. Сергеева, Л.В. Шаповалова, классическую реабилитационную методику и методику инклюзивного спорта. **Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, дети с ОВЗ, реабилитация, инклюзивный спорт, методики физической подготовки, социальная адаптация.*

COMPARATIVE ANALYSIS OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION TECHNIQUES FOR CHILDREN WITH DISABILITIES AND DISABILITIES

Matveeva A.A., Zolotova M.Yu.

State University of Social Sciences and Humanities, Kolomna, Russian Federation

*This article discusses modern methods of adaptive physical education for children with disabilities and children with disabilities. A comparative analysis of approaches has been carried out, including the methods of D.V. Sergeev, L.V. Shapovalov, classical rehabilitation methods and methods of inclusive sports. **Keywords:** adaptive physical education, children with disabilities, rehabilitation, inclusive sports, physical training methods, social adaptation.*

Введение. Адаптивная физическая культура (АФК) является специализированной областью, направленной на улучшение физического, психического и социального благополучия детей с ОВЗ и инвалидностью. Актуальность темы обоснована увеличением числа таких детей и необходимостью создания условий для их самореализации и интеграции в общество.

Цель исследования. Анализ методик физической культуры для детей с ОВЗ и инвалидов с целью выявления эффективных подходов, направленных на улучшение их благополучия.

Материалы и методы исследований. Проведен подробный анализ научной литературы, включая монографии, статьи и нормативные документы. Основные методы исследования: анализ научных источников, сравнительный анализ методик, обобщение практического опыта.

Результаты исследований. В современном обществе все больше внимание уделяется вопросам адаптации особенных детей. Одним из важных направлений этой работы является адаптивная физическая культура (АФК), которая представляет собой комплекс мероприятий, направленных на восстановление здоровья, социализацию и повышения качества жизни детей, развитие двигательных навыков у детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Исследование основано на анализе трудов ведущих специалистов в области адаптивной физической культуры, реабилитации и педагогики. Важными источниками стали работы С.П. Евсеева [2], в которых подробно рассматриваются основы адаптивной физической культуры и реабилитационные подходы. В исследованиях Бушневой и др. [1] анализируется влияние физической активности на уровень жизни и социальную интеграцию детей с ОВЗ. Монография Д.В. Сергеева [3] посвящена разработке методик адаптивной физической культуры в дошкольных учреждениях, что является ключевым аспектом в ранней профилактике нарушений.

Кроме того, были изучены нормативные документы, регулирующие вопросы физического воспитания детей с ОВЗ, включая рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации. Они позволяют определить основные требования к организации занятий и разработке программ.

Существует несколько методических подходов к организации занятий адаптивной физической культуры для детей с ОВЗ. Рассмотрим наиболее распространенные из них:

Методика Д.В. Сергеева [3]. Основана на ранней профилактике нарушений, индивидуализации и комплексном подходе. Включает упражнения на развитие двигательных навыков, сенсорную интеграцию и социальную адаптацию. Эффективна для детей дошкольного возраста, позволяет минимизировать отклонения в развитии.

Методика Л.В. Шаповалова [4]. Ориентирована на использование специальных игровых технологий в процессе занятий. Включает элементы нейропсихологической коррекции. Развивает когнитивные способности наряду с физическими навыками.

Классическая методика реабилитации через физическую активность [2]. Опирается на традиционные методы ЛФК (лечебной физкультуры) и физиотерапии. Акцентирует внимание на физиологических аспектах, однако меньше внимания уделяет социальной адаптации.

Методика инклюзивного спорта [1]. Позволяет детям с ОВЗ участвовать в спортивных мероприятиях наряду со здоровыми сверстниками. Способствует формированию чувства равенства и уверенности в себе. Требуется специальных условий и адаптированного спортивного оборудования.

Результаты исследования показывают, что наиболее эффективными являются методики, сочетающие индивидуальный подход, игровые технологии и инклюзивные формы занятий. Методика Д.В. Сергеева демонстрирует высокую эффективность в ранней профилактике нарушений у дошкольников,

тогда как методика Л.В. Шаповалова подходит для коррекции когнитивных функций у детей школьного возраста. Классическая реабилитационная методика остается важной частью системы физического воспитания, однако требует адаптации к потребностям современных детей с ОВЗ. Инклюзивный спорт способствует социализации и улучшению психологического состояния детей, создавая условия для их полноценного участия в общественной жизни.

Заключение. На основании проведенного сравнительного анализа можно сделать вывод о необходимости комплексного подхода, сочетающего элементы индивидуализации, игровых методик и инклюзивного спорта. В перспективе необходимо расширение доступности программ АФК, особенно в сельских районах, а также развитие инклюзивного спорта, позволяющего детям с ОВЗ участвовать в соревнованиях наряду со сверстниками.

Адаптивная физическая культура является важным инструментом реабилитации, социальной интеграции и повышения качества жизни детей с ОВЗ. Она способствует коррекции двигательных нарушений, развитию психозмоциональной сферы и повышению самооценки.

На основании проведенного сравнительного анализа можно сделать вывод о необходимости комплексного подхода, сочетающего элементы индивидуализации, игровых методик и инклюзивного спорта. В перспективе необходимо расширение доступности программ АФК, особенно в сельских районах, а также развитие инклюзивного спорта, позволяющего детям с ОВЗ участвовать в соревнованиях наряду со сверстниками.

Литература.

1. Бушенева, И. С. Физическая культура и спорт как средство повышения уровня и качества жизни / И. С. Бушенева, И. В. Еремин, В. В. Савченко // *Фундаментальные исследования*. - 2016. - № 8. - С. 107-111.
2. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев. – Москва : Советский спорт, 2000. - 240 с.
3. Сергеев, Д. В. Адаптивная физическая культура в дошкольных образовательных учреждениях / Д. В. Сергеев. – Москва : ТЦ Сфера, 2013. - 128 с.
4. Шаповалов, Л. В. Игровые технологии в адаптивной физической культуре / Л. В. Шаповалов. – СПб. : Питер, 2015. - 180 с.