

Қазақстан Республикасының Оқу-ағарту министрлігі
Министерство просвещения Республики Казахстан

Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы
Национальная академия образования имени И. Алтынсарина



**Инклюзивті білім беру жағдайында «Дене шынықтыру» пәнінің
оқу бағдарламаларын жүзеге асыру бойынша
әдістемелік ұсынымдар**

**Методические рекомендации по реализации
учебных программ предмета «Физическая культура»
в условиях инклюзивного образования**

**Астана
2023**

Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы Ғылыми-әдістемелік кеңесімен баспаға ұсынылды (2023 жылғы 17 наурыздағы № 1 хаттама)

Рекомендовано к изданию Научно-методическим советом Национальной академии образования им. И. Алтынсарина (протокол №1 от 17 марта 2023 года)

Инклюзивті білім беру жағдайында «Дене шынықтыру» пәнінің оқу бағдарламаларын жүзеге асыру бойынша әдістемелік ұсынымдар – Астана: Ы. Алтынсарин атындағы ҰБА, 2023. – 184 б.

Методические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования – Астана: НАО имени И. Алтынсарина, 2023. – 184 с.

Әдістемелік құрал Қазақстан педагогтерінің халықаралық тәжірибесі мен практикасын зерделеу негізінде инклюзивті білім беру жағдайында «Дене шынықтыру» пәнінің оқу бағдарламаларын іске асыру жөніндегі ұсынымдарды қамтиды. Ұсынымдар білім алушылардың жеке мүмкіндіктері мен ерекше білім беру қажеттіліктерін ескере отырып, дене шынықтыруды оқыту кезінде педагогтердің практикалық жұмысын жетілдіру жолдарын анықтауға көмектеседі.

Методическое пособие содержит рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования на основе изучения международного опыта и практик учителей Казахстана. Рекомендации окажут помощь в определении путей совершенствования практической работы педагогов при преподавании физической культуры с учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся.

© Ы. Алтынсарин атындағы
Ұлттық білім академиясы, 2023
Национальная академия образования
им. И. Алтынсарина, 2023

Введение

«Методические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» (далее – Методические рекомендации) предназначены для оказания методической помощи педагогам физической культуры, работающих в условиях инклюзивного образования.

В I главе Методических рекомендаций представлен международный и отечественный опыт по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей, во II главе – анализ нормативной правовой базы и содержания учебных программ предмета «Физическая культура» в школах Казахстана. Основная III глава содержит практические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования.

В рамках подготовки Методических рекомендаций проведен анализ содержания учебных программ, в том числе посредством изучения экспертного мнения членов рабочей группы по внесению изменений в Типовые учебные программы по предмету «Физическая культура».

С целью изучения международного опыта по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей изучен опыт стран, реализующих принципы инклюзивности в преподавании физической культуры, а также проанализирован ряд международных нормативных документов, научных исследований по практике инклюзивного физического воспитания. Для изучения отечественного опыта преподавания физической культуры в условиях инклюзивного образования проведены онлайн-анкетирование и фокус-группы учителей.

Также проведены заседания рабочей группы с участием педагогов физической культуры общеобразовательных и специальных школ, специальных организаций образования (ПМПК, КППК), представителей КазНПУ имени Абая, Национального научно-практического центра физической культуры, Параолимпийского тренировочного центра города Астаны, общественного фонда «Мир равных возможностей» (список участников в Приложении 4).

Основной посыл Методических рекомендаций в том, что инклюзивность и социальная направленность являются ключевыми принципами реализации физической культуры в общеобразовательных школах. Необходимыми условиями эффективной реализации такого подхода являются создание благоприятной среды, обеспечивающей возможность для всех вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом, а также учёт индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся.

В подготовке Методических рекомендаций приняли активное участие Нургожин С.Г., Конкулов К.К., Кефер Н.Э., Марушевская Т.В., поделившись своим опытом работы. Ценные рекомендации предоставила Амриева Г.Н. Благодарим всех, кто уделил время и выразил свое мнение по вопросам преподавания физической культуры в условиях инклюзивного образования.

1 Международный и отечественный опыт по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей

С целью изучения международного опыта по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей изучен опыт стран, реализующих принципы инклюзивности в преподавании физической культуры, а также проанализирован ряд международных нормативных документов и научных исследований по практике инклюзивного физического воспитания. Для изучения отечественного опыта преподавания физической культуры в условиях инклюзивного образования проведены онлайн-анкетирование и фокус-группы учителей-практиков (анкета прилагается).

1.1. Опыт Соединённых Штатов Америки

Национальные рекомендации и руководства

В 2008 году Министерство здравоохранения и социальных служб США выпустило Руководство по физической активности 2008 года для американцев в возрасте 6 лет и старше, согласно которому рекомендовано, чтобы дети и подростки ежедневно занимались физической активностью в течение 60 минут или более [1]. Комплексная школьная программа физической активности (далее- CSPAP) (рис. 1) была признана новой национальной основой физического воспитания и физической активности для молодежи [2].

Рисунок 1. Комплексная школьная программа физической активности



Источник: The essential components of physical education, 2015 г., <https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Данное руководство поддерживает занятие молодежи физической культурой и спортом в соответствии с рекомендациями Плана Национальной физической активности [3].

CSPAR не только обучает молодежь знаниям и навыкам, но также содействуют их применению для формирования здорового образа жизни. Руководство CSPAR – это многокомпонентный подход, посредством которого школьные округа и школы используют все возможности для того, чтобы учащиеся были физически активны в течение всего учебного дня с целью соответствия национальным рекомендациям по физической активности. CSPAR отражает серьезную координацию и синергию по всем его пяти компонентам: физическое воспитание как основа, физическая активность в школе, физическая активность до и после школы, вовлечение персонала, а также вовлечение семьи и сообщества.

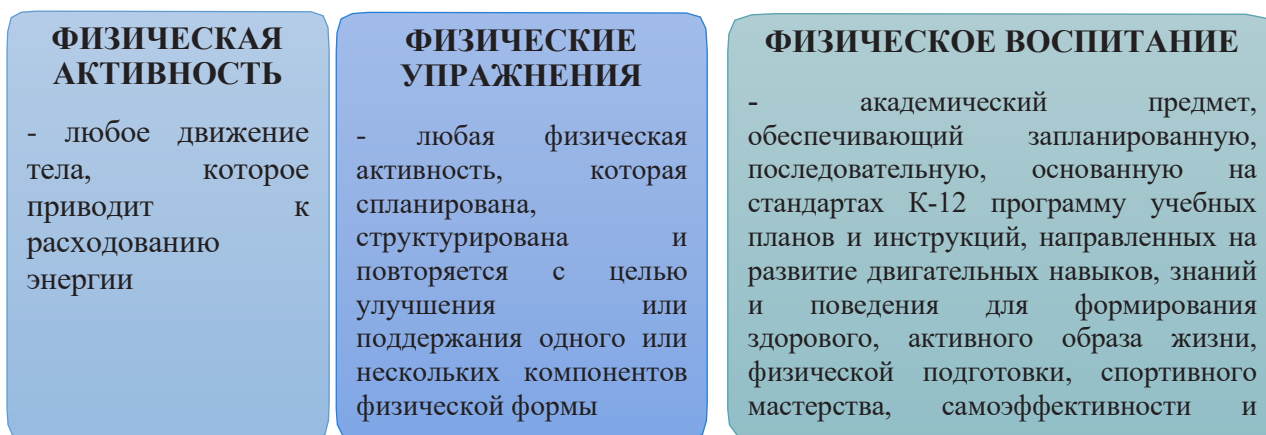
В основе данного руководства лежит физическое воспитание, которое дает молодежи фундаментальное образование и навыки, необходимые для принятия решений, касающихся физической активности. Физическая активность в течение учебного дня включает активные перемены, физическую активность в виде уроков в классе, перерывы на физическую активность в классе и за его пределами, а также клубные или очные программы во время ланча. Данные возможности должны предоставляться всем классам и не должны исключать учащихся средних и старших классов, которым будет полезно заниматься физической активностью в течение всего учебного дня. Физическая активность до и после школы предоставляет всем учащимся возможность практиковать то, чему они научились в области физического воспитания, а также стать наиболее подготовленными к обучению. Сотрудники школы играют неотъемлемую роль в CSPAR, придерживаясь здоровых привычек и служа позитивным примером для подражания для учащихся, демонстрируя активный образ жизни в школе и вне ее. Участие семьи и сообщества в школьных программах физической активности приносит пользу здоровью и оказывает положительное влияние, а также создает связь между школами и программами по месту жительства [4].

Физическое воспитание: основа CSPAR

Физическое воспитание является академическим предметом и служит основой для реализации CSPAR, так же, как и другие основные предметы, требует такой же строгости в обучении. Физическое воспитание предоставляет учащимся спланированную, последовательную, основанную на стандартах K-12 программу учебных планов и инструкций, направленную на развитие двигательных навыков, знаний и поведения для активного образа жизни, физической подготовки, спортивного мастерства, самооффективности и эмоционального интеллекта. Во время физического воспитания учащиеся практикуют знания и навыки, которые они приобретают с помощью физической активности, определяемой как «любое движение тела, приводящее к расходованию энергии». Учащиеся также занимаются физическими упражнениями – любой запланированной, структурированной и повторяющейся

физической активностью – с целью улучшения или поддержания одного или нескольких компонентов физической формы [4]. Важно уточнить, что общий технический язык, используемый в физическом воспитании: термины «физическое воспитание», «физическая активность» и «физические упражнения» (рис. 2), часто применяется взаимозаменяемо, но ясно, что они определяют три совершенно разные вещи.

Рисунок 2. Определение физической активности, физических упражнений и физического воспитания



Источник: The essential components of physical education, 2015 г., <https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Физическое воспитание развивает физически грамотного человека посредством целенаправленной практики хорошо разработанных учебных заданий, которые позволяют приобретать навыки в учебном климате, ориентированном на мастерство.

Хорошо продуманная программа физического воспитания:

- ✚ удовлетворяет потребности всех обучающихся;
- ✚ поддерживает активность учащихся в течение большей части урока физкультуры;
- ✚ учит самоуправлению;
- ✚ подчеркивает знания и навыки, необходимые для физической активности на протяжении всей жизни;
- ✚ приятный опыт для всех учащихся.

Основные компоненты физического воспитания

Физическое воспитание (рис. 3) включает в себя четыре основных компонента, обеспечивающих структуру данной фундаментальной предметной области: политика и среда, учебная программа, соответствующие инструкции, оценивание учащихся [5].

Рисунок 3. Основные компоненты физического воспитания



Источник: The essential components of physical education, 2015 г., <https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Определение основных компонентов физического воспитания повышает осведомленность о важнейших стратегиях и практиках, которыми руководствуются школьные округа и школы при удовлетворении образовательных потребностей учащихся. Школьные округа и школы также должны разработать письменную учебную программу, определяющую направление обучения, строгие инструкции, поддерживающие учебную программу и определяющие оценку учащихся, которая будет свидетельствовать о результатах обучения учащихся.

Политика и среда

Школьный округ и школы определяют ожидания в области физического воспитания посредством конкретной политики в области физического воспитания и директивных указаний. Четко сформулированная политика помогает создать среду, гарантирующую получение всем учащимся физического воспитания, четко определяющего результаты обучения учащихся.

Правила физического воспитания (Вставка 1) должны быть включены в обязательную политику оздоровления местной школы и должны определять элементы программы, показатели окружающей среды и ожидаемые стандарты для всех учащихся.

Интеллектуальные
среды

Учащийся
и Успешное
обучение

Вставка 1. Политика и среда

- Каждый учащийся обязан ежедневно заниматься физической культурой в классах K-12, при этом продолжительность занятий составляет 150 минут в неделю в начальной школе и 225 минут в неделю в средней и старшей школах.
- Школьные округа и школы требуют полного вовлечения всех учащихся в процесс физического воспитания.
- Школьные округа и школы не допускают отказов от времени занятий физкультурой или требований к зачету.
- Школьные округа и школы не допускают освобождения учащихся от занятий физкультурой или требований к зачету.
- Школьные округа и школы запрещают учащимся заменять занятия физкультурой или требования к зачету другими видами деятельности (например, JROTC, внутришкольные виды спорта).
- Размер класса по предмету «физическое воспитание» соответствует размерам класса по другим предметам и согласован с политикой школьного округа и соотношением учителей и учащихся.
- Физическая активность не назначается и не проводится в качестве наказания.
- Физическое воспитание преподается лицензированным государством или сертифицированным государством учителем, уполномоченным преподавать физическое воспитание.

Источник: The essential components of physical education, 2015 г.,
<https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Строгая политика важна для обеспечения того, чтобы требования штата выполнялись во всех школьных округах и школах на всех уровнях обучения для всех учащихся.

Терминология документов, например, такие термины как «отказы», «освобождения» и «замены», могут вводить в заблуждение и часто нуждается в разъяснении. На государственном уровне может существовать политика в отношении отказов, «освобождений» и «замен». При отсутствии политики на уровне штата школьные округа и/или школы несут ответственность за разработку политики в отношении отказов, «освобождений» и «замен».

Ниже приведены примеры данных трех областей политики.

1) *Отказы.* Во многих штатах школьные округа или школы могут подать заявление об отказе от утвержденной государством политики, требований или закона в области физического воспитания. Когда предоставляется отказ от занятий, школьный округ или школа больше не обязаны предоставлять учащимся занятия физкультурой, установленные государством или зачет. Штат, школьный округ и школьная политика не должны допускать отказов от времени занятий физкультурой или требований к зачету.

2) *Освобождения.* Школьные округа и школы иногда разрешают освобождать учащихся от уроков физкультуры или зачетов, даже если для получения документа об образовании требуется зачет по физкультуре. Вместо прохождения занятий по физическому воспитанию и получения необходимых зачетов учащиеся, освобожденные от физкультуры могут участвовать в других академических курсах или мероприятиях, таких как курсы повышения квалификации, работа помощником учителя и т. д. Школьные округа и школы

также иногда допускают освобождения от занятий физкультурой или зачета по состоянию здоровья или инвалидности. Штат, школьные округа и школьная политика не должны допускать освобождений от занятий физкультурой или требований к зачету.

3) *Замены*. Некоторые школьные округа и школы разрешают учащимся заменять время занятий физкультурой или зачет другими видами деятельности (например, JROTC, внутришкольные спортивные состязания, общественные виды спорта, группы поддержки, маршевый ансамбль). Штат, школьный округ и школьная политика должны запрещать учащимся заменять физкультуру и зачеты на другие виды деятельности.

Все три области – *отказы, освобождения и замены* – представляют собой политику, лишаящую всех обучающихся возможности заниматься физическим воспитанием. Тщательное изучение политики в штатах, школьных округах и школах имеет решающее значение для того, чтобы все учащиеся получали образование, включающее физическое воспитание [5].

Учебная программа

Национальные стандарты предоставляют школьным округам и школам руководства для уточнения общих результатов, ожидаемых в программах физического воспитания. Новые национальные результаты по физическому воспитанию на уровне K-12 определяют навыки, которыми учащиеся должны овладеть на завершающих уровнях обучения, однако, данные результаты не предоставляют учителям информацию о методах разработки уроков, способах достижения данных навыков учащимися. Учебная программа по физическому воспитанию (Вставка 2) – это письменный, четко сформулированный план того, как будут достигаться стандарты и результаты обучения в школьном округе или школе [6].

Вставка 2. Учебная программа

- Школьные округа и школы должны иметь обязательную программу физического воспитания для классов K-12, которая является последовательной и всеобъемлющей
- Учебная программа по физическому воспитанию основана на национальных и/или государственных стандартах и результатах физического воспитания на уровне класса
- Учебная программа по физическому воспитанию отражает другие программы школы и школьного округа по своей структуре и графику пересмотра/обновления

Источник: The essential components of physical education, 2015 г.,

<https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Хорошо продуманная, основанная на стандартах учебная программа по физическому воспитанию состоит из многих частей и обеспечивает основу для определенных этапов получения знаний, согласованных с учебными мероприятиями в учебной программе и протоколами для оценки обучения.

Письменная учебная программа по физическому воспитанию определяет содержание преподавания на всех уровнях обучения, начиная с детского сада и заканчивая 12-м классом. Она включает в себя национальные и/или государственные стандарты физического воспитания, цели обучения, которым

должны соответствовать учащиеся, а также разделы и уроки, которые должны выполнять учителя [7].

Данные цели обучения определяют действия учащихся, направленные на достижение определённых целей, определяя методы обучения, оказывающие максимальное воздействие на физическую активность учащихся во время уроков и поддерживающие их умеренную или энергичную физическую активность в течение, по крайней мере, 50 процентов времени занятий.

Задания и проекты, предоставляемые учащимся, включены в учебную программу вместе со списком книг и материалов, связанных с учебной деятельностью. Тесты, оценки и любые другие методы, используемые для оценки обучения и успеваемости учащихся, включены и непосредственно связаны с определенными учебными целями каждого урока (Глоссарий реформы образования).

Документ об объеме и последовательности действий - это еще один ресурс, включенный в учебную программу. Сфера охвата - это четко определенный набор целей обучения, начиная с детского сада до 12 класса (K-12). Последовательность - это порядок, согласно которому достигаются данные учебные цели. Вместе взятые объем и последовательность четко формулируют спиралевидное развитие навыков, ожидаемое от учащихся, основанное на предшествующем обучении и включающее все более сложные навыки развития и использования [8].

Учебная программа включает стратегии дифференциации обучения и модификации для учащихся, имеющих разные способности. Каждый урок физического воспитания представляет множество возможностей для удовлетворения потребностей учащихся, поэтому, для обеспечения эффективного преподавания учителям необходимо составлять *дифференцированные планы обучения*.

Учебная программа по физическому воспитанию соответствует цели стандартизированной учебной программы в школьном округе во всех школах, обеспечивая равное образование для всех учащихся. Она также приводит к повышению качества преподавания и способствует повышению последовательности в обучении.

Соответствующие инструкции

Соответствующие инструкции в физическом воспитании (Вставка 3) учитывают различный уровень развития учащихся, который, может быть, у учащихся всех классов.

Вставка 3. Инструкции в физическом воспитании

!Учитель физкультуры использует практические задания и задания с преднамеренной практикой, способствующие достижению целей и задач, определенных в учебной программе физического образования школьного округа/школы (например, дифференцированное участие в инструктаже, модифицированная самооценка деятельности, самоконтроль).

!Учитель физкультуры постоянно оценивает успеваемость учащихся, чтобы задокументировать эффективность работы.

!Учитель физкультуры использует методы обучения, вовлекающие учащихся в умеренную или интенсивную физическую активность в течение не менее 50% времени занятий.

!Учитель физкультуры обеспечивает вовлечение всех учащихся и *проводит необходимую адаптацию для учащихся с особыми потребностями или ограниченными возможностями.*

Источник: The essential components of physical education, 2015 г.,

<https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Урок физического воспитания предусматривает *удовлетворение различных потребностей учащихся*, преподаватель физической культуры отвечает за предоставление учащемуся индивидуального образовательного опыта в соответствии с его потребностями. Ожидаемый стандарт обучения физическому воспитанию, ориентированный на учащихся, включает в себя широкий спектр подходов к обучению, позволяющих учителям организовать и донести содержание до учащихся наиболее эффективным из возможных способов.

Соответствующие инструкции включают в себя такие методы, как предоставление максимального количества возможностей для практики, работа в небольших группах, ограничение конкуренции в классе и обеспечение надлежащего оборудования и пространства, чтобы все учащиеся могли заниматься практическими заданиями как можно больше времени и становиться более самостоятельными.

Учитель физкультуры также должен использовать методы обучения, которые вовлекают учащихся в умеренную или интенсивную физическую активность в течение не менее 50 процентов времени занятий, способствуя максимальной физической активности во время занятий [9].

Соответствующие инструкции способствуют достижению учащимися определённых целей и результатов учебной деятельности, в которой они участвуют.

Инструкция (Вставка 4) также отражает содержание по трем областям обучения и включает постоянную оценку содержания в этих областях.

Вставка 4. Области обучения

- **Познавательные:** умственные навыки, связанные со знанием движения.
- **Эмоциональные:** относятся к росту чувств или установок.
- **Психомоторные:** относятся к ручным или физическим навыкам, связанным с движением.

Источник: The essential components of physical education, 2015 г.,

<https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>



Учителя дифференцируют обучение и подбирают оборудование для удовлетворения потребностей всех обучающихся, включая детей с особыми потребностями или ограниченными возможностями [9]. Тщательное формирование учебного опыта гарантирует, что

учащиеся 12-го класса (К-12) будут иметь возможность продемонстрировать содержание предмета и овладение навыками.

Когда учащиеся получают конструктивную обратную связь от учителя физкультуры, они узнают больше о своей успеваемости и степени успеха, который они достигают на постоянной основе.

Соответствующая оценка учащихся также является способом доказательства эффективности преподавателя в проведении инструктажа и содействии обучению.

Оценивание

Оценка учащихся – это сбор фактических данных об успеваемости учащихся и вынесение выводов об успеваемости на основе этих данных. Учителя физического воспитания собирают и отслеживают оценочные данные для принятия решений о методах обучения и для мониторинга успеваемости учащихся на протяжении всего обучения.

Доказательства обучения обучающихся могут включать портфолио с проверочными листами, рейтинговые шкалы, демонстрирующие их достижения, результаты наблюдаемой демонстрации физических навыков и традиционное конструктивное оценивание.

Оценивание учащихся (Вставка 5) обеспечивает подотчетность в обучении на основе стандартов и является ключевым компонентом образовательного процесса во всех предметных областях.

Вставка 5. Оценивание учащихся

- Оценивание учащихся проводится в соответствии с национальными и/или государственными стандартами по физическому воспитанию и установленными результатами обучения, а также включено в письменную учебную программу по физическому воспитанию в соответствии с протоколами администрации.

- Оценивание учащихся включает в себя практики, основанные на доказательствах, которые измеряют достижения учащихся во всех направлениях инструкций, включая физическую активность.

- Оценивание относится напрямую к целям обучения учащихся, идентифицированным письменно в программе физического воспитания.

- Учитель физического воспитания следует протоколам школы и школьных регионов для информирования о результатах прогресса учащимся и их родителям.

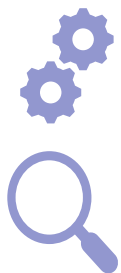
Источник: The essential components of physical education, 2015 г.,

<https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf>

Оценивание в физическом воспитании включает в себя проведение предварительного оценивания для выявления начальных результатов обучения учащихся, формативное оценивание при проведении инструкций для проверки понимания, а также проведение суммативного оценивания при завершении темы или последовательность инструкций для обеспечения полного описания прогресса каждого учащегося [6].

Соответствующее оценивание обеспечивает конкретные доказательства достижения обучающимися результатов обучения, позволяет учителям

реагировать на эффективность инструкций и обеспечивает доказательство успешности программы.



Широкий выбор методов оценивания используется в физическом воспитании и включает в себя традиционное *суммативное оценивание* и другие формы, такие как *проверочные листы, рейтинговые шкалы и рубрики*, которые напрямую связаны с содержанием результатов обучающихся, которые отражают уроки физкультуры. Учителя физкультуры отслеживают прогресс обучающихся в течение всего учебного периода, используя данные оценивания, демонстрируя, что учащиеся отвечают стандартам и результатам [9].

Усиление программ по физическому воспитанию

Организация «SHAPE America» призвана поддерживать программы физического воспитания для всех обучающихся с 1-го по 11-е классы, а также политики и практики по ведению предмета «Физическое воспитание» в Соединённых Штатах Америки. Детальное определение основных компонентов программ по физическому воспитанию обеспечивает директоров школ и других стейкхолдеров, работающих в системе образования, ясным видением критических политик и практик, которыми руководствуются школьные районы и школы для удовлетворения потребностей обучающихся. Для этой цели организация «SHAPE America» разработала Проверочный лист программы по физическому воспитанию, который директора школ могут использовать для выявления критических компонентов, которые должны учитываться в программах по физическому воспитанию. Использование основных компонентов физического воспитания одновременно с Проверочным листом программы по физическому воспитанию позволит анализировать, что происходит в настоящее время и планировать необходимые улучшения.

Пути улучшения инклюзии в физическом воспитании и физической активности

Выделяется действий, которые могут предпринять лидеры штата для продвижения инклюзии в физическом воспитании и физической активности на уровне школы и на уровне района.

1) Поделитесь любыми законами штата, политикой и рекомендациями по участию в физическом воспитании и физической активности учащихся с ограниченными возможностями с окружным и школьным персоналом. Это включает в себя формулировку политики в отношении инклюзивного физического воспитания и физической активности, адаптированного физического воспитания, повышения квалификации администраторов и персонала по вопросам формирования культуры инклюзии и сертификации персонала, работающего со студентами с ограниченными возможностями.

2) Поделитесь своими данными об обучающихся студентах с ограниченными возможностями на уровне штата с руководителями сферы образования и здравоохранения. Национальное исследование здоровья детей предоставляет интерактивный сайт для запроса данных, которые Вы можете использовать для определения позиции штата в отношении учащихся с ограниченными возможностями.

3) Определите партнеров из штатов и округов, которые уже возглавляют усилия по включению, и свяжитесь с ними, чтобы найти возможности для сотрудничества.

4) Потенциальными партнерами являются сотрудники государственной программы по инвалидности, филиалы Специальных Олимпийских игр штата, местные департаменты университетов, работающие над адаптивным физическим воспитанием и инклюзивностью, филиалы Американского общества здоровья и физкультурников (SHAPE), специалисты по адаптивному физическому воспитанию, адаптированные спортивные программы или клубы, а также смежные специалисты в области здравоохранения – трудотерапевты, физиотерапевты и логопеды.

5) Проведите краткую оценку текущей деятельности и потребностей. Эта оценка должна определить любые текущие мероприятия для включения на уровне штата и округа (например, программные усилия, улучшение окружающей среды, финансирование, профессиональное развитие) и любые потребности для включения на уровне округа и школы.

6) Проведите обучение персонала округа и школы тому, как создать инклюзивную программу физической активности в общеобразовательной школе (CSPAP), чтобы обеспечить доступность и инклюзивность возможностей физической активности до, во время и после школы.

7) Привлеките партнеров и университетские программы для обучения нынешних и будущих руководителей школ, учителей физкультуры и классных руководителей наилучшей политике и практике инклюзии. Это может включать в себя изучение того, как осуществлять адаптацию и приспособление к условиям, правилам, оборудованию, инструкциям и оценке [10].

1.2. Опыт Великобритании

Англия и Уэльс

В 2010 году коалиционное правительство объявило, что пересмотрит учебную программу по физкультуре, сделав наибольший акцент на проведение спортивных состязаний [11]. В соответствии с пересмотренной Национальной учебной программой, введенной в сентябре 2014 года, физкультура остается обязательной на всех ключевых этапах обучения [12].

Школы, поддерживаемые местными государственными органами, обязаны следовать Национальной учебной программе. Академии и частные школы не обязаны преподавать физкультуру, однако обязаны обеспечивать расширенную и сбалансированную учебную программу, способствующую духовному, нравственному, культурному, умственному и физическому развитию учащихся [13].

Заявленные цели Национальной учебной программы по физической культуре заключаются в обеспечении того, чтобы учащиеся в будущем овладели следующими навыками [14].



Национальные учебные программы по предмету «Физическая культура» определяют, чему следует учить на каждом ключевом этапе:

Основная стадия 1 [5-7 лет]

Учеников следует обучать:

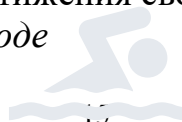
- освоению базовых движений, включающих: бег, прыжки, метание и ловлю, а также развитию равновесия, ловкости и координации, а также применению их в различных видах деятельности;
- участию в командных играх, разработке простой тактики нападения и защиты;
- исполнению танцев, используя простые движения.

Основная стадия 2 [7-11 лет]

Учеников следует обучать:

- использованию бега, прыжков, метания и ловли мяча по отдельности и в комбинации;
- игре в соревновательные игры, модифицированные там, где это уместно (например, в бадминтон, баскетбол, крикет, футбол, хоккей, нетбол, лапту и теннис), а также применению основных принципов, подходящих для атаки и защиты;
- развитию гибкости, силы, техники, контролю и равновесию (например, с помощью легкой атлетики и гимнастики);
- исполнению танцев, используя различные модели движений;
- участию в соревнованиях на свежем воздухе и приключенческих мероприятиях как индивидуально, так и в команде;
- сравнению достижений учащихся с их предыдущими результатами и демонстрации улучшений для достижения своих лучших результатов.

Плавание и безопасность на воде



Все школы должны обучать детей плаванию либо *на ключевой стадии 1*, либо *на ключевой стадии 2*. В частности, учащихся следует обучать:

- плавать грамотно, уверенно и умело на расстоянии не менее 25 метров;
- эффективно использовать различные стили плавания (например, кроль спереди, на спине и брассом);
- выполнять безопасное самоспасение в различных ситуациях на воде.

Основная стадия 3 [11-14 лет]

Учеников следует обучать:

- использованию различных тактик и стратегий для преодоления противников в прямом соревновании с помощью командных и индивидуальных игр (например, бадминтон, баскетбол, крикет, футбол, хоккей, нетбол, лапта, регби и теннис);
- развитию техники учащихся и улучшению их результатов в других соревновательных видах спорта (например, легкая атлетика и гимнастика);
- исполнению танцев, используя передовые танцевальные техники в различных танцевальных стилях и формах;
- участие в мероприятиях на свежем воздухе, связанных с интеллектуальными и физическими трудностями, поощрению работе в команде, укреплению доверия и развитию навыков решения проблем как индивидуально, так и в группе;
- анализу достижений учащихся с их предыдущими результатами и демонстрации улучшений для достижения своих лучших результатов;
- участие в спортивных соревнованиях и внешкольных мероприятиях, проводимых спортивными клубами и общественными организациями.

Основная стадия 4 [14-16 лет]

Учеников следует обучать:

- использованию и развитию разнообразных тактик и стратегий для преодоления противников в командных и индивидуальных играх (например, бадминтон, баскетбол, крикет, футбол, хоккей, нетбол, лапта, регби и теннис);
- развитию техники и улучшению своих результатов в других соревновательных видах спорта (например, легкая атлетика и гимнастика) или других физических упражнениях (например, танцы);
- принятию участия в дальнейших мероприятиях на свежем воздухе и в различных средах, создающих интеллектуальные и физические препятствия, которые поощряют учеников работать в команде, укрепляя доверие и развивая навыки решения проблем, как индивидуально, так и в группе;
- оценке своих результатов по сравнению с предыдущими и демонстрации улучшений путём выполнения целого ряда физических нагрузок для достижения собственных лучших результатов;
- регулярному участию в соревновательных видах спорта и внешкольных мероприятиях, проводимых спортивными клубами или общественными организациями [14].

Выводы по результатам изучения содержания учебной программы по физическому воспитанию учащихся

Акцент в преподавании физической культуры в Англии ставится на развитие широкого спектра двигательных компетенций, активное участие в соревновательных видах спорта, формирование здорового образа жизни. При этом, содержание учебной программы не содержит целей, задач по формированию вышеуказанных компетенций у детей с особыми образовательными потребностями.

Это подтверждают данные исследования, проведенного Тарантино и коллегами [15] с участием 12 учителей физкультуры, работающих в пяти средних школах на северо-западе Англии.

Цели исследования:

1. изучение способов и степени, в которой учителя пытались включить подростков с ограниченными возможностями и учеников с особыми образовательными потребностями в дополнительные занятия по физическому воспитанию;

2. изучение степени, в которой содержание, организация и проведение дополнительных занятий по физическому воспитанию влияют на вовлеченность и опыт, приобретенный учащимися.

Результаты исследования показали, что тенденция к включению детей с инвалидностью и особыми образовательными потребностями в массовые школы радикально не изменила содержание, организацию и проведение дополнительных занятий по физкультуре.

Так, при организации и проведении занятий, по словам учителей физкультуры, по-прежнему доминируют командные виды спорта, в которых сохраняется сильный акцент на успеваемость, высокие результаты и навыки. Учёные отмечают, что данная ситуация, по-видимому, привела к сокращению, а не к расширению возможностей учащихся участвовать в тех же мероприятиях и в той же степени в дополнительных занятиях по физкультуре, чем они могли бы выполнить при обучении в секторе специальных школ.

К примеру, по сравнению со своими сверстниками, не имеющими инвалидность, некоторым ученикам с инвалидностью и лицам с особыми образовательными потребностями, как правило, предоставлялся ограниченный и несколько узкий спектр занятий спортом и физической активностью, в которых они могли участвовать.

Учителя также предположили, что некоторые ученики редко участвовали, если вообще участвовали, в дополнительных занятиях по физкультуре, а в некоторых случаях их часто обучали отдельно от других учеников в клубах и командах, которые были специально сформированы для них в попытке более адекватно удовлетворить их потребности и способности.

Тарантино и коллегами сделан вывод о том [15], что до тех пор, пока учителя физкультуры и школы не захотят и/или не смогут внести желаемые изменения в содержание, организацию и преподавание дополнительных занятий по физкультуре, вместо того, чтобы разрабатывать более инклюзивные и несегрегированные формы обучения, учителя во многих школах будут ограничены и/или склонны продолжать реализовывать программы, которые, по сути, продолжают предоставлять то, что Пенни и Харрис называют «больше ресурсов для более способных учеников» при проведении дополнительных занятий по физкультуре [16].

Результаты приведённых исследований могут быть полезными для педагогов казахстанских школ при реализации принципов инклюзивности и доступности для учащихся с особыми образовательными потребностями, обучающимися в условиях инклюзивного образования, а также могут быть использованы разработчиками образовательных программ технического и профессионального, высшего образования по предмету «Физическая культура».

Шотландия

Ассоциация по физическому воспитанию Шотландии (далее – afPE Scotland) презентовала доклад о будущем развития физического воспитания в 21 веке [17].

По данным afPE Scotland для развития физического воспитания необходимо изучить *шесть* областей.

1. Что такое физическое воспитание?

2. Физическое воспитание и Учебная программа для достижения совершенства (Curriculum for Excellence, далее – CfE);

3. Какова основная цель и основные принципы физического воспитания?

4. Каков опыт изучения физического воспитания?

5. Структура и проведение предмета «Физическое воспитание»;

6. Школьное физическое воспитание в 21 веке.

Рассмотрим данные области более подробно.

Что такое физическое воспитание?

afPE Scotland считает, что существует настоятельная необходимость в четком определении физического воспитания, и что это определение лучше всего сформулировать, описав различия и сходства между четырьмя ключевыми, часто неверно истолковываемыми терминами: *физическая активность; физическое воспитание; школьный спорт и физическое воспитание для обучения на протяжении всей жизни.*

а) физическая активность

Это широкий термин, относящийся ко всем движениям тела, на которые тратится энергия. Таким образом, физическая активность включает в себя не только физкультуру, спорт и танцы, но и активные игры и привычные занятия, такие как ходьба пешком и езда на велосипеде, а также работу по дому и садоводство.

б) физическое воспитание

Это запланированный, прогрессивный процесс обучения, который проводится в определенное время по программе дошкольного, начального и среднего образования и служит основой для занятия физической активностью на протяжении всей жизни. Для некоторых детей и молодых людей физическое воспитание является их единственным организованным и регулярным занятием физической активностью.

с) школьный спорт

Это структурированное обучение, которое проводится вне определенной учебной программы. Школьный спорт обладает потенциалом для развития и расширения базовых знаний, приобретаемых в рамках освоения школьной учебной программы по физическому воспитанию, а также способствует формированию прочной связи с общественным спортом и физической активностью. Хотя всем детям и молодежи рекомендуется заниматься школьным спортом, не все хотят или имеют возможность им заниматься. В связи с этим важно, чтобы школы создавали возможности для занятия различными видами физической активности для всех детей и молодежи в дополнение к определенному учебному плану по физическому воспитанию.

д) физическое воспитание для обучения на протяжении всей жизни

Это в широком смысле непрерывный процесс, целью которого является оказание помощи людям всех возрастов в развитии двигательных навыков, привычек к физической активности, знаний, уверенности, мотивации и социальных навыков, которые способствуют насыщенной, активной жизни.

Ключевой характеристикой физического воспитания является то, что оно является единственной средой, в которой всем детям и молодежи может быть гарантирована возможность регулярно заниматься физической активностью и развивать основы для активной жизни [17].

Физическое воспитание и Учебная программа для достижения совершенства (CfE)

В 2010 году шотландские школы начали внедрять свою новую учебную программу – учебную программу для достижения совершенства (CfE) [18]. В рамках данной учебной программы физическое воспитание (физкультура) входит в область «Здоровья и благополучия» (HWB), являющейся одной из ключевых областей учебной программы наряду с грамотностью и счетом [19].

AfPE Scotland считает, что введение CfE предоставляет физическому воспитанию возможность внести значительный вклад как в общее образование, так и в здоровье и благополучие всех детей и молодежи в Шотландии.

Три ключевых аспекта CfE выдвигают на первый план эту ключевую роль физического воспитания [20]:

1. CfE определяет учебный план как «совокупность опыта», планируемого предоставить детям и молодежи в процессе получения ими образования, где бы они его не получали.

2. Физическое воспитание является единственной предметной областью CfE с конкретной целью расписания, а именно: каждый ребенок и молодой человек имеет право по крайней мере на два часа качественного физического воспитания каждую неделю.

3. Физическое воспитание было перенесено в основную область учебной программы «Здоровье и благополучие» и было четко сгруппировано с физической активностью и спортом, а также с аспектами физической

активности, здоровьем и благополучием, вынесенных на изучение за рамки определенного учебного плана по физическому воспитанию.

Ассоциация afPE считает, что данные изменения в учебной программе CfE имеют большое значение для физического воспитания и предоставляют возможность для установления мощных связей между конкретной учебной программой по физическому воспитанию и:

- физической активностью и спортом, физической активностью и здоровьем;
- теми аспектами здоровья и благополучия, грамотности и умения считать, которые являются «Ответственностью для всех» и которые усиливают важность передаваемых навыков для обучения, работы и жизни;
- с точки зрения здоровья и благополучия физическое воспитание играет ключевую роль в поддержании психического, эмоционального, социального и физического благополучия детей, их физической активности и спорта, а также принятия ими решений и осуществлении выбора;
- междисциплинарным обучением в рамках других учебных областей CfE;
- физической активностью и занятиями спортом в обществе и в домашних условиях [20].

Какова основная цель и ключевые принципы физического воспитания?

Ассоциация afPE считает, что основной целью физического воспитания является обеспечение права получения всеми детьми и молодыми людьми образования, дающего им основу для осуществления выбора физической активности на протяжении всего их детства и подросткового возраста, а также для подготовки их к участию в физической активности на протяжении всей оставшейся жизни.

Ассоциация afPE считает, что *ключевыми принципами*, лежащими в основе физического воспитания, являются:

- ✓ физическое воспитание соответствует уровню развитию;
- ✓ физическое воспитание является инклюзивным;
- ✓ физическое воспитание является совместным занятием;
- ✓ физическое воспитание осуществляется в течение всей жизни.

Принцип 1: Физическое воспитание соответствует уровню развитию

▪ Знания, предлагаемые детям и молодежи в области физического воспитания, должны соответствовать уровню их развития с целью формирования у них психомоторных навыков, когнитивного понимания, социальных навыков и эмоционального обучения, необходимых им для активного образа жизни.

▪ Чтобы последовательно предлагать детям и молодым людям соответствующий их развитию знания и навыки по физическому воспитанию, учителя должны иметь детальное представление о развитии ребёнка и подростка и о том, как это развитие влияет на их вовлеченность и обучение физическому воспитанию.

▪ Соответствие требованиям развития является основным принципом учебной программы CfE, что подчеркивается целостным и прогрессивным характером учебных программ для детей и молодежи в возрасте от 3 до 18 лет.

Принцип 2: Физическое воспитание является инклюзивным

▪ Физическое воспитание должно обеспечивать право всем детям для получения возможности учиться и получать пользу из своего опыта, предусмотренного учебной программой. Инклюзивность заключается не только в том, что все дети посещают занятия и принимают в них участие, но и в том, что все дети получают соответствующий опыт для улучшения своего обучения.

▪ Поэтому физическое воспитание должно быть ориентировано на детей, а по мере взросления – в большей степени на детей для того, чтобы они могли самостоятельно достичь потенциальных преимуществ физически активной жизни.

▪ Если все дети и молодежь должны быть надлежащим образом включены в общеобразовательный процесс, учителям (*в сотрудничестве с детьми и молодежью*) необходимо дифференцировать учебные цели и учебный опыт в зависимости от потребностей детей. Это имеет важное значение для методов педагогики, применяемых всеми учителями.

▪ Поскольку инклюзивность является основой учебной программы CfE, весь учебный опыт детей и молодежи сосредоточен на личных достижениях, индивидуализации и выборе.

Принцип 3: Физическое воспитание является совместным занятием

▪ Физическое воспитание должно помочь детям, молодежи и учителям рассматривать физическое воспитание как серию «совместных» учебных занятий и как опыт, являющийся неотъемлемой частью жизни. Этот настоящий учебный опыт должен быть связан не только с самой учебной программой по физическому воспитанию, но и с различными областями учебной программы и различными сферами жизни.

▪ Чтобы создать настоящий, взаимосвязанный опыт обучения физическое воспитание должно быть вынесено за рамки традиционного подхода с несколькими видами деятельности, состоящего из коротких блоков физических упражнений, часто не связанных между собой, которые приводят к разделенному и фрагментированному опыту обучения.

▪ Акцент учебной программы CfE, поставленный на междисциплинарном обучении, согласованности, прогрессировании, глубине и широте предлагает физическому воспитанию множество возможностей связать учебный опыт детей и молодежи со многими аспектами их общего образования.

Принцип 4: Физическое воспитание осуществляется в течение всей жизни

▪ Основываясь на понятии аутентичности, физическое воспитание должно признавать и развивать прочные связи с различными видами физической активности в масштабах всей жизни, с которыми дети и молодежь столкнутся в школьные годы. Данные возможности связаны не только с развитием направлений в спорте и танцах, но и со многими предлагаемыми условиями физической активности на открытом воздухе и в помещении.

Чтобы создать данные возможности, физическому воспитанию необходимо развивать тесные партнерские отношения с ключевыми заинтересованными

лицами на базе школ и сообществ для обеспечения создания и поддержания надежных маршрутов из школы в сообщество.

Каков опыт изучения физического воспитания?

Учебной программой aPE предполагается, что физическое воспитание должно быть сосредоточено на том, чтобы дети и молодежь «Учились двигаться» и «Стремилась учиться» в течение 3 взаимосвязанных возрастных фаз.

«Обучение движению» – обучение двигательным навыкам, необходимым для участия в различных видах физической активности.

«Стремление к обучению» – обучение, необходимое для успешного участия в различных физических упражнениях, и обучение, интегрированное с другими аспектами школьного обучения, выходящими за рамки физического воспитания.

Обучение, связанное с физической активностью

Познавательное обучение (планирование, критическое мышление, решение проблемных ситуаций, тактик, стратегий; оценка и суждения);

Социальное обучение (сотрудничество, коллаборация, конкуренция);

Эмоциональное обучение (устойчивость, мотивация, победа; проигрыш)

Обучение, выходящее за пределы области физического воспитания

Обучение в области здоровья и благополучия; Экспрессивное искусство; Языки, Математика, Естественные науки; Социальные исследования; Технологии и религиозно-нравственное воспитание.

Физическое воспитание включает в себя:

✓ Больше, чем изучение различных движений.

✓ Сложное сочетание обучения, включающее в себя психомоторную, когнитивную, социальную и эмоциональную области, которые улучшают участие учащихся в физической активности и в межпредметном обучении.

Фазы обучения физическому воспитанию

Ассоциация считает, что обучение физическому воспитанию проходит через три взаимосвязанных возрастных этапа.

Очень важно признать, что эти этапы «связаны с возрастом, а не зависят от возраста», и, поэтому, некоторые дети и молодые люди будут учиться дальше своей возрастной группы, тогда как другие еще не достигли своего возрастного этапа.

Этап основного физического воспитания

Возраст варьируется от 3-7/8 лет, ранняя стадия и 1-й уровень учебной программы CfE.

▪ Фокус основного этапа заключается в основе развития движений у детей, включающий в себя формирование основных двигательных компетенций, а также сопровождающее концептуальное обучение, поддерживающее адаптивность их движений и креативность.

▪ Данный этап служит основой для будущего развития, прогресса и достижений. Без этой основы многие дети и молодые люди не смогут иметь доступ к другим видам физической активности и никогда не раскроют свой потенциал.

▪ На основном этапе дети также знакомятся с различными видами физической активности, спортивными и танцевальными возможностями вне учебной программы.

Этап формирования физического воспитания

Возраст варьируется от 7/8 до 14 лет, 2, 3-й уровни учебной программы CfE

▪ На этапе формирования физического воспитания дети и молодые люди расширяют и укрепляют свои основные двигательные компетенции, свое когнитивное понимание, а также свои социальные и эмоциональные навыки, для того, чтобы применять их в более сложных и аутентичных/ «реальных жизненных» ситуациях, например, в спорте, танцах, играх на открытом воздухе и развлекательных мероприятиях.

▪ Этап формирования физического воспитания охватывает переход между начальным и средним образованием, в рамках которых должны быть приложены усилия для улучшения прогресса и постоянных достижений.

▪ На этапе формирования физического воспитания дополнительно развиваются связи с различными видами физической активности, спортом и танцевальными возможностями, выходящими за рамки учебной программы. Отслеживание участия детей и молодежи во внеклассной физической активности становится важным фактором.

Этап освоения жизненных навыков физического воспитания

Возраст варьируется от 14 лет, 3, 4 уровни учебной программы CfE

▪ На этапе освоения жизненных навыков молодым людям оказывается поддержка при осуществлении выбора между успеваемостью и участием, лидерством, администрированием, исполнением служебных обязанностей, академическими достижениями и профессиональной подготовкой.

▪ Учитывается переходный характер этого этапа, поскольку молодые люди завершают обучение в школе и получают дальнейшее образование, высшее образование или трудоустраиваются.

▪ Отслеживание вовлеченности молодежи во внеклассную физическую активность по-прежнему является важным фактором.

Структура и проведение физического воспитания

Ассоциация afPE считает, что для достижения долгосрочной цели физического воспитания необходимо решить ряд структурных проблем и вопросов обеспечения.

Экспериментальное и активное обучение в физическом воспитании

Ассоциация afPE поддерживает предпринимаемые в Шотландии шаги по вовлечению детей и молодежи в экспериментальное и активное обучение, чтобы вовлечь и бросить вызов их мышлению, используя реальные жизненные и/или воображаемые ситуации.

Ассоциация afPE считает, что физическое воспитание предоставляет учителям множество возможностей для использования эмпирических и активных подходов к обучению и, впоследствии, предлагает детям и молодым людям испытать истинный опыт, связанный с их жизнью вне школы.

Различные модели учебных программ

Ассоциация afPE считает, что истинный и взаимосвязанный опыт обучения возможен только в том случае, если физическое воспитание охватывает ряд моделей учебных программ, концентрирующихся на создании учебного опыта, ориентированного на то, чтобы дети и молодежь «учились двигаться» и «стремились учиться». Учителям, детям и молодежи необходимо лучше осознавать тот опыт физического воспитания, который ведет к интегрированному базовому обучению и настоящему «реальному» обучению. Современные разработки в обучении играм для понимания, спортивного, танцевального образования и обучения на свежем воздухе предлагают интересные возможности для изучения этого опыта «реальной жизни».

Междисциплинарное/межпредметное обучение

Ассоциация afPE вновь подчеркивает необходимость изучения многочисленных возможностей, которые реализуются физическим воспитанием в контексте с другими аспектами учебной программы для детей от 3 до 18 лет, а также с более широким сообществом любителей физической активности.

Эффективное партнерство

Ассоциация afPE поощряет создание эффективных партнерских связей в местном сообществе с привлечением специалистов более широкого сообщества. Эти партнерские отношения необходимы для создания и поддержания путей успешного участия и эффективности, связывающих школу с более широким сообществом. В частности, Ассоциация afPE признает важность развития тесных связей с Программой активных школ, сотрудниками по развитию спорта и другими специалистами по физической активности, работающими с детьми школьного возраста [20].

Школьное физическое воспитание в 21 веке

Качество и регулярность физического воспитания детей и молодежи в 21 веке играет важную роль в создании прочной основы для участия молодёжи в физической активности. В связи с этим в каждой стране должна быть разработана собственная концепция развития физического воспитания, с учётом действующей нормативной правовой базы и с применением успешного международного опыта. Проанализировав учебную программу по физическому воспитанию Шотландии, можно сделать вывод, что она соответствует принципам инклюзивности и доступности для всех учащихся и может быть рекомендована для изучения и использования в работе педагогам физического воспитания нашей страны. В частности, казахстанские педагоги могут использовать рекомендации Инспекции образования её Величества Королевы Великобритании по итогам исследования, проведённого в шотландских школах и пришкольных центрах [21].

1.3. Опыт Финляндии

Законодательство

Наиболее важными актами, содержащими положения о физической активности, способствующей укреплению здоровья и благополучия, являются

«Конституция Финляндии», «Закон о поощрении спорта и физической активности», «Закон о здравоохранении», «Закон о местном самоуправлении» и «Закон о молодежи» [22]. Согласно *Конституции Финляндии*, физическая активность является основным культурным правом. Целью «*Закона о поощрении спорта и физической активности*» является содействие благополучию и здоровью населения и поддержка роста и развития молодежи посредством физической активности. Согласно данному Закону под физической активностью, способствующей укреплению здоровья и благополучия, понимается «все виды физической активности в течение жизни человека, направленные на поддержание и улучшение состояния здоровья и функциональных возможностей населения». В соответствии с «*Законом о здравоохранении*» муниципалитеты должны включать консультирование по вопросам здоровья во всех службах здравоохранения и организацию медицинских осмотров и консультаций для всех возрастных групп, включая молодежь. С точки зрения физической активности молодежи «*Закон о молодежи*» также важен. Пропаганда здорового образа жизни является одной из его целей, а работа с молодежью и молодежная политика муниципалитетов включает проведение спортивных мероприятий для молодежи.

Конституция Финляндии

- физическая активность является основным культурным правом
- физическая активность способствует укреплению здоровья и благополучия населения

Закон о поощрении спорта и физической активности

- содействие благополучию и здоровью населения
- поддержание и улучшение состояния здоровья и функциональных возможностей населения

Закон о здравоохранении

- консультирование по вопросам здоровья во всех службах здравоохранения
- организация медицинских осмотров и консультаций для всех возрастных групп

Закон о молодежи

- пропаганда здорового образа жизни
- работа с молодежью и молодежная политика
- проведение спортивных мероприятий для молодежи

📌 *Министерство образования и культуры* отвечает за создание благоприятных условий для занятий спортом и физической активности, а также за координацию и развитие спортивной политики. Министерство подчеркивает важность спорта и физической активности для здоровья и благополучия людей, а также роль, которую спорт и физическая активность играют в укреплении гражданского общества и инклюзивности.

✦ *Национальные программы* поощрения физической активности и физических упражнений, т. е. программы «В движении», пропагандируют физически активный образ жизни для различных возрастных и демографических групп. Эти программы финансируются Министерством образования и культуры. Согласно стратегии «В движении», меры были нацелены на группы, чей уровень физической активности должен вызывать наибольшее беспокойство и на которых сосредоточено небольшое количество мер по развитию. В эти группы входили, например, молодые люди и семьи с детьми, находящиеся в неблагоприятном социально-экономическом положении, молодые люди с неполным средним образованием и учащиеся, обучающиеся в колледжах. Стратегия определила несколько целей и мер для участников для реализации на национальном, региональном и местном уровнях.

✦ *Правительство* поощряет занятия активным отдыхом путём обеспечения инструкциями, принятием мер и выделением финансирования. *Местные власти*, волонтерский сектор и предприятия играют ключевую роль в организации активного отдыха. Министерство образования и культуры стремится расширить возможности для занятий активным отдыхом детей и молодежи и физической активности на местном уровне. Приоритетами Стратегии по занятию активным отдыхом являются в том, чтобы сделать больше досуговых мероприятий доступными для детей в школьные часы и охватить тех детей и молодых людей, которые не могут участвовать в своих любимых досуговых мероприятиях.

✦ *Национальный совет по спорту* подготовил отчеты министерств о продвижении спорта и физической активности в сотрудничестве с различными министерствами. В отчетах описываются интересы каждого министерства, цели, меры, ресурсы, показатели, ключевое законодательство и основные области развития, связанные с популяризацией спорта и физической активности. Отчеты охватывают политику в отношении способов повышения физической активности на разных этапах жизни, строительства спортивных сооружений, гражданской активности в области физической активности и спорта высших достижений, и они были опубликованы в июне 2019 года.

Поощрение и поддержка спорта и физической активности среди молодежи

Согласно исследованию по укреплению здоровья в школах, физическая активность среди молодежи возросла, а число тех, кто занимается слишком малой физической активностью, сократилось. По данным Финского института здравоохранения и социального обеспечения, 27,9% учащихся 8-го и 9-го классов общеобразовательной школы занимаются спортом менее одного часа в неделю. Этот показатель среди учащихся 1-го и 2-го курсов профессиональных школ составляет 42,4%, а среди учащихся 1-го и 2-го курсов старших классов средней школы – 26,2% (2021 год). По данным Олимпийского комитета Финляндии в настоящее время 2/3 финских детей недостаточно занимаются физическими упражнениями для своего здоровья и развития, и по оценкам

специалистов примерно 70% детей не имеют доступ к занятиям в спортивных клубах, организуемых в течение учебного дня.

Программа «*Финские школы в движении*» - одна из наиболее важных программ, специально ориентированных на молодежь, направленная на формирование культуры физической активности в финских общеобразовательных школах. Школы и муниципалитеты, участвующие в программе, реализуют свои собственные индивидуальные планы по повышению физической активности в течение учебного дня. В программе участвуют более 90% муниципалитетов и общеобразовательных школ (2 116 школ).

Согласно исследованию, проведенному в 2018 году, ключевыми результатами Программы «*Финские школы в движении*» были:



У учащихся начальной школы физическая активность в течение учебного дня увеличилась, а время сидячего образа жизни сократилось (период проведения исследования – 2010-2012 гг., 45 школ).



Повышенная физическая активность на переменах и в течение всего учебного дня – 4% в начальных школах и 12% в младших классах средней школы.



Учащиеся младших классов средней школы больше времени на переменах проводят на свежем воздухе (этап программы 2013-2015 гг., 800 школ).





Доля детей и молодых людей в возрасте 11–15 лет, которые соответствовали рекомендациям по физической активности, увеличилась на 5% у мальчиков (с 30% до 35%) и на 11% у девочек (с 18 % до 29%) с 2010 по 2018 годы, на основе опросов (фаза ключевого проекта правительства – 2016-2018 гг., > 2000 школ).

➡ В 2017 году программа была расширена до полного среднего образования и профессионально-технического образования и профессиональной подготовки (Студенты в движении). Программа «*Студенты в движении*» направлена на повышение физической активности студентов для уменьшения проблем с опорно-двигательным аппаратом, улучшения способности студентов учиться и работать, развития культуры работы, поддерживающей активность в образовательных учреждениях, и расширения сотрудничества между различными субъектами. В общей сложности 227 учебных заведений и около 260 000 студентов присоединились к программе в течение 2017-2020 гг.

Олимпийский комитет Финляндии в 2016 году запустил программу «*Lasten Liike*» (*Детское движение*), целью которой является создание равных возможностей для всех финских детей по участию в доступных и качественных спортивных мероприятиях. Комитет продвигает деятельность детского движения на местном уровне совместно с региональными спортивными организациями, муниципалитетами, спортивными клубами и ассоциациями.

Первые результаты программы «Lasten Liike»

 Более 1/4 детей, принявших участие в этом движении, также увеличили свою двигательную активность вне занятий, связанных с хобби.

 Отношение 1/4 детей к физическим упражнениям стало более позитивным.

 1/3 детей, участвовавших в этом мероприятии, проводили больше времени со своими друзьями.

 Успеваемость 1/7 части детей в школе улучшилась.



Детское движение «Lasten Liike» также обучает профессионалов, молодежных работников и других лиц, работающих в области молодежных спортивных мероприятий и создает бесплатные материалы.

Физическое воспитание в школах

Создание условий для молодёжи по занятию физической активностью и спортом

Спорт и медицинское просвещение являются важными предметами в финских школах, однако они не ограничиваются только целью поощрения физической активности. Согласно национальной базовой учебной программе, спорт и медицинское просвещение являются обязательными предметами в рамках одноуровневого базового образования и программы старших классов средней школы. Согласно национальной базовой учебной программе для одноструктурного базового образования, *спорт в младших классах средней школы способствует развитию физических, социальных и эмоциональных компетенций учащихся.*

В 7-9 классах большое внимание уделяется развитию у учащихся способности к активным действиям и поиску занятий спортом в качестве хобби.

! Учителя должны учитывать состояние здоровья и особые потребности учеников, когда они планируют преподавание и оценивают успеваемость.

Медицинское просвещение подчеркивает всестороннее понимание здоровья и необходимость его укрепления. Навыки общения с людьми, умение управлять поведением и эмоциями – это не только темы, но и профилактика болезней, стрессов и кризисов.

Спортивное и медицинское просвещение также являются обязательными частями национальной базовой учебной программы *для старших классов средней школы.* Согласно национальной базовой учебной программе, спорт способствует выбору здорового образа жизни и хорошему самочувствию, тогда как оценка не должна основываться на уровне физической подготовки.

Доступны два обязательных курса (1 курс = 38 уроков) и дополнительные курсы с углубленным направлением. Существует один обязательный курс медицинского просвещения для всех, который охватывает основы здоровья. Курс углубляет знания, полученные в младших классах средней школы, а также поддерживает управление повседневной жизнью. Национальная базовая учебная программа для старших классов средней школы была опубликована в 2019 году.

Поддержание работоспособности, спортивное и медицинское просвещение


В системе профессионально-технического образования и профессиональной подготовки отсутствует общая национальная базовая учебная программа, которая была бы одинаковой для всех, независимо от квалификации, однако поставщики образовательных услуг следуют руководящим принципам и составляют учебные программы в соответствии с ними.

Обязательный, основанный на компетенциях учебный модуль «Поддержание работоспособности, спортивное и медицинское просвещение» является частью обучения в системе высшего профессионального образования и профессиональной подготовки, но его содержание и реализация могут варьироваться в зависимости от квалификации человека.

Например, в некоторых случаях может оказаться возможным проведение медицинского просвещения в виде онлайн-курса или принятия в качестве зачетов спортивных увлечений. Цель заключается в том, чтобы обучить студентов навыкам и знаниям, которые необходимы им для поддержания и развития их физических, социальных и умственных способностей.

Культурная и спортивная ассоциация финского профессионального образования «SAKU» отвечает за развитие физической активности среди учащихся профессиональных учебных заведений.

Финское национальное агентство по образованию, Министерство образования и культуры и SAKU разработали тест на определение работоспособности и выносливости студентов благодаря занятиям физкультурой и спортом [22].

 Цель – мотивировать студентов улучшать свою физическую активность и функциональные возможности по собственной инициативе уже во время учебы.

Рассмотрев общие положения по созданию условий для молодёжи по занятию физической активностью и спортом, изучим процесс вовлечения детей с особыми образовательными потребностями в занятия физической культурой путём изучения национальной учебной программы Финляндии.

Вовлечение детей с ООП в занятия физической культурой

Учебная программа

Финскими учёными Михайловиц и Меиер [23] изучена последняя реформа учебной программы в Финляндии, которая вступила в силу в августе 2016 года и

способствовала переходу к учебной программе, основанной на компетенциях. Данная программа подчёркивает роль разнообразия в качестве позитивного ресурса. Основной целью данного исследования было получение представления о понимании «инклюзии» в контексте преподавания физкультуры в Финляндии, также, особое внимание уделялось инклюзии учащихся с особыми образовательными потребностями (далее – ООП).

Данное исследование сосредоточено на изучении физкультуры, поскольку данный предмет все еще формируется под влиянием глубинных чувств, представляющих традиционные ценности Финляндии. Поэтому учёными проведён качественный контент-анализ текущей национальной учебной программы Финляндии по предмету «Физическая культура» с использованием дедуктивно-индуктивного подхода.

Результаты исследования демонстрируют, что официальные документы основаны на широком понимании инклюзии и разнообразия, которое распространяется не только на учащихся с ограниченными возможностями. Однако учебные планы по физкультуре имеют мало практического значения для преподавания учителей в разных классах, которое может отличаться от проанализированных документов при рассмотрении вопросов разнообразия.

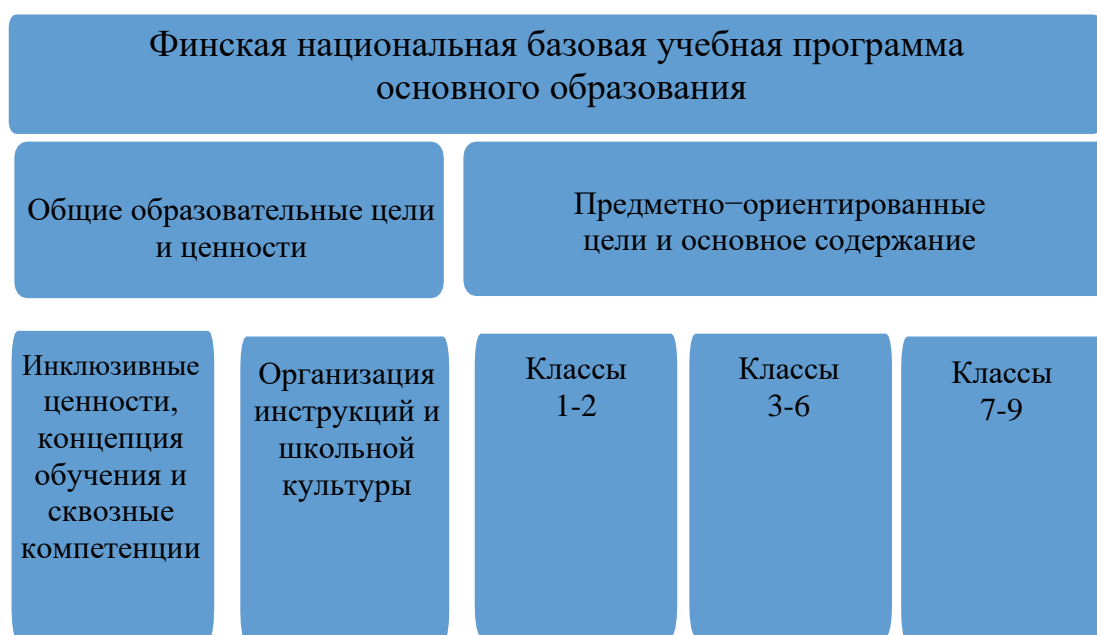
Учёные пришли к выводу, что несмотря на то, что финская учебная программа предоставляет педагогическую автономию учителям, необходимы дальнейшие исследования для выявления факторов влияния данной автономии на их инклюзивные практики.

Разработка учебных программ в Финляндии

Версия учебной программы 2004 года подчеркивала роль предметов в обучении. Последняя учебная программа Финляндии, разработанная в 2016 году, состоит из двух равных основных частей (рис. 4).

Первая часть состоит из общих и более широких целей образования, сквозных компетенций и современных ценностей, включая концепцию обучения и вопросы разнообразия. Во второй части представлены цели, основное содержание и критерии оценки по каждому школьному предмету. Таким образом, первая часть выполняет функцию обеспечения общей основы для информирования более предметной части [23].

Рисунок 4. Финская национальная базовая учебная программа основного образования



Источник: Including students with special educational needs in physical education: An analysis of the current Finnish national core curriculum. 2012 г., https://www.researchgate.net/publication/359300999_Including_students_with_special_educational_needs_in_physical_education_An_analysis_of_the_current_Finnish_national_core_curriculum

Физическое воспитание в Финляндии

Предмет «Физкультура» традиционно придерживается идеи однородного финского общества и культуры, что противоречит ценностям, упомянутым в содержании текущей основной учебной программы. Исторические корни данной ситуации можно отследить в традиционных ценностях финской спортивной культуры, основанной на национализме, учитывающей гендерные роли и ориентацию на достижение, и, в связи с этим, ограничивающей альтернативное содержание в учебных планах по физкультуре. Кроме того, по-видимому, существует разрыв между пониманием инклюзивного образования в учебной программе и реализацией инклюзивных практик на уровне школы. В прежних версиях учебной программы содержание физкультуры было разделено между девочками и мальчиками, и даже сегодня занятия физкультурой в основном организуются отдельно на уровне средней школы, хотя для этого нет юридических оснований.

Учебная программа для учащихся с ООП (перспектива способностей)

Как заявили Прайс и Сли, реформирование учебной программы для учащихся с ограниченными возможностями – это гораздо более масштабный проект, чем просто адаптация учебных программ. Данное реформирование предполагает гораздо более широкого взгляда на учебную программу, включающую в себя признания того, каким образом практика учебной

программы систематически исключает учащихся с ограниченными возможностями [24].

В исследовании Михайловиц и Меиер, о котором упоминалось выше, была использована теоретическая перспектива способностей, давшая возможность отразить и разрушить скрытые барьеры на пути к инклюзивности.

В свою очередь, Гиз и Руин отмечают, что *«учебные планы для занятий физкультурой документируют институциональные стандарты на фоне современной образовательной политики, спортивной педагогики и общества в целом»* [25].

Как показали и предыдущие исследования, желаемой учебной целью в физкультуре является физическое развитие учащихся в соответствии с требованиями конкретных видов спорта, что берёт своё начало в сильной роли, отводимой внеклассным занятиям различными видами спорта в прошлом. До тех пор, пока в текущих учебных программах в Финляндии [26] не были определены образовательные цели физкультуры, нормативные ожидания от физически развитого ученика, способного выступать на высоком уровне, были идеализированы в учебных документах. До сих пор во многих странах используются учебные планы по физкультуре с нормативными ожиданиями результатов, особенно если учебные планы разработаны с ориентацией на результат/компетентность [27, 28].

Уроки физкультуры, ориентированные на учащихся с высоким/ средним уровнем физической подготовленности, оставляют без внимания учащихся, имеющих низкий уровень физического развития и здоровья. Во многих случаях дети, имеющие инвалидность, рассматриваются как отличающиеся от нормы, и стереотипные представления все еще существуют в школьных программах: подобно отсутствию возможностей для обучения девочек и учащихся с другим цветом кожи в прошлом, данная проблема остаётся актуальной для людей с ограниченными возможностями [29].

С точки зрения теории способностей, учебные программы должны подвергать сомнению предположение о том, что инвалидность человека относится к определенным характеристикам, которые могут иметь дискриминационный и исключаяющий потенциал.

Например, стереотипы, ассоциирующиеся с конкретными нарушениями, включают предположение, что дети с нарушениями зрения автоматически не способны видеть объекты так же четко, как здоровые люди. Однако нарушения зрения неоднородны из-за ложной природы зрительной системы, и поэтому детям с нарушениями зрения обычно требуются различные приспособления или технологии для получения доступа к основному образованию. Многочисленные исследования показали, что в учебных программах физкультуры часто доминируют соревновательные виды деятельности, вытекающие из традиционной спортивной культуры.

Таким образом, содержание учебной программы сокращает возможности учащихся с ограниченными возможностями принимать участие в физкультуре [30]. Другие исследования показывают, что более широкое и целостное

понимание успеваемости и гибкие критерии оценки важны для удовлетворения потребностей всех учащихся, включая лиц с ограниченными возможностями [31]. Более того, успех обучения часто тесно связан со способностью к саморефлексии, в которой также ограничены дети, имеющие нарушения интеллекта [32]. Текущий анализ учебной программы показал, что финская базовая учебная программа по физкультуре таит в себе, по крайней мере, некоторый потенциал, связанный с исключением, для учащихся, неспособных задуматься о себе и своем учебном опыте [33].

По мнению ученых, о которых мы говорили выше, необходим более систематический анализ по изучению взаимосвязи между общей концепцией учебной программы и конкретными задачами по предмету «Физическая культура».



В Финляндии новейшая реформа учебной программы подчеркивает дидактическую автономию учителей и опирается на профессионализм учителей. *Учителя играют центральную роль в преобразовании содержания учебной программы* в содержательные уроки и, следовательно, несут высокую ответственность за успехи своих учеников в обучении. Несколько исследований показывают, что учителя в Финляндии обладают дидактической автономией до тех пор, пока содержание их преподавания соответствует основным принципам национальной учебной программы, служащим основой для их преподавания.



Финская национальная учебная программа рассматривает инклюзивность всеобъемлющим образом, ссылаясь на различные аспекты разнообразия и (инклюзивные) ценности, связанные с основными правами человека. Однако степень, в которой рассматривается инклюзивность, значительно варьируется в зависимости от общей и тематической части физического воспитания. Если общая часть национальной учебной программы Финляндии рассматривает вопросы разнообразия конкретным и всеобъемлющим образом, то учебная программа по физическому воспитанию в основном сводит концепцию разнообразия к измерениям «неспособности» и «культурного разнообразия».



Различия между учащимися в отношении гендерных вопросов вообще не упоминаются в учебных программах физкультуры. Учитель физкультуры может прочитать общую часть с точки зрения общих вопросов (например, общее понимание разнообразия) и предметную часть, чтобы знать, как определить содержание и результаты обучения, например, для преподавания физкультуры.

Таким образом, *отсутствует единое понимание намерений, связанных с разнообразием, между двумя частями финской национальной учебной программы.* С точки зрения учителей, задача разработчиков учебной программы состоит в том, чтобы вопросы разнообразия предусматривались в двух частях документа. В соответствии с результатами недавних исследований [34], учебная программа по физической культуре в Финляндии в основном поверхностна и не имеет большого значения для учителей, преподающих в классах, где обучаются

различные учащиеся. Однако, по сравнению с учебными документами других стран, проанализированные учебные программы Финляндии в наименьшей степени ориентированы на подготовку учащихся с высоким / средним уровнем физической подготовленности. Хотя стандартизированные компетенции включены в подходы к обучению в финской учебной программе, ожидания от результатов успеваемости имеют менее нормативный характер, чем в других странах.

Поскольку финская национальная базовая учебная программа по физкультуре довольно коротка по содержанию, *принятие решений о содержании и методах преподавания предоставляется учителям и школам*. Из-за гибкости учебной программы учителя, скорее всего, выбирают определенные виды спорта и физической активности, исходя из своих индивидуальных интересов, которые прямо не упомянуты в учебной программе. В финском обществе существует культура доверия к финским учителям и их профессиональной этике, подчеркивающая индивидуальное развитие детей [35].

Результаты исследования, упомянутого выше, подтверждают необходимость изменения представлений педагогов о нормативных представлениях, рассматриваемых разнообразие в качестве недостатка, вместо этого признавая разнообразие в качестве силы и достоинства. Тем не менее, по-видимому, существует несоответствие между учебной программой и реальной ситуацией в школах ввиду специфических для страны традиций разделения мальчиков и девочек на уроке физкультуры в Финляндии [36, 37] и роли традиционных видов спорта на уроках физкультуры в Финляндии [38]. Как отмечают Куджала и Хакала [38], «дух спорта все еще можно рассматривать в качестве «молчаливого партнера» в учебных программах физкультуры.

Михайловиц и Меиер [23] пришли к выводу, что предмет физкультуры, по-видимому, уникален в узости своей концептуализации включения из-за выдающейся роли спорта и, в частности «духа спорта» [39]. Уникальный узкий подход относится не только к финской учебной программе по физкультуре, но и – в более общем плане – к учебным программам по физкультуре во многих странах. По сравнению с учебными документами из немецкоязычных стран [40], например, ожидания от способностей неолиберальных обществ, следующих за продукцией подходящих и здоровых предметов, находятся в меньшей степени в центре внимания проанализированных учебных программ в Финляндии.

Далее, как утверждают Хакала и Куджала [39], «данные вопросы ограничивают альтернативные рассуждения по учебным программам физической культуры, даже сегодня, и одновременно ставят перед учащимися не только задачу по физической подготовленности, но и содействуют развитию их самосознания и моральных качеств. Следовательно, учителям важно понимать исторические основы предмета [40; 39]. Исследования мнений учителей физической культуры о целях предмета показывают, что они противостоят противоречиям между образовательными аспектами физкультуры и ее традиционной ролью [41; 42].

Ученные указывают на необходимость согласования концептуальных основ учебных программ и других документов, во избежание противоречивых и непонятных трактовок. Поэтому, когда дело доходит до изучения учебных программ, необходимо задаться вопросом о том, в какой степени эти руководящие принципы образовательной политики будут реализованы на практическом уровне в школах. Важно иметь в виду, что внедрение данных принципов на практическом уровне «зависит от вклада практиков, а также от включения в конкретные социальные и культурные структуры» [43].

В Финляндии от учителей ожидают, что они будут критически относиться к практике и выступать в качестве специалистов по учебным планам, однако мало что известно о том, способствует ли эта образовательная автономия развитию инклюзивных практик на уровне класса.

Учеными запланировано проведение качественного исследования (интервью) с учителями физкультуры с целью более глубокого анализа учебной программы и изучения взаимосвязи между теорией учебной программы и ее отражением в инклюзивном обучении. Так, по мнению Меиер [34], необходимы дальнейшие исследования для систематического изучения исключительного потенциала существующих учебных подходов с международной или сравнительной точки зрения, поскольку учебные документы предоставляют учителям обязательную основу для преподавания по их предметам.

1.4. Опыт Сингапура

Физическое воспитание в организациях образования Сингапура регулируется Программой физического воспитания 2014 года (далее – Программа 2014 года), заменившей Программу 2006 года [44]. Начиная с января 2014 года все программы физического воспитания для начальных классов 1-го и 2-го уровней и средних школ 1-го и 2-го уровней основаны на результатах обучения, изложенных в Программе 2014 года. Для эффективного внедрения национальной программы физического воспитания во всей школьной системе в Программе 2014 года указаны минимальные результаты обучения, которыми должны овладеть учащиеся в результате их обучения на основе эффективного преподавания и качественной практики в рамках программы физического воспитания.

Концепция развития физического воспитания и спорта определяет порядок преподавания физического воспитания и спорта в школьной системе. Она предусматривает воспитание нации активных и физически компетентных людей. Согласно Концепции, каждый учащийся ценит, участвует и занимается физическими упражнениями и видами спорта в соответствии со своими интересами и способностями для того, чтобы обогатить свою жизнь для отдыха и благополучия, личных испытаний и достижений или ради национальных наград (рис.5).

Рисунок 5. Концепция развития физического воспитания и спорта

Источник: Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University). 2014 г. <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>

<p style="text-align: center;">Участие в развлекательных мероприятиях</p> <p>Развитие физической активности и/специальные спортивные навыки и/специальные спортивные навыки и тактики</p> <p>Постоянное участие в физической активности и /или спорте, основанных на интересах и компетенциях</p> <p>Применение принципов преподавания и безопасных практик</p> <p>Сохранение здоровья и хорошей физической формы, связанной с навыками</p>	<p style="text-align: center;">Высокая успеваемость</p> <p>Большое количество тренировок и соревнований, основанных на результатах</p> <p style="text-align: center;">Специализация</p> <p>Фокусирование на одном виде спорта</p> <p>Закрепление одного или двух специальных спортивных навыков и тактик</p> <p>Применение тренировок в соревнованиях, уделяя победе второстепенное внимание</p> <p>Развитие психических навыков</p> <p>Акцент на силу и физическую подготовку, характерные для конкретного вида спорта</p>
<p style="text-align: center;">Широкомасштабное развитие</p> <p>Приобретение общих навыков и концепций (в рамках физической активности и спорта)</p> <p>Акцент на применение физических упражнений и спорта, соответствующих развитию</p> <p>Вовлечение в физические и спортивные виды деятельности, которые являются жизнерадостными и инклюзивными</p> <p>Понимание принципов преподавания и безопасных практик</p> <p>Развитие здоровья и хорошей физической формы</p> <p style="text-align: center;">Прочный фундамент</p> <p>Приобретение фундаментальных двигательных навыков и концепций движения</p> <p>Акцент на обучении и получении удовольствия от движений, соответствующих уровню развития</p> <p>Основные ценности (<i>уважение, ответственность, устойчивость, целостность, забота и гармония</i>)</p>	

Фундаментальные двигательные навыки и основные ценности обеспечивают прочную основу для обучения, участия и получения удовольствия от широкого спектра физических нагрузок и видов спорта. Благодаря всестороннему развитию физических навыков каждый может продолжать участвовать в них на уровне оздоровительных мероприятий. Те, у кого есть интерес и возможность участвовать на более высоком уровне, могут специализироваться и посвятить себя спортивным тренировкам.

Физические способности и интересы каждого человека меняются на протяжении всей жизни. Обладая широким спектром физических компетенций, каждый человек на любом уровне участия имеет возможность выбирать и переключаться на наиболее предпочитаемые физические нагрузки и виды спорта. Эти люди могут продолжать свое участие в развлекательных или соревновательных целях, что мотивирует их к участию на протяжении всей жизни.

Опираясь на программу физического воспитания, Программа совместных занятий спортом (далее – Программа СЗС) предоставляет возможности для специализации в спорте, а также для всестороннего развития в рамках специализированного вида спорта и в других видах спорта. Совместно с другими школьными программами, программа СЗС способствует целостному образованию и развитию компетенций 21 века для того, чтобы лучше подготовить каждого человека к процветанию в быстро меняющемся и тесно взаимосвязанном мире [44].

Цель и задачи физического воспитания

Цель физического воспитания состоит в том, чтобы дать учащимся возможность продемонстрировать индивидуально и совместно с другими физические навыки, практики и ценности, необходимые для того, чтобы всю жизнь вести активный, здоровый образ жизни.

Физическое воспитание заключается в движении. Движение является фундаментальным и незаменимым для жизни, работы и игр. Двигательная компетентность облегчает участие и позволяет людям получать удовольствие от физической активности. Человек, который может умело двигаться, обладает навыками и знаниями, связанными с движением, и ценит целенаправленное движение в течение всей жизни. *Программа физического воспитания является неотъемлемым компонентом школьной программы Сингапура.* Она предоставляет учащимся (в возрасте от 7 до 18/19 лет) возможности для обучения, позволяющие использовать движение для развития личности в целом. Кроме того, Программа направлена на овладение учащимися навыками, позволяющими им быть ответственными взрослыми и вносить свой вклад в общество, нацию и мир.

Учителя физкультуры сознательно используют движение в качестве основного средства для всеобъемлющего развития ребенка и его обучения путём применения трех способов: *обучение в движении, обучение через движение, обучение движению.*

Обучение в движении представляет учащимся тщательно подобранные физические упражнения, которые развивают эффективность и универсальность в различных сложных двигательных ситуациях, с которыми учащийся столкнется в школе и в будущем.

Физическое воспитание использует обучение через движение как средство когнитивного, эмоционального и социального развития.

Обучение движению направлено на ценность и преимущества здорового образа жизни и подтянутого тела.

Цели физического воспитания (рис. 6), служат руководством в развитии личности, способной индивидуально и совместно с другими продемонстрировать физические навыки, практики и ценности, необходимые для того, чтобы всю жизнь вести активный, здоровый образ жизни.

Каждая из этих целей одинаково важна, и они взаимодействуют с другими целями в рамках хорошо спланированной программы, учитывающей знания, навыки и ценности, желаемые для каждого учащегося.

Рисунок 6. Цели физического воспитания



Цель 1. Обучить ряду двигательных навыков для участия в различных физических упражнениях.

Цель 2. Понимать и применять концепции, принципы и стратегии движения в различных видах физической активности.

Цель 3. Демонстрировать безопасные практики во время физической и повседневной деятельности по отношению к себе, другим и окружающей среде.

Цель 4. Демонстрировать позитивное личное и социальное поведение в различных ситуациях.

Цель 5. Приобрести и поддержать улучшающую здоровье физическую форму путем регулярного участия в физических упражнениях.

Цель 6. Ценить преимущества физически активного и здорового образа жизни.

Источник: Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University). 2014 г. <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>


Вышеуказанные цели обеспечивают основу для согласования более точных результатов обучения, разработанных с учетом различного содержания физического воспитания в рамках трех образовательных уровней: *начального, среднего и предвузовского образования*. Достижение этих результатов обучения позволяет учащимся стать личностями, что и предусмотрено целью физического воспитания. Эта программа организована для достижения целей физического воспитания (рис. 7).


Рисунок 7. Концепция физического воспитания




Источник: Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University). 2014 г. <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>

На вершине находится цель физического воспитания, достигаемая с помощью различных областей обучения, чтобы позволить учащимся стать компетентными в движении к концу начального уровня, уверенными участниками после среднего уровня и убежденными защитниками к моменту окончания довузовской подготовки.

 *На уровне начальной школы* учащиеся овладевают фундаментальными двигательными навыками, включающими концепции движения. Они развивают эффективность и универсальность в своих выступлениях, практикуясь и передавая свои навыки в семи областях обучения: легкой атлетике, танцах, играх и спорте, гимнастике, занятиях на свежем воздухе, физическом здоровье и фитнесе и плавании, чтобы стать учащимися, компетентными в движении.

 *На уровне средней школы* учащиеся закладывают фундамент и применяют свои знания и навыки из трех областей обучения: физическое здоровье и фитнес, обучение на свежем воздухе и физические нагрузки в естественных условиях. Они развивают свою зрелую успеваемость таким образом, чтобы к моменту окончания средней школы стать уверенными участниками.

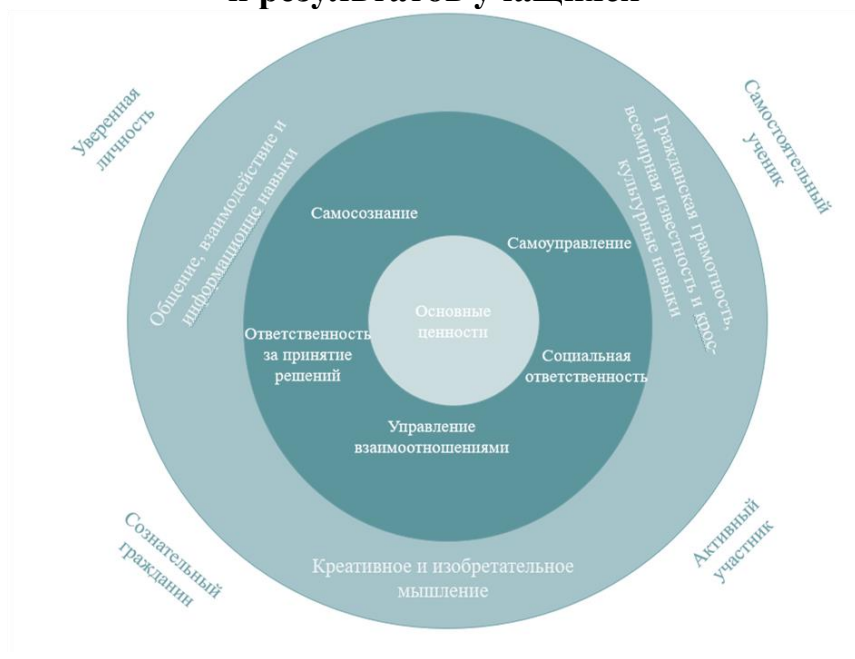
 *На уровне довузовской подготовки* учащиеся берут на себя ответственность за свое собственное активное участие, выбирая спортивные мероприятия в соответствии со своими интересами. Более того, они выступают в качестве убежденных пропагандистов для своих сверстников, оказывая на них влияние и бросая им вызов, чтобы они стали активными и здоровыми личностями. Обучение эмоциональным навыкам и компетенциям 21 века являются как результатами, так и средствами, способствующими изучению физического воспитания [44].

Концепция Министерства образования Сингапура по развитию компетенций 21 века и результатов учащихся

Концепция Министерства образования Сингапура по развитию компетенций 21 века и результатов учащихся (рис. 8) четко формулирует необходимость привития основных ценностей, формирования социальных и эмоциональных компетенций и развития появляющихся в 21 веке компетенций через учебный опыт учащихся.

Формирование убеждений, установок и действий основывается на шести основных ценностях: *уважение, жизнестойкость, ответственность, честность, забота и гармония*, все они действительно представлены на уроке физического воспитания для учителя с целью оказания ему содействия в развитии данных качеств у учащихся [44].

Рисунок 8. Концепция по развитию компетенций 21 века и результатов учащихся



Источник: Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University). 2014 г. <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>

Планирование для преподавания и обучения компетенциям 21 века

Очень важно, чтобы учителя планировали уроки физического воспитания в первую очередь с четким учетом психомоторных и когнитивных результатов. После этого эмоциональные результаты соответствующим образом накладываются на физические нагрузки, сохраняя при этом высокое время активности. Интерактивный характер многих физических упражнений, направленных на решение проблем, позволяет учащимся иметь множество возможностей для развития положительных эмоций, общения и сотрудничества с другими, поиска и уточнения информации, а также критического и творческого мышления.

Объем и последовательность

Подобно результатам обучения для всех областей обучения, определение объема и последовательности компетенций 21 века в области физического воспитания необходимо для того, чтобы сознательно планировать прогрессивный опыт обучения, при котором учащиеся смогут применять компетенции на практике в течение длительного периода обучения, что приведет к развитию основных ценностей.

В этой программе определены результаты обучения для каждой ключевой ценности, представленные в форме соответствующих социальных и эмоциональных компетенций и формирующихся компетенций 21 века. Социальные и эмоциональные компетенции и формирующиеся компетенции 21 века были отобраны и адаптированы из стандартов и ключевых документов на основе показателей в области социальных и эмоциональных компетенций и

формирующихся компетенций 21 века, разработанных Министерством образования Сингапура [44].

Данные компетенции были отобраны для каждого из пяти этапов образования, соответствующих уровню развития, а именно: 3-го, 6-го уровням начального образования, 2-го, 4/5-го уровням среднего образования, 2/3-го уровням довузовской подготовки. К концу каждого этапа студенты должны быть обучены всем выявленным социальным и эмоциональным компетенциям, а также формирующимся компетенциям 21 века, связанным со всеми шестью основными ценностями. Школы могут также включать другие результаты, соответствующие миссии школы, ценностям и характеру, а также усилиям по воспитанию гражданственности.

Рассмотрев особенности физического воспитания в школах Сингапура, рассмотрим, каким образом организована система поддержки учащихся с особыми образовательными потребностями.

Поддержка детей с особыми образовательными потребностями в общеобразовательной школе в Сингапуре

В общеобразовательных средних школах Сингапура могут обучаться дети, обладающие когнитивными способностями и адаптивными навыками, необходимыми для освоения национальной учебной программы и обучения в общеобразовательной среде, имеющие следующие особые образовательные потребности:

- синдром дефицита внимания и гиперактивности;
- дислексия;
- нарушения слуха;
- легкие расстройства аутистического спектра;
- физические нарушения;
- нарушения зрения.

Все школы в той или иной степени оснащены безбарьерным доступом [46].

Типы поддержки специального персонала:

- Сотрудники по поддержке учащихся с особыми образовательными потребностями оказывают поддержку в обучении и поведении учащихся посредством индивидуального вмешательства или обучения навыкам в небольшой группе, или оказывают поддержку учащимся в классе в течение примерно 30-60 минут в неделю.

- Учителя, прошедшие подготовку в области особых потребностей, оказывают поддержку в обучении, планируют стратегии обучения и адаптируют уроки для учащихся с особыми образовательными потребностями, а также делятся стратегиями обучения с другими учителями.

Интервенции и программы поддержки

Доступ к Основной программе грамотности, субсидируемой Министерством образования Сингапура, проводится Ассоциацией по поддержке учащихся с дислексией.

«Круг друзей» – программа по поддержке сверстников, подверженных риску трудностей в социальном взаимодействии в школьных условиях.

«Лицом к лицу со своими страхами» - программа группового вмешательства для учащихся с возникающей тревожностью, направленная на овладение навыками самоуправления.

Специальная поддержка

- Специальные условия при сдаче национальных экзаменов (увеличенный шрифт и дополнительное время);

- Безбарьерный доступ для поддержки учащихся, которым требуются средства передвижения, такие как инвалидные кресла;

- Специальная поддержка учащимся с умеренной или глубокой степенью нарушения слуха и зрения осуществляется в специальных школах;

- Услуги агентств социальных служб (Сингапурская ассоциация глухих, AWWA Ltd) для поддержки учащихся с нарушениями слуха, зрения, физическими нарушениями. Данные службы проводят оценку потребностей учащихся и помогают учителям в их работе с детьми, имеющими нарушения;

- Вспомогательные технологические устройства, такие как: оборудование для частотной модуляции, программное обеспечение для преобразования текста в речь и увеличители для граждан Сингапура с потерей слуха, зрения или физическими нарушениями;

- Льготы и скидки на транспортные услуги в общественном транспорте для лиц с ограниченными возможностями.

Направление к другим специалистам

Учащиеся с особыми образовательными потребностями могут иметь другие потребности, помимо обучения, которые требуют терапии или вмешательства смежных медицинских работников (*трудотерапевты, логопеды, психотерапевты, психологи*).

Рассмотрев особенности физического воспитания учащихся в школах Сингапура, а также поддержку учащихся с особыми образовательными потребностями, рассмотрим, каким образом учащиеся с особыми образовательными потребностями вовлечены в занятия физической культурой.

Включение учащихся с ограниченными физическими возможностями в программу физического воспитания в Сингапуре

Взгляды сверстников, не имеющих ограниченные возможности, считаются важным фактором, определяющим успешное интегрированное физическое воспитание. Целью исследования, проведённого Ли и коллегами [47], было изучение взглядов учащихся, не имеющих ограниченные возможности, на включение учащихся с ограниченными физическими возможностями в программу физического воспитания в Сингапуре. 219 учащихся начальной и средней школы приняли участие в онлайн-опросе, в котором они поделились своими взглядами касательно включения учащихся с ограниченными физическими возможностями.

Количественные результаты показали, что 86,3% участников высказали положительное мнение касательно включения сверстников с ограниченными физическими возможностями в совместные занятия по физическому воспитанию, при этом, 13,7% участников выразили отрицательное либо нейтральное мнение. Кроме того, девочки с большей вероятностью чем мальчики, а также большая доля учащихся средних школ, по сравнению с учащимися начальных школ, также выразили положительное мнение. Контент-анализ был использован для кодирования 277 открытых точек зрения учащихся в поддержку выраженных ими мнений. Различные точки зрения были закодированы и впоследствии сгруппированы по 15 категориям для подтверждения ответов «да», «нет» и «возможно». Понятие «равенство» было наиболее часто упоминаемой категорией для поддержки положительных ответов участников. Что касается отрицательных ответов, то чаще всего участниками сообщалось о негативных последствиях включения учащихся с ограниченными возможностями, таких как издевательства и травмы. В нейтральных ответах участники упоминали о зависимости и несовместимости учащихся с ограниченными возможностями со своими сверстниками, не имеющих ограниченные возможности. В данном исследовании участники в основном поддерживали интеграцию учащихся с ограниченными физическими возможностями в совместные занятия по физкультуры и отмечали этические, эмоциональные, психомоторные и социальные преимущества в качестве основных причин.

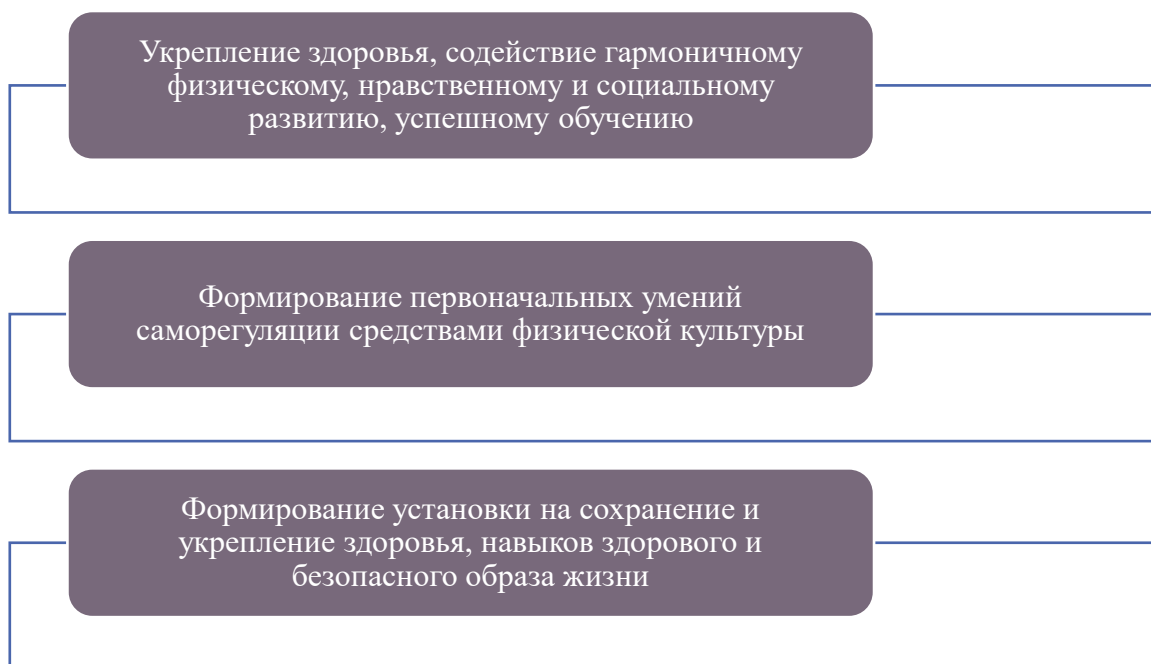
Результаты данного исследования подтверждают результаты предыдущих исследований касательно ряда преимуществ интегрированной физкультуры для всех учащихся, таких как: поддержка социального, когнитивного и физического роста в обстановке, усиливающей принятие, принадлежность и поддержку. При этом, отрицательное отношение 10% участников о включении учащихся с ограниченными возможностями, свидетельствуют о том, что *проблема непринятия данной группы детей всё ещё существует в сингапурских школах.*

Таким образом, результаты данного исследования демонстрируют важность формирования положительного отношения сверстников к включению детей с ограниченными возможностями в совместные занятия физкультурой, а также проведения педагогами работы по формированию инклюзивной культуры у учащихся.

1.5. Опыт Российской Федерации

В соответствии с действующим законодательством Российской Федерации в области образования (например, Федеральные государственные образовательные стандарты (далее – ФГОС), учебный предмет «Физическая культура» является обязательным [48].

Основными задачами реализации содержания начального образования по предмету «Физическая культура» являются следующие [48]:



Необходимо отметить, что требования к содержанию предмета «Физическая культура» основного общего и среднего общего уровней содержания образования включают не только требования для всех учащихся, но также и для учащихся с *нарушениями зрения и опорно-двигательного аппарата*.

Так, содержание основного общего образования (1) для слепых и слабовидящих обучающихся включает:

- ✓ формирование приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;
- ✓ формирование представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни.

Содержание основного общего образования (2) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата включает:

- ✓ владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений у обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата;
- ✓ владение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- ✓ владение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;
- ✓ владение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;

✓ умение ориентироваться с помощью сохранных анализаторов и безопасно передвигаться в пространстве с использованием при самостоятельном передвижении ортопедических приспособлений [49].

Содержание среднего общего уровня образования для слепых и слабовидящих обучающихся включает:

✓ сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;

✓ сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни.

В содержание среднего общего уровня образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата входят:

✓ овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;

✓ овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

✓ овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

✓ овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности [50].

Помимо ФГОС для начального, основного общего, среднего общего уровней образования в РФ реализовываются Стандарт «Начальное общее образование обучающихся» (для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья), Стандарт «Образование обучающихся с умственной отсталостью» [51].

ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья представляет собой «совокупность обязательных требований при реализации адаптированных основных общеобразовательных программ начального общего образования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность».

Основными задачами реализации содержания предметной области «Физическая культура» Стандарта «Начальное общее образование обучающихся» (для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья) являются следующие:

- Обучение выполнению доступных видов движений на уроках физкультуры и вне их.

- Формирование умения включаться в доступные ребенку подвижные игры и занятия, адекватно дозировать физическую нагрузку.

- Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные игры, плавание, езда на велосипеде.

- Формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости) [51].

ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представляет собой «совокупность обязательных требований при реализации адаптированных основных общеобразовательных программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность» .

Содержание задач предметной области «Физическая культура» Стандарта «Образование обучающихся с умственной отсталостью» различается в зависимости от степени нарушения обучающихся [52]:

1-й вариант предполагает, что обучающиеся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) получают образование, которое по содержанию и итоговым достижениям не соотносится к моменту завершения школьного обучения с содержанием и итоговыми достижениями сверстников, не имеющих ограничений здоровья, в пролонгированные сроки.

Задачи 1-го варианта:

- Физическая культура (Адаптивная физическая культура).
- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; соблюдение индивидуального режима питания и сна. Воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта. Формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и других. Формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать. Овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся. Коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы. Воспитание нравственных качеств и свойств личности.

2-й вариант предполагает, что обучающиеся с умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития) получает образование, которое по содержанию и итоговым достижениям не соотносится к моменту завершения школьного обучения с содержанием и итоговыми достижениями сверстников, не имеющих ограничений здоровья, в пролонгированные сроки.

Задачи 2-го варианта:

- Адаптивная физическая культура.
- Развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений. Освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием технических средств). Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью. Формирование двигательных навыков, координации движений, физических

качеств. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: велосипедная езда, ходьба на лыжах, спортивные и подвижные игры, туризм и других [52].

Необходимо отметить, что помимо предметной области «Физическая культура» Стандарт «Образование обучающихся с умственной отсталостью» включает в себя коррекционно-развивающую область.

Содержание коррекционно-развивающей области для учащихся с лёгкой умственной отсталостью включает обязательное проведение коррекционных курсов: «Ритмика», «Коррекционные занятия (логопедические и психокоррекционные)».

Задачами коррекционного курса «Ритмика» являются:

- развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением.
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки.
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.

Содержание коррекционно-развивающей области для учащихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и множественными нарушениями развития включает в себя обязательное проведение коррекционных курсов: «Сенсорное развитие», «Предметно-практические действия», «Двигательное развитие», «Альтернативная коммуникация», «Коррекционно-развивающие занятия».

Задачами коррекционного курса «Двигательное развитие» являются:

- Мотивация двигательной активности; поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений.
- Обучение переходу из одной позы в другую; освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации); формирование функциональных двигательных навыков; развитие функции руки, в том числе мелкой моторики; формирование ориентировки в пространстве; обогащение сенсомоторного опыта [53].

В соответствии с Федеральным базисным учебным планом [54] введен третий час учебного предмета «Физическая культура», направленный на «увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». Согласно ФГОС, школы имеют право выбирать образовательные программы для выполнения ФГОС в зависимости от выбранной образовательной системы, наличия необходимой материально-технической базы и педагогических кадров. Данные программы ежегодно утверждаются Министерством образования РФ и рекомендуются для использования в работе после апробации. Леньшина и коллеги [55] выделяют 9 основных программ по физической культуре:

1. Программы с комплексным содержанием
2. Модульные программы

3. Программы с изучением игровых видов спорта
4. Программы с изучением сложно-координационных видов спорта
5. Программы с изучением спортивной борьбы
6. Интегративные программы
7. Программы для учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной группе
8. Программы внеурочной деятельности
9. Программы дополнительного образования.

Рассмотрим каждую из программ:

№	Наименование программ	Содержание
1	Программы с комплексным содержанием	предусматривают использование комплекса упражнений из подвижных и спортивных игр, элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки и других
2	Модульные программы	состоят из ряда модулей для определённых возрастных групп (классов). К каждому модулю разработано методическое видео-пособие, которое может использоваться педагогом на уроке (по самостоятельному выбору!)
3	Программы с изучением игровых видов спорта	разработаны на основе тенниса, настольного тенниса, бадминтона, гольфа и проводятся в зависимости от размера спортивного зала и его оснащения
4	Программы с изучением сложно-координационных видов спорта	адаптируются для учащихся по сложности изучаемых элементов (художественная гимнастика, аэробика, акробатический рок-н-ролл, фигурное катание)
5	Программы с изучением спортивной борьбы	проводятся в регионах, где традиционно развиты виды борьбы
6	Интегративные программы	интеграция общеобразовательной и игровой программы (например, традиционная программа физкультуры интегрируется с дополнительными занятиями по футболу)
7	Программы для учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе	включает такие разделы: основы знаний, оздоровительная и корригирующая гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры (элементы спортивных игр), подвижные игры, гимнастика, лыжная подготовка, плавание. Раздел «Оздоровительная и корригирующая гимнастика» направлен на формирование у учащихся правильной осанки, упражнений для повышения функциональных возможностей органов дыхания, зрения, сердечно-сосудистой системы. При этом, на уроке используются только те упражнения, которые не противопоказаны учащимся
8	Программы внеурочной деятельности	включают материалы, используемые в секционной работе в школе, а именно, нормативы по

		физкультуре отрабатываются в виде игровых заданий во внеурочной деятельности
9	Программы дополнительного образования	реализуются в группах дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности

Необходимо отметить положительное влияние предмета «Физическая культура» не только на здоровье учащихся, но и на их воспитание.

Анализ содержания учебно-воспитательных программ, а также практическое содержание предмета «Физическая культура» позволил Фёдорову и коллегам [56] выделить базовые сферы ценностные приоритеты, базирующиеся на характерном содержании физической культуры (Таблица 1).

Таблица 1. Ценностные приоритеты физической культуры в образовательном процессе

Базовые сферы	Ценностные приоритеты физической культурой
Личностно-мотивационная сфера	целевые возможности формирования личностных качеств на основе позитивно побудительных мотивов учебно-познавательной деятельности
Познавательноразвивающая сфера	непосредственная трансформация предметных знаний в область реальных практических действий по физическому совершенствованию человека
Организационнорегулятивная сфера	характерная упорядоченность действий в процессе проведения различных видов обязательных и самостоятельных занятий физической культурой
Коммуникативноэтическая сфера	реальные условия для проявления этических норм поведения в непосредственном взаимодействии со сверстниками и взрослыми в процессе совместной физкультурно-спортивной деятельности
Двигательноэнергетическая сфера	движение как неотъемлемый атрибут жизнедеятельности человека с поддержанием рационального энергетического баланса поступления и расхода энергии
Эмоциональноволевая сфера	мобилизация внутренних ресурсов на проявление волевых качеств в условиях интенсивной двигательной деятельности на фоне эмоциональной устойчивости
Функциональнооздоровительная сфера	активизация дееспособности внутренних органов и систем организма для сохранения и укрепления здоровья в процессе повседневной жизнедеятельности человека

Формирование у учащихся вышеуказанных ценностей способствует всестороннему развитию личности, включая их успешную социализацию. В связи с чем, по мнению учёных, ценностные приоритеты имеют универсальный характер и могут быть использованы учителями физкультуры при формировании учебных целей учащихся, в особенности, для концентрации внимания учащихся при выполнении самостоятельной практической деятельности и дальнейшего выполнения ими физических упражнений [55].

Особое влияние физическая культура имеет для учащихся с ограниченными возможностями, так как способствует не только укреплению их здоровья, но и их успешной реабилитации и социализации. Для успешного вовлечения детей с ограниченными возможностями в занятия физическим воспитанием, учителям физической культуры необходимо знать их психофизиологические особенности, в соответствии с которыми им необходимо подбирать соответствующие педагогические технологии. В работе с учащимися с ограниченными возможностями, по мнению Карягиной и коллег [57], необходимо применять индивидуальный подход, так как виды и степень нарушений развития учащихся различная и требует применения дифференцированных упражнений. Работа учителя физической культуры подразумевает владение учителем навыками профессионального сотрудничества, так как для успешного включения в занятия физкультурой учитель должен сотрудничать с классным руководителем, специалистами (психолог, невролог, тьютор) и родителями.

Для эффективного включения учащихся с ограниченными возможностями в занятия физкультурой, учитель использует индивидуальные формы работы (например, выполнение двигательного задания по карточке, с помощью партнера, при этом ребёнок сам выбирает объём и сложность задания). Выполняя задания в паре, у ребёнка с ограниченными возможностями повышается самооценка и уверенность в себе, что способствует его успешной социализации в коллективе сверстников. При групповых видах работы учитель физкультуры работает совместно с тьютором или другим учителем-коллегой. Карягина и коллеги подчеркивают, что включение детей с ограниченными возможностями в совместные занятия физической культурой с их сверстниками способствуют не только успешной социализации и повышению самооценки детей с ОВР, но также формирует инклюзивную культуру у их сверстников [57].

Карягина и коллеги выделяет следующие ключевые компетенции для педагогов физкультуры по работе с детьми в условиях инклюзивного образования:

1. Владение психологическими закономерностями и особенностями возрастного и личностного развития детей в условия инклюзивной образовательной среды.

2. Владение методами психологического и дидактического проектирования учебного процесса для совместного обучения детей с ограниченными возможностями с их сверстниками.

3. Владение способами взаимодействия между всеми субъектами образовательной среды (с обучающимися, родителями, коллегами-преподавателями, специалистами).

В настоящее время в Российской Федерации, как и во многих странах Европы (например, в Швеции) успешно развивается адаптивная физическая культура. При этом анализ затруднений педагогов в процессе физического воспитания обучающихся в инклюзивных условиях, проведённый Шеенко и Рыжковой [58], показал, что учителя адаптивной физической культуры имеют трудности в работе с детьми с ограниченными возможностями. В анкетировании учителей

адаптивной физической культуры выявлено, что 24,1% учителей имеют высокий уровень затруднений в процессе физического воспитания обучающихся в инклюзивных условиях, 39,2% учителей – средний уровень, 25,7% учителей – низкий уровень и лишь 11,0% учителей не испытывают проблем. Основными проблемами при обучении детей с ограниченными возможностями учителя назвали следующие:

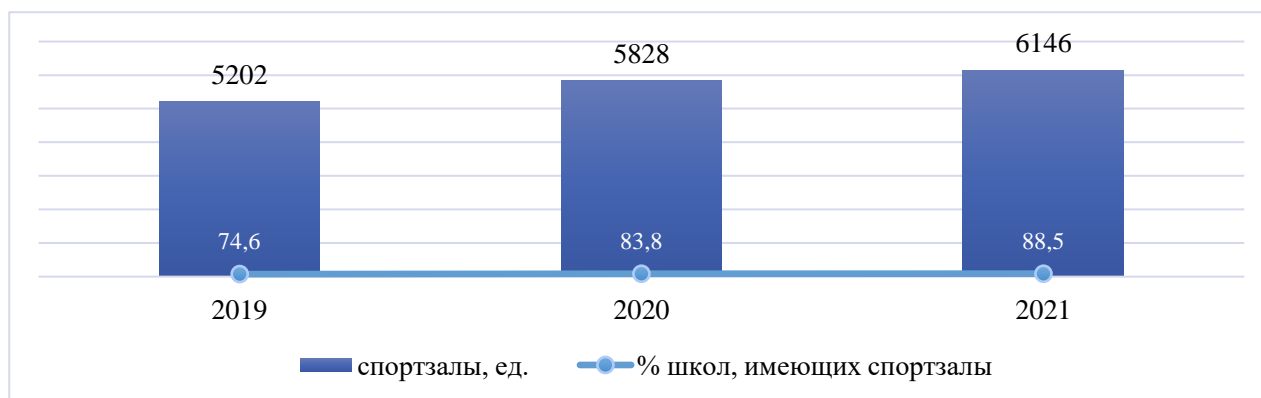
- ✓ Достижение индивидуальной задачи всеми участниками образовательного процесса в рамках урока, реализуемого в соответствии с принципами инклюзивного образования;
- ✓ Разработка адаптированных учебных программ для учащихся с ограниченными возможностями здоровья различных нарушений, а также других документов планирования (планы-конспекты занятия, тематические и поурочные планы)

«Физическая культура» в казахстанских школах

Обеспеченность школ спортивными залами

88,5% дневных государственных школ, подведомственных МИО (6 146 ед.), по состоянию на 2021 год имели возможность проводить уроки физической культуры в спортивных залах. Приведенная ниже статистика наглядно показывает, что количество спортивных залов ежегодно растет (рис. 9).

Рисунок 9. Динамика обеспеченности школ спортивными залами



Источник: НОБД

Вместе с тем в разрезе регионов наблюдается «разрыв» в показателях между городом и селом по доле школ, имеющих спортивный зал (85,5% – в селе и 97,3% – в городе). Самый низкий показатель в сельских школах Актюбинской области (75,2%) (табл. 2). Кроме того, наличие только одного спортивного зала недостаточно для обеспечения 3 часов физической культуры в школах. Для качественного проведения уроков физической культуры и спортивных секций при строительстве школ с большой проектной мощностью необходимо предусматривать не менее двух спортивных залов.

Таблица 2. Сеть дневных государственных школ, обеспеченных спортивными залами, в разрезе регионов, 2021 г., единиц / %

Регионы	всего школ в городе, ед.	в них спортзалов, ед.	Доля городских школ, имеющих спортзалы, %	Всего школ в селе, ед.	в них спортзалов, ед.	Доля сельских школ, имеющих спортзалы, %
РК	1 783	1 735	97,3	5 159	4 411	85,5
Акмолинская	87	84	96,6	460	410	89,1
Актюбинская	123	119	96,7	282	212	75,2
Алматинская	667	548	82,2	93	89	95,7
Атырауская	127	109	85,8	71	64	90,1
ЗКО	306	216	70,6	64	62	96,9
Жамбылская	352	280	79,5	91	89	97,8
Карагандинская	289	262	90,7	209	209	100,0
Костанайская	389	340	87,4	88	87	98,9
Кызылординская	230	211	91,7	64	61	95,3
Мангистауская	97	92	94,8	46	46	100,0
Павлодарская	271	255	94,1	85	85	100,0
СКО	404	384	95,0	57	52	91,2
Туркестанская	798	647	81,1	106	97	91,5
ВКО	487	444	91,2	157	156	99,4
г. Астана	93	91	97,8	-	-	
г. Алматы	207	207	100,0	-	-	
г. Шымкент	142	138	97,2	-	-	

Источник: НОБД

Оснащенность школьных спортивных залов

Нормы оснащения спортивных залов и спортивных площадок оборудованием и инвентарем регулируются приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 22 января 2016 года № 70 «Об утверждении норм оснащения оборудованием и мебелью организаций дошкольного, среднего образования, а также специальных организаций образования» (в редакции приказа Министра образования и науки РК от 07.06.2022 № 265) [59].

Однако показатель оснащенности спортивным оборудованием и инвентарем остается низким. Из имеющихся спортивных залов 88,4% – расположены в типовых зданиях школ, 82% – оснащены стандартным оборудованием. Сельские школы уступают городским по оснащенности спортивных залов необходимым оборудованием (село – 78,7%, город – 82,4%).

Результаты анкетирования

Опрос **2 496 педагогов физической культуры**, проведенный в 2023 году Национальной академией образования имени И. Алтынсарина, выявил единогласное мнение респондентов **о первоочередной необходимости оснащения спортивных залов** для повышения эффективности предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования.

Кроме того, физическая культура в школе является одним из **наименее обеспеченных учебно-наглядными, мультимедийными пособиями по физической культуре**. На вопрос «*Какими методическими материалами для учителей физической культуры Вы пользуетесь?*» 60% из 2 496 опрошенных педагогов ответили, что основным источником информации для них является **интернет** (Google, YouTube), где они пользуются готовыми видео-уроками и видео-лекциями, при этом они указали на недостаточность/отсутствие наглядных материалов и мультимедийных пособий, в том числе по адаптивной физической культуре. Достаточно большая доля респондентов (43%) в качестве часто используемых методических материалов указали российские образовательные платформы, журналы по физической культуре и спорту. Около 50% участников опроса отметили различные казахстанские платформы (сайты bilimland.kz, smk.edu.kz, nao.kz, mektepzhurnal.kz и др.). Имеют авторскую адаптивную программу по физической культуре (5, 8, 9-е классы), программу факультативного курса ЛФК (5-10 классы) 0,1% респондентов. Порядка 3% учителей физической культуры, по данным опроса, не пользуются никакими методическими материалами, надеясь на свой и опыт коллег.

Кадровое обеспечение физической культуры в школе

Согласно НОБД, образовательную деятельность в государственных общеобразовательных школах в 2021-2022 учебном году осуществляли всего 30 355 учителей физической культуры (без совместителей). Из них большинство учителей с **высшим и послевузовским образованием (89% – 27 006 чел.)**. Из-за дефицита педагогических кадров в ряде Алматинской (2 чел.) и Атырауской (1 чел.) областях приняты на работу лица с незавершенным высшим образованием (рис. 10).

Рисунок № 10. Доля учителей физической культуры по образованию, %

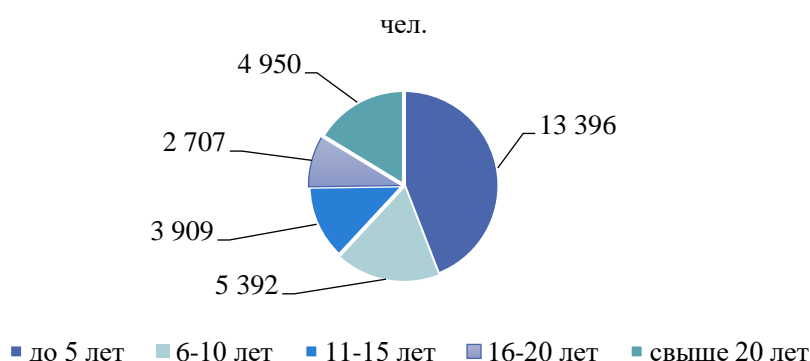


Источник: НОБД

По педагогическому стажу доля учителей физической культуры, работающих в государственных общеобразовательных школах, распределена следующим образом: **44%** учителей со стажем работы до 5 лет (в том числе молодые специалисты – 28,5%), **18%** – от 6 до 10 лет, **13%** – 11-15 лет, **9%** – 16-20 лет и **16%** работают свыше 20 лет (рис. 11). Таким образом, процентное соотношение учителей физической культуры, имеющих небольшой педагогический стаж, превалирует также, как и доля молодых специалистов в возрасте до 30 лет (30%) по сравнению с более старшими учителями.

Состав школьных учителей физической культуры в 2022 году пополнился выпускниками вузов (726 чел.) и колледжей (237 чел.).

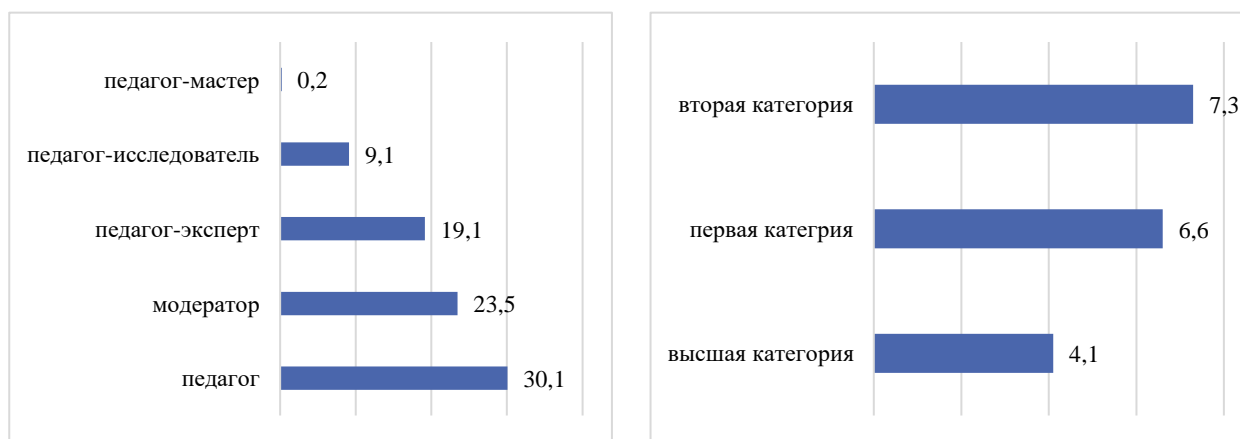
Рисунок 11. Количество учителей физической культуры по педстажу, %



Источник: НОБД

Доля учителей физической культуры, имеющих **высокий уровень квалификационной категории**, является низкой. Превалирует доля учителей с квалификацией «педагог», находящихся в начале карьерного роста и имеющих стаж работы не более 5 лет (рис. 12).

Рисунок 12. Качественный состав учителей физической культуры по квалификационной категории, %



Источник: НОБД

Профессиональное развитие учителей физической культуры

С 2017 по 2019 годы 18 570 учителей физической культуры прошли курсы в рамках обновления содержания образования на базе АО «Национальный центр повышения квалификации «Орлеу» (табл.3).

Таблица 3. Профессиональное развитие учителей физической культуры

№	Регион	ВСЕГО	по программе «Физическая культура»

			2017	2018	2019
1	Акмолинская	851	365	216	270
2	Актюбинская	1075	403	310	362
3	Алматинская	2399	879	660	860
4	Атырауская	532	223	130	179
5	ВКО	1401	525	420	456
6	Жамбылская	1512	594	410	508
7	ЗКО	825	304	250	271
8	Карагандинская	972	344	280	348
9	Костанайская	731	290	190	251
10	Кызылординская	1399	542	410	447
11	Мангистауская	628	259	150	219
12	Павлодарская	769	308	190	271
13	СКО	701	265	210	226
14	ЮКО/Туркестанская	3198	1171	880	1147
15	г. Шымкент	287			287
16	г. Алматы	892	310	270	312
17	г. Астана	398	168	90	140
	Итого	18 570	6 950	5 066	6 554

Источник: НЦПК «Өрлеу»

С 2020 года РГКП «Национальный научно-практический центр физической культуры» Министерства просвещения РК (далее – ННПЦ ФК) проводит курсы повышения квалификации педагогических кадров для педагогов физической культуры организаций среднего образования по образовательной программе на тему: «Развитие профессиональных компетенций и навыков учителя физической культуры». В Центре сформирован пул лекторов, которые проходят специальное обучение.

По данным ННПЦ ФК, в 2022 году прошли курсы на бюджетной основе 1 630 учителей физической культуры со всех регионов страны. В 2023 году планируется охватит курсом свыше 12 000 педагогов физической культуры организаций среднего образования. Тематика курсовых занятий связана с совершенствованием содержания и методов обучения для повышения качества образования, применением современных технологий преподавания физической культуры; физическим воспитанием школьников с ограниченными возможностями и особыми образовательными потребностями. Темы вариативного модуля определяются слушателями в ходе входного анкетирования.

Как упомянуто выше, в рамках подготовки данных методических рекомендаций Национальной академией образования имени И. Алтынсарина в текущем году проведен онлайн-опрос педагогов физической культуры, работающих в общеобразовательных школах страны. По данным опроса, от общего количества педагогов 309 (12,4%) педагогов не проходили никакие курсы повышения квалификации, по мнению большинства из них, из-за ненужности («я узнаю все из интернета и от администрации») и отсутствия возможности («нет подходящих программ обучения», «меня не направляли обучаться»). Прошли курсы по

инклюзивному образованию, в том числе по адаптивной физической культуре, 42 (1,7%) респондента. Остальные **85,9%** участников опроса отметили, что они **проходили курсы**, в том числе в онлайн-режиме, *по развитию профессиональных компетенций учителя физической культуры» (80 часов), повышению эффективности уроков по физической культуре в условиях обновленного содержания образования (72 часа), повышению квалификации для тренеров* (на базе «Өрлеу», «ННПЦ ФК», региональных педагогических вузов и научно-методических центров).

Трудности педагогов по физической культуре в осуществлении профессиональной деятельности в условиях инклюзивного образования

Реализация инклюзивного подхода в рамках предмета «Физическая культура» требует методических, организационных изменений существующих подходов преподавания, и это гораздо сложнее, чем по другим учебным предметам. В частности, требуются серьезные изменения организации и содержания урока, которые будут учитывать требования ГОСО с одной стороны, а также индивидуальные потребности и возможности всех детей с другой. При этом в общеобразовательных школах дети с ограниченными возможностями зачастую освобождаются от занятий физической культурой, тем самым лишаются двигательной активности, что не способствует их оздоровлению.

Тогда как, по мнению Э. Г. Булич, применение упражнений, относящихся к зоне ближайшего физического развития, является наиболее ценным методом работы с данной категорией занимающихся при условии осторожного и строго дозированного их использования [60].

Результаты опроса. В опросе по изучению профессиональных затруднений при реализации инклюзивной практики приняло участие 2 964 учителя физической культуры общеобразовательных школ, среди которых оказалось больше мужчин, чем женщин (77,8% против 22,2%), молодых специалистов со стажем работы до 3 лет (415 чел.) и от 4 до 6 лет (444 чел.) больше, чем более опытных коллег, проработавших 16–20 лет (277 чел.) и свыше 20 лет (511 чел.).

Результаты опроса, представленные ниже в таблице (табл. 4), показывают, что по итогам подсчета среднего значения показателей, почти четверть педагогов имеют **средний уровень** затруднений в работе с детьми с разными образовательными потребностями (**23,3%**). Невысока доля педагогов, имеющих **высокий уровень** затруднений (**2,2%**) в реализации инклюзивной практики.

Обращает внимание то, что преобладающая доля (**69,9%**) педагогов, согласно их самооценке, абсолютно **не затрудняются** в преподавании в условиях инклюзивного образования.

Однако полученные результаты по самооценке педагогов физической культуры (*закрытые вопросы*) касательно затруднений в преподавании детям с ООП не коррелируют с их свободными высказываниями об инклюзивном образовании (*открытые вопросы*), что свидетельствует о предоставлении заведомо социально ожидаемых вариантов ответа в первом случае. Так, на открытый вопрос о предложениях по повышению эффективности предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования большинство педагогов сошлись во мнении о

том, что дети с ООП должны заниматься в отдельных группах по физической культуре. Частыми среди высказываний педагогов были: «учитель физкультуры не имеет право проводить занятия с детьми в специальной медицинской группе без соответствующего медицинского образования», «группу лечебной физкультуры должны вести специалисты этой области», «учителя не имеют право работать с детьми с инвалидностью и с ослабленным здоровьем», «сложно проводить одному учителю урок и одновременно уделять время и внимание ребенку с особыми образовательными потребностями», «особые дети должны учиться в специализированных школах», большинство учителей физической культуры еще не готово планировать, ввести в учебную программу, даже в вариативной части, инклюзивное образование», «на уроках физической культуры очень сложно применять индивидуальные формы работы с учащимися».

Таблица 4. Самооценка уровня затруднений, с которыми сталкиваются педагоги физической культуры в условиях инклюзивной практики (n = 2 964)

№	Вид деятельности учителя в условиях инклюзивного образования	Уровень затруднений			
		Мне это очень трудно удается (высокий уровень сложности)	Мне это сложновато удается (средний уровень сложности)	Почти не затрудняюсь (низкий уровень сложности)	Затруднений нет
1	Я ориентируюсь в НПА, регламентирующих организацию учебного процесса в условиях инклюзивного образования	1,2	25,1	3,2	70,6
2	Я адаптирую типовые учебные программы для детей, имеющих особые образовательные потребности	1,2	27,7	4,5	66,5
3	При разработке поурочного плана урока я учитываю возрастные особенности и индивидуальные возможности детей. Например, подбираю дифференцированные физические упражнения	1,1	15,2	2,6	81,0
4	С учетом индивидуальных психофизических особенностей детей на уроке применяю здоровьесберегающие технологии: релаксационные упражнения, дыхательная, зрительная гимнастика, смена видов деятельности и др.	1,2	17,4	3,1	78,3
5	По результатам пробных нормативов по физической культуре выявляю индивидуальные физические возможности детей и применяю дифференцированный подход при проведении промежуточных и контрольных нормативов	1,3	16,9	3,4	78,4

6	С учётом индивидуальных психофизических особенностей детей на уроке применяю средства адаптивной физической культуры	1,4	19,1	3,4	76,0
7	В соответствии с медицинским заключением для детей с ослабленным здоровьем провожу занятия в специальной медицинской группе	4,4	32,5	6,7	56,3
8	Согласно заключениям органов здравоохранения и рекомендациям ПМПК для детей с ослабленным здоровьем провожу занятия в группе ЛФК	5,6	34,9	7,3	52,3
9	Разрабатываю и подбираю упражнения на уроке для социализации детей с особыми образовательными потребностями (например, игры в парах, группах и др.)	2,4	23,3	4,4	69,9
Среднее значение		2,2	23,6	4,3	69,9

Следует отметить, что трудности педагогов, связанные с их инклюзивной практикой, изучали Винтер – «качество подготовки молодых учителей к инклюзии» [61], Форлин и Чамберс – «способности молодых преподавателей к обеспечению образовательного процесса индивидуальными программами, поддержкой и инструкциями для учащихся с конкретными потребностями» [62]; И.А. Романовская и И.Н. Хафизуллина – «анализ развития инклюзивной компетентности учителей в процессе повышения квалификации» [63]; С.А. Черкасова, А.В. Лобанова – «готовность будущих педагогов-психологов к работе с детьми с проблемами в развитии в системе инклюзивного образования» [64]; С.В. Алехина – «психологические барьеры педагогов по вопросам определения их «неготовности к работе с «особыми» детьми» [65]; Е.Н. Российская с соавт. – «наиболее актуальные вопросы повышения квалификации специалистов, задействованных в решении широкого круга вопросов инклюзивного образования» [66] и др.

Изучению затруднений учителей в организации уроков физической культуры в инклюзивных условиях посвящено очень мало работ. Среди них известно исследование Клавина, Родионова о методике изучения проблем взаимодействия педагога с учащимися в условиях организации урока в инклюзивной среде [67]. Однако в данных работах внимание уделено кадровому обеспечению, но не предлагаются конкретные предложения по модернизации системы подготовки специалистов и не дается анализ трудностей, с которыми сталкиваются учителя в условиях инклюзивной практики. Мы с помощью опроса попытались выявить затруднения учителей в процессе урока физической культуры, реализуемого в инклюзивных условиях общеобразовательной школы, и на основе полученных результатов предложить пути совершенствования эффективности предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования.

По итогам изучения опыта 6 стран, в том числе Казахстана, выявлена тенденция к включению детей с инвалидностью и особыми образовательными потребностями в массовые школы. Однако это радикально не изменило содержание, организацию и проведение занятий по физкультуре. К примеру, при организации и проведении дополнительных занятий по-прежнему доминируют

командные виды спорта, в которых сохраняется сильный акцент на успеваемость, высокие результаты и навыки. Учёные отмечают, что данная ситуация, по-видимому, привела к сокращению, а не к расширению возможностей учащихся участвовать в тех же мероприятиях и в той же степени в дополнительных занятиях по физкультуре, чем они могли бы выполнить при обучении в секторе специальных школ.

Обобщая изученный опыт стран по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей, можно заключить, что до тех пор, пока учителя физкультуры и школы не захотят и/или не смогут внести желаемые изменения в содержание, организацию и преподавание физкультуры, вместо того, чтобы разрабатывать более инклюзивные и несегрегированные формы обучения, учителя во многих школах будут ограничены и/или склонны продолжать реализовывать программы, которые, по сути, предназначены для «более способных учеников».

Результаты изучения международного опыта подтверждают необходимость изменения мнений педагогов о нормативных представлениях, рассматриваемых разнообразие в качестве недостатка, вместо этого признавая разнообразие в качестве силы и достоинства.

Ниже в сравнительной таблице приводится краткое резюме о состоянии организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей (Табл. 5).

Таблица 5. Физической культура для обучающихся с ООП. Опыт стран

	Казахстан	США	Великобритания	Финляндия	Сингапур	РФ
НПА	<ul style="list-style-type: none"> Приказ Министра просвещения РК от 16 сентября 2022 года № 399 «Об утверждении типовых учебных программ по общеобразовательным предметам и курсам по выбору уровней начального, основного среднего и общего среднего образования» (с изменениями и дополнениями по сост. на 21.11.2022 г.) Закон РК от 27 июля 2007 года № 319-III «Об образовании» (с изменениями и дополнениями по сост. на 26.02.2023 г.) Приказ Министра образования и науки РК от 8 ноября 2012 года № 500 «Об утверждении типовых учебных программ по общеобразовательным предметам и курсам по выбору уровней начального, основного среднего и общего среднего образования» (с изменениями и 	<ul style="list-style-type: none"> Руководство по физической активности 2008 года для американцев в возрасте 6 лет и старше Комплексная школьная программа физической активности (CSPAP) Основные компоненты физического воспитания (Руководство к действию) Комплексные школьные программы физической активности: руководство для школ Национальные стандарты и результаты обучения по классам на уровнях начального и среднего 	<p>Англия, Уэльс Инструктаж «Физическое воспитание, физическая активность и спорт в школах» Учебная программа в Англии: программы обучения по физическому воспитанию (руководство от 11.09.2013 г.)</p> <p>Шотландия Физическое воспитание в Шотландии в 21 веке. Позиционный документ. Учебная программа для достижения совершенства (CfE)</p>	<p>Конституция Финляндии</p> <p>Закон о поощрении спорта и физической активности</p> <p>Закон о здравоохранении</p> <p>Закон о местном самоуправлении</p> <p>Закон о молодежи</p> <p>Программа «Финские школы в движении»</p>	<p>Программа физического воспитания 2014 года</p> <p>Концепция развития физического воспитания и спорта</p> <p>Концепция Министерства образования Сингапура по развитию компетенций 21 века и результатов учащихся</p>	<p>Федеральные государственные образовательные стандарты (далее-ФГОС)</p> <p>ФГОС Начальное общее образование</p> <p>ФГОС Основное общее образование</p> <p>ФГОС Среднее общее образование</p> <p>ФГОС Начальное общее образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья)</p> <p>ФГОС Образование обучающихся с умственной отсталостью</p> <p>Приказ Минобразования РФ от 9 марта 2004 г. N 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования" (с</p>

	<p><i>дополнениями по сост. на 30.09.2022 г.)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Приказ Министра образования и науки РК от 18 марта 2008 года № 125 «Об утверждении Типовых правил проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования» • Приказ Министра образования и науки РК от 12 января 2022 года № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования» • Приказ Министра образования и науки РК от 12 января 2022 года № 4 «Об утверждении Правил оценки особых образовательных потребностей» 	образования (К-12)				<i>изменениями и дополнениями).</i>
--	---	--------------------	--	--	--	-------------------------------------

	<ul style="list-style-type: none"> • Инструктивно-методическое письмо «Об особенностях учебно-воспитательного процесса в организациях среднего образования РК в 2022-2023 учебном году» • Указ Президента РК от 11 января 2016 года № 168 «Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан до 2025 года» • Закон Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V ЗРК «О физической культуре и спорте» (с изменениями и дополнениями по сост. на 27.06.2022 г.) 					
Учебная программа	Типовые учебные программы по учебному предмету «Физическая культура» утверждены Приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 16 сентября 2022 года № 399 «Об утверждении типовых учебных программ по общеобразовательным предметам и курсам по	Учебная программа по физическому воспитанию – это письменный, четко сформулированный и план, определяющий содержание преподавания на всех уровнях обучения, начиная	Англия, Уэльс В соответствии Национальной учебной программой, введенной в сентябре 2014 года, физкультура остается обязательной на всех ключевых этапах обучения. Национальные учебные программы по предмету «физическая культура» определяют	Финская национальная базовая учебная программа основного образования состоит из 2-х частей: 1 часть - общие цели образования, сквозные компетенции и современные ценности	Физическое воспитание в организациях образования Сингапура регулируется Программой физического воспитания 2014 года. Все программы физического воспитания для начальных классов 1	В соответствии с ФГОС РФ учебный предмет «Физическая культура» является обязательным. В соответствии с Федеральным базисным учебным планом введен третий час учебного предмета «Физическая культура»,

	<p>выбору уровней начального, основного среднего и общего среднего образования». В соответствии с Государственным общеобязательным стандартом начального образования, утвержденным приказом министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348, в 1-4, 5-9, 10-11 классах «Физическая культура» изучается как обязательный учебный предмет.</p> <p>В соответствии с п. 24 Порядка деятельности организаций среднего образования, утверждённых Приказом Министра просвещения РК от 31 августа 2022 года № 385 «Об утверждении Типовых правил деятельности организаций дошкольного, начального, основного среднего, общего среднего, технического и профессионального,</p>	<p>с детского сада и заканчивая 12 классом (К-12) в школах или школьных округах.</p> <p>Политика и среда:</p> <ul style="list-style-type: none"> Каждый учащийся обязан ежедневно заниматься физической культурой в классах К-12, при этом продолжительность занятий составляет 150 минут в неделю в начальной школе и 225 минут в неделю в средней и старшей школах. Школьные округа и школы требуют полного вовлечения всех учащихся в процесс физического воспитания. Школьные округа и школы не допускают отказов от времени занятий 	<p>цели обучения на 4 этапах:</p> <p>основная стадия 1 (5-7 лет);</p> <p>основная стадия 2 (возраст 7-11 лет);</p> <p>основная стадия 3 (возраст 11-14 лет);</p> <p>основная стадия 4 (возраст 14-16 лет)</p> <p>Акцент в преподавании физической культуры ставится на развитие широкого спектра двигательных компетенций, активное участие в соревновательных видах спорта, формирование здорового образа жизни.</p> <p>Шотландия</p> <p>Программа по физическому воспитанию является областью «Здоровья и благополучия» (НWB) являющейся одной из ключевых областей учебной программы для достижения совершенства (CfE), введенной в 2010 г.</p> <p>Основная цель физического</p>	<p>(концепция обучения и вопросы разнообразия) 2 часть- цели, основное содержание и критерии оценки по каждому школьному предмету.</p> <p>Спорт и медицинское просвещение являются обязательными предметами в рамках одноуровневого базового образования и программы старших классов средней школы.</p> <p>Спорт в младших классах средней школы способствует развитию физических, социальных и эмоциональных компетенций учащихся.</p> <p>В 7-9 классах большое внимание уделяется развитию учащихся способности к активным</p>	<p>и 2 уровней и средних школ 1 и 2 уровней основаны на минимальных результатах обучения, которыми должны овладеть учащиеся в результате их обучения на основе эффективного преподавания и качественной практики в рамках программы физического воспитания.</p> <p>Программа физического воспитания предоставляет учащимся <i>(в возрасте от 7 до 18/19 лет)</i> возможности для обучения, позволяющие использовать движение для развития личности в целом. Программа позволяет учащимся овладеть навыками, позволяющими им быть ответственными взрослыми и вносить свой вклад в общество, нацию и мир.</p>	<p>направленный на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.</p> <p>Согласно ФГОС, школы имеют право выбирать образовательные программы для выполнения ФГОС в зависимости от выбранной образовательной системы, наличия необходимой материально-технической базы и педагогических кадров.</p> <p>Данные программы ежегодно утверждаются Министерством образования РФ и рекомендуются для использования в работе после апробации:</p> <ul style="list-style-type: none"> программы с комплексным содержанием модульные программы
--	---	--	--	---	---	--

	<p>послесреднего образования, специализированных, специальных, организациях образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, организациях дополнительного образования для детей и взрослых» (с изменениями и дополнениями по сост. на 22.12.2022 г.) «организации образования самостоятельно выбирают типовые учебные планы, в том числе с сокращенной учебной нагрузкой, по которым осуществляют процесс обучения».</p> <p>Объем учебной нагрузки, выделенной на изучение предмета «Физическая культура», изучаемого на уровне начального и основного образования, зависит от вида обучения типового учебного плана, выбранного</p>	<p>физкультурой или требований к зачету.</p> <ul style="list-style-type: none"> Школьные округа и школы не допускают освобождения учащихся от занятий физкультурой или требований к зачету. Школьные округа и школы запрещают учащимся заменять занятия физкультурой или требования к зачету другими видами деятельности (например, JROTC, внутришкольные виды спорта) Размер класса по предмету «физическое воспитание» соответствует размерам класса по другим предметам и согласован с политикой 	<p>воспитания - обеспечение права получения всеми детьми и молодыми людьми образования, дающего им основу для осуществления выбора физической активности на протяжении всего их детства и подросткового возраста, а также для подготовки их к участию в физической активности на протяжении всей жизни.</p> <p>Этапы основного физического воспитания:</p> <ol style="list-style-type: none"> ранняя стадия и 1 уровень учебной программы CfE (от 3-7/8 лет), 2, 3 уровни учебной программы CfE (от 7/8 до 14 лет), 3, 4 уровни учебной программы CfE (от 14 лет). 	<p>действиям и поиску занятий спортом в качестве хобби.</p> <p>Для старших классов средней школы. доступны два обязательных курса по спорту и мед. Просвещению (1 курс = 38 уроков) и дополнительный углубленный курс. Занятия по физкультуре организуются отдельно для мальчиков и девочек на уровне средней школы. Учителя играют центральную роль в преобразовании содержания учебной программы в содержательные уроки. В связи с чем, учителя несут высокую ответственность за успехи своих учеников в обучении.</p>	<p>Учителя физкультуры сознательно используют движение в качестве основного средства для всеобъемлющего развития ребенка и его обучения путём применения трех способов: обучение в движении, обучение через движение, обучение движению.</p>	<ul style="list-style-type: none"> программы с изучением игровых видов спорта программы с изучением сложно-координационных видов спорта программы с изучением спортивной борьбы интегративные программы для учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной группе программы внеурочной деятельности программы дополнительного образования.
--	--	--	---	---	--	--

	<p>организациями образования.</p> <p>Преподавание предмета «Физическая культура» осуществляется без деления на группы.</p> <p>В соответствии с Типовым учебным планом с сокращением учебной нагрузкой на предмет «Физическая культура» выделен 1 час за счет вариативного компонента, который обязательно в порядке отводится на проведение спортивных игр.</p> <p>Содержание учебной программы по учебному предмету «Физическая культура» организовано по разделам обучения. Разделы далее разбиты на подразделы, содержание которых представлено в виде учебных целей для определенного класса.</p>	<p>школьного округа и соотношением учителей и учащихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Физическая активность не назначается и не проводится в качестве наказания. • Физическое воспитание преподается лицензированным государством или сертифицированным государством учителем, уполномоченным преподавать физическое воспитание. 				
Оценивание	<p>Оценивание учебных достижений обучающихся 1-11 классов по предмету «Физическая культура» проводится в соответствии с Типовыми правилами</p>	<p>Оценивание учащихся проводится в соответствии с национальными стандартами по физическому воспитанию и</p>	<p>Англия, Уэльс</p> <p>Национальная учебная программа по физическому воспитанию обеспечивает рациональную основу, предоставляя школам</p>	<p>Оценивание учащихся играет важную роль в содействии их обучению. Чтобы помочь учителям в проведении</p>	<p>Оценивание предоставляет информацию педагогам для вынесения обоснованного суждения о том, что учащиеся знают и умеют делать для</p>	<p>Оценивание учащихся 2-11 классов происходит по 5-балльной системе. Оценивание учащихся 1 класса – словесное.</p>

	<p>проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего образования, утвержденными приказом Министра образования и науки РК от 18 марта 2008 года № 125 (с изм. и доп. по сост. на 01.09.2022 г.).</p> <p>В соответствии с типовыми учебными программами (по обновленному содержанию и сокращением учебной нагрузки) по учебному предмету «Физическая культура» в 2–11 классах по итогам формативного оценивания в конце каждой четверти и учебного года по предмету «Физическая культура» выставляется «зачет»/«незачет». Суммативное оценивание не проводится.</p> <p>В 1-м классе оценивание не проводится.</p>	<p>установленными результатами обучения.</p> <p>Оценивание включает в себя:</p> <p>предварительное оценивание для выявления начальных результатов обучения учащихся, формативное оценивание при проведении инструкций для проверки понимания, суммативное оценивание при завершении темы или последовательность инструкций для обеспечения полного описания прогресса каждого учащегося</p>	<p>большую гибкость в их реализации.</p> <p>Основные принципы оценивания</p> <p>Национальной учебной программы, введенной в 2013 г.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • предоставление родителям достоверной информации об успеваемости их детей • помощь ученикам и учителям в достижении хороших результатов в обучении • оказание содействия школам в применении лучших мировых практик и инноваций <p>Школы учитывают, соответствуют ли требования по физическому воспитанию, определяемые Национальной учебной программой по каждой стадии обучения, их школьной модели и каким образом будут устраняться «пробелы» для достижения последовательности и непрерывности в</p>	<p>оценивания, основная учебная программа предусматривает критерии хорошей успеваемости для проведения оценивания в конце шестого класса и итогового оценивания в девятом классе. Учеников не сравнивают друг с другом, а предлагают им проводить рефлексию над своими учебными задачами. Учителя помогают ученикам понять цели обучения и осознать собственные сильные стороны и потребности развития. Учителя предоставляют ученикам возможность развивать свои навыки самооценки и оценки со стороны сверстников для предоставления и получения</p>	<p>того, чтобы помочь им двигаться к целям физического воспитания и достигать их. Оценивание, основанное на мониторинге прогресса обучающихся, включает в себя ежедневное оценивание, проводимое учителями касательно обучения и совершенствования отдельных обучающихся как непрерывной части учебного процесса</p> <p>Оценивание играет важную формирующую и суммирующую роль в физическом воспитании.</p> <p>Оценивание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • улучшает осмысление успеваемости учащихся и способствует автономии обучения, обеспечивая ясность результатов обучения; • поддерживая качественное 	<p>Оценка по физической культуре во 2-4 классах</p> <p>складывается из качественных критериев уровня достижений обучающегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> • качество овладения программным материалом, включающим теоретические и методические знания; • способы двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности <p>(стандарт по физической культуре).</p> <p>Оценка успеваемости в 5-11 классах</p> <p>включает в себя: качественные и количественные показатели:</p> <ul style="list-style-type: none"> • уровень соответствующих знаний, • степень владения двигательными умениями и навыками,
--	---	--	---	--	---	---

	<p>При подведении итогов во 2–11 классах и выставлении «зачет» или «незачет» педагогу необходимо руководствоваться принципами критериального оценивания, то есть, чтобы получить «зачет», обучающемуся потребуется не просто посещать уроки физкультуры, но и овладеть знаниями и умениями в области физического развития.</p> <p>Контрольная деятельность учителя на каждом уроке носит систематический характер, что позволяет обучающимся понять, насколько правильно они выполняют задания на этапе изучения нового материала, позволяет скорректировать индивидуальную образовательную траекторию ученика.</p>		<p>обучении учащихся по предмету.</p> <p>Оценивание учащихся основывается на принципе обеспечения «высоких достижений для всех учащихся»</p> <p>Шотландия</p> <p>Ключевыми ресурсами для планирования, обучения, преподавания и оценивания учащихся являются:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опыт и результаты обучения; - контрольные показатели. <p>Цель контрольных показателей состоит в том, чтобы разъяснить учащимся, что им необходимо знать и уметь делать для того, чтобы развивать свои навыки по всем уровням, а также для оказания методической поддержки учителей и других практиков.</p> <p>Развитие навыков учащихся (<i>физические компетенции, когнитивные навыки, личностные качества, физическая подготовка</i>) включено</p>	<p>конструктивной обратной связи.</p> <p>Оценивание помогает ученикам сформировать навыки обучения в течение всей жизни.</p>	<p>планирование и обучение, предоставляя информацию о готовности учащихся, прогрессе, трудностях в обучении и достижениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> • способствует принятию будущих решений по планированию для улучшения учебной программы, преподавания и обучения; • способствует подотчетности и качеству школьных программ физического воспитания в части достижения целей и задач физического воспитания. 	<ul style="list-style-type: none"> • знания и умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, • выполнение спортивных нормативов (<i>стандарт</i>). <p>При оценивании обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной группе, учитываются некоторые ограничения в объеме и интенсивности физических нагрузок.</p> <p>Основной акцент в оценивании учебных достижений обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья (специальная группа), делается на их стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их</p>
--	---	--	--	--	---	--

			<p>В контрольные показатели для оказания содействия учителям в понимании целей обучения и преподавания.</p> <p>В шотландских средних школах ученикам предлагается физкультура в качестве предмета, основанного на высокобалльном оценивании, ведущего к присуждению национальных сертификатов. Сертификаты, выданные учащимся на старшей ступени, открывают им возможности для обучения после школы (включая поступление в университет), а также, для карьерного роста</p>			<p>физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены обучающемуся (родителям), выставляется положительная отметка. Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками</p>
--	--	--	--	--	--	--

						самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры. Итоговое оценивание происходит на основе текущих оценок, полученных учеником в течение четверти (полугодия). В аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.
Учет ООП	В соответствии с пп. 2-3 п. 3 Статьи 43 Закона РК «Об образовании» к компетенции организаций образования относится адаптация и реализация образовательных программ, разработка и реализация индивидуально развивающих программ для лиц	й	Англия, Уэльс Несмотря на то, что акцент в преподавании физической культуры ставится на развитие широкого спектра двигательных компетенций, активное участие в соревновательных видах спорта, формирование здорового образа	Финская национальная учебная программа рассматривает инклюзивность всеобъемлющим образом, ссылаясь на различные аспекты разнообразия и ценности, связанные с	В общеобразовательных средних школах Сингапура могут обучаться дети, обладающие когнитивными способностями и адаптивными навыками, необходимыми для освоения национальной учебной программы	Требования к содержанию предмета «Физическая культура» основного общего и среднего общего образования включают в себя требования для учащихся с нарушениями зрения и опорно-

	<p>(детей) с особыми образовательными потребностями. В соответствии с приказом МОН РК от 12.01. 2022 г. № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования» определены следующие группы детей с особыми образовательными потребностями:</p> <p>1) с поведенческими и эмоциональными проблемами, неблагоприятными психологическими факторами (<i>нарушения воспитания в семье, детскородительские и внутрисемейные отношения</i>);</p> <p>2) с барьерами социально-психологического, экономического, языкового культурного характера (<i>педагогическая запущенность детей из семей социального риска; дети, испытывающие</i></p>		<p>жизни учащихся, исследования показывают, что содержание учебной программы не содержит целей, задач по формированию вышеуказанных компетенций у детей с особыми образовательными потребностями. Так, по сравнению со своими сверстниками, не имеющими инвалидность, некоторым ученикам с инвалидностью и лицам с ООП предоставлялся ограниченный спектр занятий спортом и физической активностью, в которых они могли участвовать.</p> <p>Шотландия</p> <p>Принцип инклюзивности является одним из основных принципов физического воспитания, заключающийся не только в том, что все дети посещают занятия и</p>	<p>основными правами человека. Однако степень, в которой рассматривается инклюзивность, значительно варьируется в зависимости от общей части и тематической части физического воспитания. Учитель физкультуры может прочитать общую часть с точки зрения общих вопросов (например, общее понимание разнообразия) и предметную часть, чтобы знать, как определить содержание и результаты обучения, например, для преподавания физкультуры. Таким образом, отсутствует единое понимание намерений, связанных с разнообразием, между двумя частями финской национальной</p>	<p>и обучения в общеобразовательной среде, имеющие следующие особые образовательные потребности:</p> <ul style="list-style-type: none"> • синдром дефицита внимания и гиперактивности • дислексия • нарушения слуха • легкие расстройства аутистического спектра • физические нарушения • нарушения зрения <p>Типы поддержки, предоставляемые обучающимся с ООП:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специальные персонал (<i>сотрудники по поддержке учащихся с ООП; учителя, прошедшие подготовку в области ООП</i>) • интервенции и программы поддержки (<i>«Круг друзей», «Лицом к лицу со своими страхами»</i>) • специальная поддержка (<i>специальные условия при сдаче национальных</i> 	<p>двигательного аппарата. Также реализовываются Стандарты для детей с ОВЗ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • стандарт «Начальное общее образование обучающихся» (<i>для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья</i>), • стандарт «Образование обучающихся с умственной отсталостью» <p>Для успешного вовлечения детей с ОВЗ в занятия физическим воспитанием, учителям физической культуры необходимо знать их психофизиологические особенности, в соответствии с которыми им необходимо подбирать соответствующие педагогические технологии.</p> <p>Ключевые компетенции для педагогов</p>
--	---	--	---	---	---	--

	<p><i>трудности адаптации в обществе (семьи беженцев, мигрантов, кандасов);</i></p> <p>3) с ограниченными возможностями развития (<i>нарушениями слуха, зрения, интеллекта, речи, опорно-двигательного аппарата, задержкой психического развития и эмоционально-волевыми расстройствами</i>).</p> <p>В соответствии с Приказом Министра образования и науки РК от 12.01.2022 г. № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования» в организациях образования РК организуется процесс психолого-педагогического сопровождения обучающихся, включающий в себя:</p> <p>1) выявление и оценка особых образовательных потребностей лиц (детей) с особыми</p>		<p>принимают в них участие, но и в том, что все дети получают соответствующий опыт для улучшения своего обучения.</p> <p>Учителя (в сотрудничестве с детьми и молодежью) дифференцируют учебные цели и учебный опыт в зависимости от потребностей детей.</p>	<p>учебной программы. Результаты исследований демонстрируют, что официальные документы основаны на широком понимании инклюзии и разнообразия, которое распространяется не только на учащихся с ограниченными возможностями. Однако учебные планы по физкультуре имеют мало практического значения для преподавания учителей в разных классах. Учёные пришли к выводу, что несмотря на то, что финская учебная программа предоставляет педагогическую автономию учителям, необходимы дальнейшие исследования для выявления факторов влияния</p>	<p><i>экзаменов, безбарьерный доступ, услуги агентств социальных служб, вспомогательные технологические устройства, льготы и скидки на транспортные услуги в общественном транспорте)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • направлены к другим специалистам (<i>трудотерапевты, логопеды, психотерапевты, психологи</i>). <p>Результаты исследования Ли и его коллег Демонстрируют, в целом, положительное отношение учащихся школ к интеграции учащихся с ограниченными физическими возможностями в совместные занятия по физкультуре.</p> <p>Выделяют: этические, эмоциональные, психомоторные и социальные преимущества</p>	<p>физкультуры по работе с детьми в условиях инклюзивного образования:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Владение психологическими закономерностями и особенностями возрастного и личностного развития детей в условия инклюзивной образовательной среды; 2. Владение методами психологического и дидактического проектирования учебного процесса для совместного обучения детей с ограниченными возможностями с их сверстниками; 3. Владение способами взаимодействия между всеми субъектами образовательной среды (с обучающимися группами, родителями, коллегами-преподавателями (специалистами)
--	---	--	--	--	--	---

	<p>образовательными потребностями; 2) консультативно-методическая помощь педагогам и семье лиц (детей) с особыми образовательными потребностями; 3) создание социально-психологических и педагогических условий для успешного обучения, развития и социализации лиц (детей) с особыми образовательными потребностями.</p> <p>В соответствии с Приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 12 января 2022 года № 4 «Об утверждении Правил оценки особых образовательных потребностей» учитель (воспитатель) выявляет в ходе учебно-воспитательного процесса лиц (детей) с особыми образовательными потребностями, с использованием наблюдения социально-эмоционального благополучия и</p>			данной автономии на их инклюзивные практики	включения учащихся с ограниченными возможностями занятия физкультурой сверстниками.	В РФ успешно развивается адаптивная физическая культура. Однако, учителя адаптивной физической культуры имеют трудности в работе с детьми с ограниченными возможностями
--	--	--	--	---	---	---

	<p>особенностей учебно-познавательной деятельности каждого обучающегося (воспитанника), а также критериальной оценки достижений обучающихся (воспитанников).</p> <p>На 1 этапе психолого-педагогического сопровождения</p> <p>педагоги организации образования проводят мониторинг учебных достижений, с целью установления трудностей у обучающихся в освоении учебных программ, соблюдают профессиональную этику и конфиденциальность в отношении индивидуальных особенностей лиц (детей) с ООП, при необходимости обращаются за консультацией к психологам, социальным педагогам или специальным педагогам организации образования.</p>					
--	---	--	--	--	--	--

	<p>На 2 этапе психолого-педагогического сопровождения</p> <p>Педагоги организации образования выполняют адаптацию учебных программ, индивидуализируют процесс обучения и оценки достижений лиц (детей) с ООП, восполняя пробелы в знаниях, умениях, навыках, подбирают учебники, учебные материалы, организуют учебно-воспитательный процесс с учетом индивидуальных особенностей развития лиц (детей) с ООП, создают атмосферу эмоционального комфорта на занятиях/уроках и во внеклассной деятельности с целью сохранения физического, психического и нравственного здоровья лиц (детей) с ООП.</p> <p>В соответствии с приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 18 марта 2008 года №</p>					
--	---	--	--	--	--	--

	<p>125 «Об утверждении Типовых правил проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования» при оценивании обучающихся с ООП учитель использует дифференцированные и/или индивидуальные задания, а также вносит изменения в критерии оценивания с учетом особенностей обучающегося, в том числе при реализации индивидуальных учебных программ.</p> <p>В соответствии с п. 2 Статьи 15 Закона Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V ЗРК «О физической культуре и спорте» обучающиеся и воспитанники с ослабленным здоровьем занимаются в специальных</p>					
--	--	--	--	--	--	--

	<p>медицинских группах и группах лечебной физической культуры. Обучающиеся и воспитанники с ограниченными физическими возможностями занимаются с использованием средств адаптивной физической культуры и спорта.</p>					
<p>Источник</p>	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.gov.kz/memleket/entities/edu?lang=ru • https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029767 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z070000319 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1200008170 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/V080005191 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200026513 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200026618 • https://uba.edu.kz/storage/app/media/%D0%98%D0%9C%D0%9F%20%D0%BD%D0%B0%202022-2023%20%D1%83%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D0%B3%D0%BE%D0%B4.pdf • https://adilet.zan.kz/rus/docs/UI1600000168 • https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z1400000228 	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.ed.gov/ • https://health.gov/sites/default/files/2019-09/paguide.pdf • https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/National_Framework_Physical_Activity_and_Physical_Education_Resources_Support_CSPA_P_508_tagged.pdf • https://www.shapeamerica.org/upload/TheEssentialComponentsOfPhysicalEducation.pdf • https://www.cdc.gov/healthyschools/professional_development/e-learning/CSPAP/index.html • https://www.shapeamerica.org/standards/upload/Grade-Level-Outcomes-for-K-12-Physical-Education.pdf • https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/pdf/20_313305-B-Michael_PolicyBrief_508Final.pdf 	<p>Англия и Уэльс</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://www.gov.uk/government/organisations/department-for-education • https://www.gov.uk/government/publications/national-curriculum-in-england-physical-education-programmes-of-study/national-curriculum-in-england-physical-education-programmes-of-study • https://researchbriefings.files.parliament.uk/documents/SN06836/SN06836.pdf • https://www.uel.ac.uk/sites/default/files/article-5-declan-hamblin.pdf <p>Шотландия</p> <ul style="list-style-type: none"> • https://education.gov.scot/ • https://www.afpe.org.uk/physical-education/wp-content/uploads/scotland_position_paper.pdf • https://education.gov.scot/documents/All-experiencesoutcomes18.pdf • https://education.gov.scot/improvement/documents/hwbphysicaleducationbenchmarkspdf.pdf 	<ul style="list-style-type: none"> • https://okm.fi/en/frontpage • https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/finland/73-sport-youth-fitness-and-physical-activity • https://www.oph.fi/en/statistics-and-publications/publications/new-national-core-curriculum-basic-education-focus-school 	<ul style="list-style-type: none"> • https://www.moe.gov.sg/ • https://libris.nie.edu.sg/node/3840 • https://doi.org/10.1177/1356336X211025871 	<ul style="list-style-type: none"> • https://edu.gov.ru/ • https://fgos.ru/ • https://fgos.ru/fgos/fgos-noo/ • https://fgos.ru/fgos/fgos-ooo/ • https://fgos.ru/fgos/fgos-soo/ • https://fgos.ru/fgos/fgos-1598/ • https://fgos.ru/fgos/fgos-1599/ • https://base.garant.ru/6149681/

2. Анализ содержания учебных программ предмета «Физическая культура» в казахстанских школах

В рамках проведения анализа содержания учебных программ, прежде всего, изучено экспертное мнение членов рабочей группы по внесению изменений в типовые учебные программы по предмету «Физическая культура».

Разработана анкета для респондентов из числа членов данной рабочей группы, а также учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных школах страны. Опрос проводился в онлайн-формате.

Уважаемые члены рабочей группы!

Центр инклюзивного образования при Национальной академии образования имени И. Алтынсарина по заказу Министерства просвещения Республики Казахстан планирует разработку методических рекомендаций по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования.

В рамках данной работы изучен международный и региональный опыт по организации физической культуры в организациях образования с учетом особых потребностей и индивидуальных возможностей обучающихся, проведен анализ материально-технической и кадровой обеспеченности школ Казахстана для организации занятий по физической культуре (оснащенность, качественный состав педагогов, расписание, основная и спец. группа, санитарные нормы и др.). Следующим этапом работы является анализ содержания учебной программы предмета «Физическая культура» в казахстанских школах.

В этой связи просим Вас, как членов рабочей группы по внесению изменений в типовые учебные программы предмета «Физическая культура», выразить свое **экспертное мнение** касательно следующих вопросов:

1. Какова цель совершенствования типовой учебной программы по предмету «Физическая культура»?
2. Каких изменений следует ожидать (относительно объема учебной нагрузки, системы оценивания и др.)?
3. Учитывает ли учебная программа по предмету «Физическая культура», с которой Вы сейчас работаете, индивидуальные, психофизические, физиологические особенности детей?
4. Считаете ли Вы, что занятия физической культуры должны строиться с индивидуальным подходом и учетом особенностей детей?
5. На Ваш взгляд, что необходимо предпринять для повышения эффективности преподавания предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования?
6. Хотите ли Вы поделиться мнением по другим вопросам, которые мы не задали, но Вы считаете их важными?

Какова цель совершенствования Типовой учебной программы по предмету «Физическая культура»?

Цель совершенствования типовой учебной программы по предмету «Физическая культура» – веление времени. Во-первых, изменился менталитет населения, появилось самосознание и гордость, особенно по национальным играм. Во-вторых, мир не стоит на месте, значит, в ногу со временем нашему молодому поколению тоже нужно знать все виды спорта, естественно, и свои казахские национальные игры, воспитывающие в духе традиций, этнопедагогики и этносоциологии. В-третьих, сейчас иные подходы, методы, способы, цели и задачи обучения видам спорта, т.е. для достижения целей нужны не только стандартные виды подготовки (физическая, психологическая, тактическая, техническая, теоретическая), но и другие современные методы и подходы. (Участник 8).

Каких изменений следует ожидать (относительно объема учебной нагрузки, системы оценивания и др.)?

«На мой взгляд, нужно внести изменения в предмет «Физическая культура». Необходимо увеличить количество часов и внести изменения в систему оценивания, учесть особые потребности и возможности детей» (Участник 2).

«Объем учебной нагрузки в количестве 3 часов достаточен, однако систему оценивания нужно вернуть» (Участник 3).

«Объем учебной нагрузки может изменяться в зависимости от разных факторов, таких как уровень сложности программы, наличие экзаменов или других форм контроля знаний, наличие дополнительных занятий и т.д. В целом, увеличение объема учебной нагрузки может привести к улучшению знаний и навыков, но может также вызвать стресс и перегрузку, что может негативно сказаться на качестве обучения и здоровье учеников. Уменьшение объема учебной нагрузки может снизить уровень стресса и позволить обучающемуся более основательно изучить материал, но может также снизить эффективность обучения. Поэтому, прежде чем изменять объем учебной нагрузки, важно оценить все факторы и принять взвешенное решение, которое будет соответствовать целям обучения и здоровью учеников (Участник 4).

Учитывает ли учебная программа по предмету «Физическая культура», с которой Вы сейчас работаете, индивидуальные, психофизические, физиологические особенности детей?

«Несовсем учитываются. Я считаю это нереально. Т.к очень много различных нюансов. Вот смотрите, допустим у нас в школе есть классы, в которых 2-3 ребенка с ООП (с различными диагнозами). Как опорник, так и ментальники. А в методичках, программах и других источниках в основном указаны методы работы с одним диагнозом. И что делать бедному физруку? Приходится делить класс на группы, чтобы занять и опорника и ментальника. Зачастую один из таких детей сидит без дела» (Участник 1).

«Особенности детей учитываются учителем при составлении КТП и при КСП. Большинство учебных тем, учитывая возраст, специфику заболеваний, при умелой расстановке, осмыслении и постановке целей, задач можно приспособить и под детей с ООП» (Участник 3).

Сознание абсолютного большинства специалистов, учителей ФК еще не готово реализовать инклюзивное образование. Невозможно отдельными уроками ставить занятия для данного контингента обучающихся (когда и так не хватает свободной учебной сетки для отдельных классов), а проводить вместе с основной группой – хватит ли знаний, такта, компетенций учителя, методического комплекса обучения, инвентаря, оборудования, сооружений (отдельных приспособленных залов) с данным контингентом? Вопросов больше, чем ответов...» (Участник 8).

Считаете ли Вы, что занятия физической культуры должны строиться с индивидуальным подходом и учетом особенностей детей?

«Да. Но это можно реализовать в школах с небольшим количеством учащихся. И, соответственно, с количеством детей не более 12-15 в одном классе. В классах с 30 и более учащихся это очень затруднительно» (Участник 1).

«Да, занятия физической культуры должны строиться с индивидуальным подходом и учетом особенностей детей. Каждый ребенок уникален и имеет свои индивидуальные потребности, которые необходимо учитывать при занятиях физической культурой. Например, у детей могут быть различные физические возможности и ограничения, такие как наличие травм, заболеваний, аллергии и т.д. В таких случаях необходимо разработать индивидуальную программу занятий, которая будет адаптирована под конкретного ребенка. Кроме того, дети могут иметь разные интересы и предпочтения в отношении физических упражнений. Например, один ребенок может предпочитать игры с мячом, а другой – бег или плавание. В этом случае также необходимо учитывать индивидуальные интересы и предпочтения детей. Индивидуальный подход также может быть полезен при оценке физической формы и прогресса ребенка во время занятий. Например, можно использовать тест для определения силы, гибкости, выносливости и т.д. каждого ребенка. В целом, индивидуальный подход к занятиям физической культурой помогает учителям и тренерам лучше понимать потребности и способности каждого ребенка, и создавать наиболее эффективные и безопасные программы занятий» (Участник 4).

Да, я считаю, что занятия физической культурой должны строиться с индивидуальным подходом и учетом особенностей детей. В настоящее время на уроках физической культуры очень сложно применять индивидуальные формы работы с учащимися, но в то же время это очень важно. Так как учащиеся отличаются друг от друга по ряду параметров или факторов, один из этих факторов уровень физической подготовленности. Нам всем известно, что класс делится на 3 группы физической подготовленности (условно) с высоким уровнем физической подготовленности, средним и низким, на это влияют ряд объективных

и субъективных факторов. Также, нельзя сбрасывать со счета и развитие определенных физических качеств (скоростных, скоростно-силовых, выносливости, силовых качеств) и способностей, которые преобладают в данном ребенке. Также необходимо учитывать типы темпераментов, к которым относится этот ребенок, необходимо учитывать все эти факторы при проведении уроков физической культуры и при разработке заданий. Зачастую наши коллеги в погоне за моторной плотностью урока упускают такую форму организации проведения урока, как индивидуальную работу с учащимися. Индивидуальный подход предполагает осуществление педагогического процесса с учетом индивидуальных особенностей ученика, этот подход осуществляется очень гибко, применяя различные формы и методы с целью достижения нужного результата и цели. При применении индивидуального подхода также необходимо учитывать возрастные и гендерные особенности ребенка их физическое и психическое развитие. Строгое дозирование физических нагрузок. Необходимо проводить диагностику уровня здоровья, физической подготовленности и развития. Индивидуальный подход на уроках тесно связан с методикой проведения занятий. Учителю физической культуры необходимо планировать работу, учитывая возрастные, типовые и индивидуальные особенности детей, и проводить обучение так, чтобы приобретение знаний, умений и навыков стало для них потребностью, приносило радость и внутреннее удовлетворение. Так же, очень сложно проводить работу при большой наполняемости класса. Если в классе 24 ученика и более, то этот подход осуществлять очень сложно, но для этого существует дифференцированный подход, то есть учащихся делить по группам, по уровню физического развития, и разрабатывать задания по этим группам по уровню их развития, и по другим особенностям.

Очень важно учитывать гендерный подход в обучении. Смысл понятия «гендер» означает совокупность социальных и культурных норм, которые общество предписывает выполнять людям в зависимости от их биологического пола. Таким образом, гендерный подход в образовании – это совокупность методов, приемов, средств обучения и воспитания, направленных на то, чтобы помочь детям чувствовать себя в образовательном учреждении комфортно, и справиться со всеми трудностями социализации, важной частью которых является самоидентификация ребенка. Мальчики и девочки развиваются по-разному, отличаются их интересы, игры, пристрастия. Поэтому учить ребят лучше порознь, учитывая физические возможности, период полового созревания и психологию восприятия. Уровень развития физических качеств учащихся в период, когда происходят их возрастные изменения, естественно возрастает за счет изменения форм и функций организма. Как мы видим индивидуальный подход при проведении уроков физической культуры жизненно необходим, при этом подходе учитываются все индивидуальные особенности ребенка, а это в свою очередь пробуждает в ребенке чувство успешности, приобретение знаний, умений и навыков становится для детей всех уровней потребностью, приносит радость и внутреннее удовлетворение.

На Ваш взгляд, что необходимо предпринять для повышения эффективности преподавания предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования?

«Все преподаватели физической культуры должны пройти курсы АФК и ЛФК. Так же нужно ввести отдельный предмет в вузах. Чтобы при выходе выпускник обладал знаниями и навыками проведения урока с инклюзией. Учителям необходимо почаще участвовать на курсах, семинарах, мастер-классах по работе и взаимодействию с детьми с ООП и детьми-инвалидами, как физического, так и ментального типа» (Участник 1).

«Повысить эффективность преподавания предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования может помочь индивидуализация подхода: каждый ученик имеет уникальные потребности и возможности, поэтому необходимо разработать индивидуальные планы обучения для каждого ученика в соответствии с их специальными потребностями» (Участник 3).

«Применение разнообразных методов обучения позволяет учителю достигнуть учеников с разными типами восприятия. Например, использование игровых методов, индивидуальных и групповых занятий» (Участник 5).

«Необходимо создать дружественную и безопасную обучающую среду, где ученики с ООП могли бы чувствовать себя комфортно, уверенно» (Участник 2).

«Для того, чтобы ученики с физическими ограничениями могли принимать участие в занятиях, необходимо обеспечить адаптированное оборудование» (Участник 4).

«Чтобы успешно преподавать в условиях инклюзивного образования, необходимо взаимодействовать с родителями и специалистами в области специального образования. Они могут предоставить полезные советы и помощь в адаптации учебного процесса к особенностям каждого ученика» (Участник 6).

«Для повышения эффективности преподавания предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования необходимы курсы и различные семинары для учителей. Также необходимо разработать дополнительные методические пособия» (Участник 7).

«На уроках по ФК нужны специальные оборудования, кабинеты, комплекс упражнений специальных, медико-биологического направлений с учетом специфик заболеваемости (хронических, врожденных, приобретенных, временных). А значит, выйти с предложением в учебные заведения, готовящие специалистов по ФКиС, либо в медицинских вузах открывать новые специальности, охватывающие не только стандартную учительскую специальность физрука, но и специалиста-массажиста, спортивного медика» (Участник 8).

Деление класса по гендерным различиям – обязательно! Медико-биологические обоснования госстандартов по данному вопросу были написаны давно, еще в былые советские времена, но это не значит, что антропометрические показатели резко изменились из-за того, что изменился режим, или строй. Те же показатели физических качеств мальчиков или девочек так же и остались. Даже, с точки зрения техники безопасности, например, при игре в футбол в любом возрасте – разве сила ударов по мячу мальчика и девочки равны? Так же можно бесчисленно приводить примеры и на баскетболе, волейболе, гимнастике, даже в легкой атлетике. Поэтому, пусть, даже при 1-2 мальчиков или девочек, разделение должно быть!» (Участник 8).

Хотите ли Вы поделиться мнением по другим вопросам, которые мы не задали, но Вы считаете их важными?

«Самое оптимальное, это разделение по группам. Мальчики и девочки. Ну и неплохо было бы создать в школе отдельную должность. Что бы был отдельный физрук для работы только с такими детьми. Пришли 5-6 классов в спортзал. И допустим набралось 5 детей с диагнозом. Этот физрук забирает их отдельно и проводит с ними урок» (Участник 1).

«Для повышения эффективности преподавания предмета «Физическая культура» необходимо обеспечить специальным оборудованием и иметь адаптированный тренажерный зал» (Участник 2).

Гендерное деление на подгруппы должно быть обязательным (Участник 3).

В целом, резюмируя ответы респондентов, можно сделать вывод о том, что большинство участников опроса считают целесообразным совершенствование учебной программы по учебному предмету «Физическая культура». По мнению большинства, эти изменения должны касаться объема учебной нагрузки, системы оценивания, учета состояния здоровья, возрастных особенностей ребенка и важности оказания психолого-педагогической поддержки детям с ООП. Должно быть обязательно деление класса по гендерным различиям с учетом разных нормативов физической нагрузки мальчиков и девочек. Для повышения эффективности организации и проведения ЛФК необходимо обеспечить специальным оборудованием и адаптированным тренажерным залом. Уроки физкультуры должны строиться с индивидуальным подходом и с учетом особенностей детей. Для этого педагоги должны систематически повышать свою квалификацию, для них должны проводиться специальные семинары, мастер-классы и др.

Нужны специальные оборудования, кабинеты, комплекс специальных, медико-биологического направления, упражнений, разработанные с учетом специфик заболеваемости (хронических, врожденных, приобретенных, временных). Вузы должны открывать новые специальности: специалист-массажист, спортивный медик и др.

Педагоги-практики считают, что учебные программы должны быть гибкими и адаптируемыми в зависимости от индивидуальных психофизических возможностей обучающихся. У педагогов должна быть возможность в изменении методов работы в соответствии с погодно-климатическими условиями региона, материально-технических ресурсов для проведения урока физической культуры. Педагогам необходима методическая поддержка в внедрении инклюзивной практики при преподавании физической культуры.

Согласно п.7 ст.1 Закона Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» [68], физическая культура – это составная часть культуры, область социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях развития физических и интеллектуальных способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового

образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания и развития.

В соответствии с пунктами 1,2 статьи 15 Закона Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» физическое воспитание в организациях образования осуществляется в учебное и во внеучебное время в соответствии с государственными общеобязательными стандартами образования и типовыми учебными планами.

Инклюзивность и социальная направленность государственной политики являются ключевыми принципами реализации Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан до 2025 года [69].

Необходимыми условиями эффективной реализации такого подхода являются создание благоприятной среды, обеспечивающей возможность для всех вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом. Концепцией развития физической культуры и спорта Республики Казахстан до 2025 года предусмотрено систематическое проведение спортивных соревнований и турниров с участием детей с ограниченными возможностями здоровья в рамках развития адаптивной физической культуры. Центром организации массовых спортивных соревнований является школа, где участвуют все учащиеся, начиная с первого класса. Все соревнования проводятся в соответствии с календарным планом, утвержденным директором школы.

«Физическая культура» – учебный предмет, который акцентирует основное внимание на укрепление и поддержание здоровья и трудоспособности человеческого организма, а также приобретение двигательных умений и навыков, необходимых в повседневной деятельности и условиях быта обучающихся.

В соответствии с пунктами 23-24 приложения 2, 36-37 приложения 3 и 38, 44 приложения 4 к Государственному общеобязательному стандарту начального, основного среднего и общего среднего образования, утвержденному приказом министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348, «Физическая культура» в 1-11 классах изучается как *обязательный учебный предмет* [70].

В Типовой учебной программе по учебному предмету «Физическая культура» [71] сформулированы *ожидаемые результаты*, представленные в виде системы целей обучения, которые служат основой для определения его содержания.

Так, *содержание учебного предмета «Физическая культура» в 1-4-х классах* направлено на развитие физических качеств, интереса к самостоятельному выполнению общеразвивающих упражнений; привитие культуры здорового образа жизни; формирование представлений о роли физической культуры в жизни человека, умения самостоятельно находить информацию о спорте, национальных видах спорта и использовать ее для укрепления своего здоровья; направлена на формирование навыков культуры общения со сверстниками в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» в 5-9-х классах направлено на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и

повышение функциональных возможностей организма; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; овладение техническими действиями и приемами базовых и национальных видов спорта; воспитание патриотизма, любви к своей Родине и воспитание морально-волевых качеств.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» в 10-11-х классах закладывает основу физического и духовного здоровья, что положительно влияет на развитие социальных навыков и личности в целом; мотивирует учащихся к пониманию важности укрепления своего физического и психического здоровья; способствует приобретению теоретических знаний и развитию практических навыков в области физической культуры и спорта; совершенствует двигательные навыки учащихся: выносливость, быстроту, силу, ловкость и гибкость; воспитывает и развивает чувство патриотизма, общечеловеческие ценности, коммуникативные навыки учащихся; стимулирует учащихся вести здоровый образ жизни, применять приобретенные навыки в будущем; формирует у обучающихся представление о физической культуре, как части общечеловеческой культуры.

В целом содержание учебного предмета «Физическая культура» на всех уровнях образования с учетом преемственности *должно обеспечить*: расширение объема знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, подготовки к службе в армии; повышение функциональных способностей организма в соответствии с возрастными и половыми особенностями обучающихся; совершенствование технических и тактических действий и приемов в базовых видах спорта; развитие компетентности в индивидуальных и коллективных формах физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, развитие творческих навыков в организации активного отдыха и спортивных соревнований; формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания; создание условий для развития и формирования олимпийского резерва в различных видах спорта.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» *позволит* обучающимся применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни; оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физическом развитии; развивать нравственные качества и осознавать необходимость честной игры и непрерывного саморазвития; понимать необходимость соблюдения правил личной гигиены; оценивать степень влияния физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека, уровни собственного физического развития и двигательной подготовленности, функциональное состояние организма и физическую работоспособность.

В соответствии с Типовыми правилами деятельности организаций среднего образования (начального, основного среднего и общего среднего), утвержденных приказом Министра просвещения от 31 августа 2022 года № 385 [72], организации образования самостоятельно выбирают типовые учебные планы, в том числе с сокращенной учебной нагрузкой, по которым осуществляют процесс обучения.

В соответствии с пунктом 2 статьи 15 Закона Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» физическая культура проводится в общеобразовательных школах – не менее трех часов в неделю.

В соответствии с Типовым учебным планом, утвержденным приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 ноября 2012 года № 500 (с изменениями утвержденным приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 30 сентября 2022 года № 412 с прилож. 1, 6, 38, 39) [73], предмет «Физическая культура» изучается в инвариантном компоненте 3 часа в неделю. Программа предмета «Физическая культура» охватывает содержание всех основных форм физической культуры, составляющих комплексную систему физического закаливания и нравственного воспитания в школе, и позволяет решать эти задачи последовательно в течение всего учебного года.

Каждый третий час программы по предмету направлен на увеличение двигательной активности обучающихся (за счет расширения количества спортивных и подвижных игр) и оздоровительный процесс.

В соответствии с Типовым учебным планом с сокращенной учебной нагрузкой, утвержденным приказом Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 ноября 2012 года № 500 (с изменениями от 30 сентября 2022 года № 412, прилож. 11, 13, 18) предмет «Физическая культура» изучается в инвариантном компоненте 2 часа, в вариативном компоненте 1 час в неделю.

В соответствии с Типовым учебным планом с сокращением учебной нагрузкой на предмет «Физическая культура» выделен 1 час за счет вариативного компонента, который обязательно отводится на проведение спортивных игр. Вариативный компонент нацеливает педагога на использование и внедрение современных методов обучения и педагогических технологий с целью углубленного изучения спортивных игр. Вариативный компонент разрабатывается педагогами физической культуры конкретной организации образования с учетом региональных особенностей, материальной базы, интересов обучающихся и возможностей коллектива педагогов.

В рамках учебного курса «Физическая культура» в 5-9 классах учителями физической культуры реализуется содержание учебного курса «*Основы безопасности жизнедеятельности*» с годовой учебной нагрузкой 15 часов. Занятия по основам безопасности жизнедеятельности являются обязательными и проводятся в учебное время.

С 2022-2023 учебного года преподавание предмета «Физическая культура» осуществляется без деления на группы по гендерному различию, при этом в школьных программах предусмотрены отдельные нормативы

физических нагрузок для девочек и мальчиков, которые в обязательном порядке должны соблюдаться на уроках. Основными причинами отмены деления класса на группы являются:

- недостаточность спортивных залов: по два-три класса на одном уроке, до четырех-шести подгрупп, где с ними занимаются до шести учителей одновременно;

- большинство спортивных площадок по оснащенности и безопасности не соответствуют современным требованиям (используется самодельное спортивное оборудование, отсутствует специальное покрытие, остаются неогороженными);

- наличие школ, не имеющих спортивных залов или размещенных в приспособленных зданиях (нарушение санитарных норм и требований, что негативно сказывается на здоровье обучающихся).

Оценивание учебных достижений обучающихся 1-11 классов по предмету «Физическая культура» проводится в соответствии с Типовыми правилами проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего образования, утвержденными приказом Министра образования и науки РК от 18 марта 2008 года № 125 (с дополнениями в пункт 16 приказа Министра образования и науки РК от 12.05.2022 № 193) [74]. В соответствии с типовыми учебными программами (по обновленному содержанию и сокращением учебной нагрузки) по учебному предмету «Физическая культура» в 2–11 классах по итогам формативного оценивания в конце каждой четверти и учебного года по предмету «Физическая культура» выставляется «зачет»/ «незачет». Суммативное оценивание не проводится. В 1-м классе оценивание не проводится. При подведении итогов во 2–11 классах и выставлении «зачет» или «незачет» педагогу необходимо руководствоваться принципами критериального оценивания, то есть, чтобы получить «зачет», обучающемуся потребуется не просто посещать уроки физкультуры, но и овладевать знаниями и умениями в области физического развития. Контрольная деятельность учителя на каждом уроке носит систематический характер, что позволяет обучающимся понять, насколько правильно они выполняют задания на этапе изучения нового материала, позволяет скорректировать индивидуальную образовательную траекторию ученика.

Типовые учебные программы по учебному предмету «Физическая культура» размещены на официальном сайте Национальной академии образования им. И. Алтынсарина (www.uba.edu.kz). Напомним, что учебная программа реализуется в соответствии с долгосрочным планом, определяющим последовательность изучения разделов программы в течение учебного года. Распределение часов, а также последовательность изучения тем в четверти может варьироваться по усмотрению педагога. Содержание по предмету «Физическая культура» организовано по разделам обучения. Разделы далее разбиты на подразделы, которые содержат в себе цели обучения по классам в виде ожидаемых результатов. Цели обучения, организованные систематично и последовательно внутри каждого

подраздела, позволяют учителям планировать свою работу и оценивать достижения обучающихся, также информировать их о следующих этапах обучения.

Типовые учебные программы по учебному предмету «Физическая культура» для учащихся общеобразовательных школ составлены по возрастному принципу и имеют следующую содержательную основу – объяснительную записку, в которой определены цель, задачи, содержание обучения, средства и формы контроля за физическим развитием учащихся. Основное содержание уроков по физической культуре – ознакомление с теорией, формирование навыков и умений, воспитание физических способностей, примерные упражнения для выполнения дома. В занятия по физической культуре включены элементы таких видов спорта, как *гимнастика, легкая атлетика, спортивные игры, плавание, лыжная подготовка или кроссовая подготовка (вместо лыжной подготовки в бесснежных регионах), а в младшем школьном возрасте – подвижные игры*. Программа по физической культуре в общеобразовательной школе имеет разностороннюю направленность средств и методов физического воспитания. Кроме общей программы по физической культуре имеют *оздоровительную, лечебную направленность*, что определяет содержание занятий с обучающимися специальных медицинских групп. Для учащихся, занимающихся в спортивных секциях и кружках, разрабатываются программы в соответствии с общей и спортивной направленностью. Обучающиеся с ослабленным здоровьем занимаются в специальных медицинских группах (СМГ) и группах лечебной физической культуры (ЛФК). Группы формируются на основании результатов медицинского осмотра, который обучающиеся проходят в течение учебного года, оформляются приказом директора школы. Обучающиеся с ограниченными физическими возможностями занимаются с использованием средств адаптивной физической культуры и спорта.

В целях оказания методической помощи педагогам по вопросу организации и проведения уроков по физической культуре Национальной академией образования имени И. Алтынсарина разработаны методические рекомендации, размещенные на сайте www.uba.edu.kz/.

Основными формами организации педагогической системы физического воспитания в школе являются уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние задания). Вместе с тем уроки физической культуры являются основной формой организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета физической культуры.

Предлагаемая рабочей группой программа по предмету «Физическая культура» отражает содержание всех основных форм физической культуры, составляющих целостную систему физического и нравственного воспитания в школе, и позволяет последовательно решать эти задачи на протяжении всех лет обучения. Предлагаемые изменения в программе исходят, прежде всего, от потребностей ребенка, что ему нужно для того, чтобы стать конкурентоспособным после завершения школы. В этой связи *цели и задачи*

программы расширены и углублены с тем, чтобы школьники не просто приобрели какие-то спортивные навыки, а научились использовать их для укрепления и сохранения здоровья на долгие годы. Рассмотрим предлагаемые изменения в Типовую учебную программу по предмету «Физическая культура» для 1-4 классов уровня начального образования (табл. №6)

Таблица № 6. Внесение изменений в Типовую учебную программу по предмету «Физическая культура» для 1-4 классов уровня начального образования (проект)

Структура	Приложение 34 к приказу Министра просвещения Республики Казахстан от 16 сентября 2022 года № 399	Проект предлагаемых изменений
Общие положения		
Цель	формирование основ физической культуры, направленных на здоровое физическое развитие, приобретение спортивно-специфических двигательных навыков и физических способностей	формирование основ физической культуры, направленных на <i>разностороннее физическое развитие личности, способной активно использовать ценности и средства физической культуры для укрепления и длительного сохранения своего здоровья</i>
Задачи	1) развитие теоретических знаний и практических навыков в области физического воспитания и спорта; 2) мотивация стремления укрепить свое физическое и психическое здоровье; 3) развитие двигательных навыков обучающихся, способствующих выносливости, быстроте, силе, ловкости и гибкости; 4) воспитание чувства патриотизма, уважения, ответственности и взаимопонимания; 5) стимулирование обучающихся вести здоровый образ жизни на протяжении всей жизни и применять приобретенные навыки в дальнейшем; 6) формирование представления о физической культуре как части общечеловеческой культуры.	1) формирование системы знаний из области физической культуры, стимулирующих обучающихся вести здоровый образ жизни и применять приобретенные навыки в дальнейшем 2) укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; 3) воспитание чувства патриотизма, уважения к семье, трудолюбия, ответственности и взаимопонимания; 4) развитие всего комплекса основных двигательных качеств, необходимых для продуктивного осуществления любого вида двигательных проявлений младших школьников в пределах возрастных особенностей 5) формирование широкого круга разнохарактерных двигательных умений и навыков, обеспечивающих основу для новых форм движений; 6) содействие развитию творческих способностей к управлению двигательными действиями во времени и пространстве.
Учащиеся общеобразовательных	отсутствует	К учащимся <i>основной</i> медицинской группы, предъявляются все

<p>школ распределяются по состоянию здоровья на медицинские группы (основная, подготовительная, специальная медицинская)</p>		<p>требования учебных программ без ограничений. Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья, к <i>подготовительной</i> медицинской группе, выполняют требования учебных программ с учетом медицинских показаний и противопоказаний. Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к <i>специальной медицинской группе</i>, изучают учебный предмет «Физическая культура» по специальным программам, утверждаемым Министерством просвещения РК по согласованию с Министерством здравоохранения РК. Дети с особыми образовательными потребностями (кроме детей с нарушением опорно-двигательного аппарата) выполняют те же упражнения, что и все школьники, но в облегченной форме, к ним применяются приемы и принципы адаптивной физической культуры (АФК).</p>
<p>Изучение предмета «Физическая культура» позволит обучающимся:</p>	<p>1) применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни; 2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития; 3) понять важность развития нравственного качества и осознать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития; 4) понять необходимость соблюдения правил личной гигиены; 5) узнать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека; 6) оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся; 7) развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.</p>	<p>1) применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни; 2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития; 3) <i>понимать</i> важность развития нравственного качества и <i>осознавать</i> необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития; 4) <i>понимать</i> необходимость соблюдения правил личной гигиены; 5) <i>знать</i> о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека; 6) оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся; 7) развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.</p>
<p>Привитие обучающимся базовых ценностей образования</p>	<p>Развитие личностных качеств в органическом единстве с навыками широкого спектра являются основой для привития обучающимся базовых ценностей образования:</p>	<p>Развитие личностных качеств в органическом единстве с навыками широкого спектра являются основой для привития обучающимся базовых ценностей образования: «<i>семья</i>», «<i>культура и родной язык</i>», «<i>здоровье и благополучие</i>», «<i>глубокие знания</i>», «<i>трудолюбие и</i></p>

	«казахстанский патриотизм и гражданская ответственность», «уважение», «сотрудничество», «труд и творчество», «открытость», «образование в течение всей жизни». Эти ценности призваны стать устойчивыми личностными ориентирами обучающегося, мотивирующими его поведение и повседневную деятельность.	творчество», «честность и добропорядочность», «сотрудничество и забота», «самосовершенствование, настойчивость и уверенность», «патриотизм и гражданская ответственность». Эти ценности призваны стать устойчивыми личностными ориентирами обучающегося, мотивирующими его поведение и повседневную деятельность.
Содержание учебного предмета включает 3 раздела:		- двигательные деятельность; - творческие способности и взаимодействие через двигательную деятельность; - здоровье и здоровый образ жизни.

Содержание по предмету «Физическая культура» организовано по разделам обучения, которые являются *едиными по всем уровням образования*, при этом содержание разделов постепенно усложняется. К примеру, если в начальной школе «Двигательная активность» включает «развитие *основных* двигательных навыков», то в старших классах – уже «развитие *точности, контроля и маневренности* при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий» (табл. № 7).

Таблица № 7. Содержание учебного предмета «Физическая культура» по уровням образования

Разделы	1-4 классы	5-9 классы	10-11 классы
Двигательная деятельность	1. Развитие основных двигательных навыков 2. Освоение и выполнение различных физических упражнений, способствующих физическому развитию 3. Основы техники выполнения упражнений и соблюдение их последовательности 4. Навыки самостоятельного выполнения двигательных действий 5. Оценивание двигательных навыков и умений	1. Развитие двигательных навыков и умений 2. Выполнение физических упражнений разной целевой направленности 3. Техника выполнения специальных физических упражнений 4. Навыки самостоятельного выполнения двигательных действий 5. Оценивание двигательных навыков и умений 6. Понимание трудностей и рисков, возникающих при выполнении заданий	1. Развитие точности, контроля и маневренности при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий 2. Создание и применение комбинаций движений, и их последовательность в различных видах физических упражнений и ситуаций 3. Комбинирование навыков и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник 4. Оценивание собственных умений и умения других для улучшения выполнения двигательных действий 5. Применение и оценивание тактики, стратегий и структурных идей в ряде физических упражнений 6. Развитие навыков преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью

<p>Творческие способности и взаимодействие через двигательную деятельность</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Применение тактических приемов в играх 2. Развитие организаторских способностей и лидерских качеств 3. Взаимодействие и сотрудничество в команде 4. Тактические действия при прохождении дистанции 5. Умение оценить творческие задачи и предлагать конструктивные рекомендации 6. Развитие коммуникативных способностей через игровую деятельность 7. Развитие коллективной работы и честного соперничества во время физической деятельности 8. Исполнение ролей в игровой деятельности 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тактические приемы 2. Развивать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде 3. Взаимодействие и сотрудничество в команде 4. Разработка тактических приемов 5. Развитие творческих способностей; 6. Знание правил базовых видов спорта и судейства 7. Честная игра и сотрудничество; 8. Функциональные обязанности в игровой деятельности 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства 2. Развитие и применение лидерских навыков и навыков работы в команде 3. Демонстрация ряда навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды 4. Оценивание правил и структурных приемов для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений 5. Критическое оценивание собственных творческих способностей и способностей других, а также предложение альтернативных решений 6. Знание правил соревновательной деятельности и правил судейства. 7. Демонстрация поведения, отражающего честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований 8. Исполнение ролей, обусловленных различными контекстами движений и осознание их различий
<p>Здоровье и здоровый образ жизни</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни 2. Оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития 3. Понимать важность развития нравственного качества и осознавать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития 4. Понимать необходимость соблюдения правил личной гигиены 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование знаний о личном здоровье и здоровом образе жизни 2. Разработка и проведение комплексов разминок и техник восстановления; 3. Умение контролировать системы организма при физической нагрузке 4. Соблюдение правил техники безопасности 5. Участие в физической деятельности внутри и за пределами школы 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование знаний о личном здоровье и здоровом образе жизни 2. Разработка и проведение подходящих для видов деятельности разминок и техники восстановления 3. Применение на практике упражнений различной направленности, и определение их взаимосвязи с энергетической системой организма 4. Определение и применение стратегий управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья

	<p>5. Знать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека</p> <p>6. Оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся</p> <p>7. Развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки</p>		<p>5. Применение знаний и навыков для обогащения опыта физической активности других людей</p>
--	--	--	---

Ожидаемые результаты по предмету «Физическая культура» соответствуют возрастным особенностям обучающихся.

Таблица № 8. Изучение предмета «Физическая культура» позволит обучающимся:

1-4 классы	5-9 классы	10-11 классы
<p>1) применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;</p> <p>2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития;</p> <p>3) понимать важность развития нравственного качества и осознавать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития;</p> <p>4) понимать необходимость соблюдения правил личной гигиены;</p> <p>5) знать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;</p> <p>6) оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся;</p> <p>7) развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.</p>	<p>1) разрабатывать индивидуальный двигательный режим, выполнять комплексы утренней гигиенической гимнастики, комплексы упражнений на развитие физических качеств;</p> <p>2) соблюдать правила техники безопасности при занятиях физическими упражнениями;</p> <p>3) знать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий;</p> <p>4) анализировать влияние нагрузки на собственный организм с целью достижения оздоровительного эффекта и совершенствования физического развития;</p> <p>5) взаимодействовать со взрослыми и сверстниками в процессе совместного совершенствования техники двигательных навыков и умений, игровых приёмов и действий в спортивных играх, управлять своими эмоциями и владеть культурой общения;</p> <p>6) оценивать уровень овладения двигательными умениями и навыками</p>	<p>1) применять приобретённые предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;</p> <p>2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций в своём физическом развитии;</p> <p>3) развивать личные и морально-нравственные качества и осознавать необходимость честной игры и непрерывного саморазвития;</p> <p>4) понимать важность и необходимость соблюдения правил личной гигиены;</p> <p>5) знать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;</p> <p>6) оценивать физическое состояние, как свое, так и других;</p> <p>7) совершенствовать навыки критического и творческого мышления, разрешения проблем и коммуникативные навыки.</p>

3. Методические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования

В данном разделе приводится свод методических рекомендаций для педагогов страны, реализующих учебные программы предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования, на основе изучения международного и отечественного опыта.

Изучение опыта стран по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей показало, что качество реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования, в первую очередь, зависит от национальной политики страны по реализации физического воспитания и спорта. Данная политика представлена в содержании Национальных концепций, Стратегий по физическому воспитанию (*например, Концепция развития физической культуры и спорта Республики Казахстан до 2025 года, Руководство по физической активности 2008 года для американцев в возрасте 6 лет и старше, доклад о будущем развития физического воспитания в 21 веке, Концепция развития физического воспитания и спорта Сингапура*).

Таким образом, для обеспечения качественного преподавания физического воспитания целесообразно использовать действующие рекомендации международных организаций, изучивших национальные политики по физическому воспитанию в различных странах. Одной из таких организаций является международная организация ЮНЕСКО.

Рассмотрим рекомендации ЮНЕСКО по обеспечению качественного физического воспитания

ЮНЕСКО, совместно с Европейской комиссией, Международным советом по спорту и физическому воспитанию (ICSSPE), Международным олимпийским комитетом (МОК), ПРООН, ЮНИСЕФ, Открытым протоколом Организацией объединённых наций и ВОЗ, разработала руководство по информированию о предоставлении качественного физического воспитания на всех возрастах от ранних лет до среднего образования [75]. В этой связи руководство обеспечивает уникальную основу для оказания поддержки лицам, определяющим политику, (*т.е. руководителям департаментов или старшим должностным лицам министерств*) по изменению политики в области физического воспитания с целью ускорения развития нескольких аспектов человеческого капитала.

Преодоление структурных барьеров на пути доступа к качественному образованию жизненно важно для реализации прав на образование для всех.

Инклюзивное образование рассматривается дифференцированно для удовлетворения всего спектра потребностей в зависимости от географического положения, пола, экономического или этнического происхождения или статуса инвалидности, являясь основным механизмом устранения структурного неравенства, препятствующего устойчивому развитию и предупреждающего социальную сплоченность.

Фактические данные свидетельствуют о том, что отсутствие инвестиций в основные права детей, такие как питание, здравоохранение и образование,

особенно, наиболее уязвимых групп детей, может на несколько поколений замкнуть отдельных лиц и семьи в порочный круг нищеты и стать препятствием для будущего социального и экономического прогресса. Участие в качественном физическом воспитании может помочь разорвать этот порочный круг.

Соответственно, формулирование и развитие политики качественного физического воспитания, ориентированного на воздействие, должно основываться на инклюзивных методиках, обеспечивающих всем учащимся право на получение знаний [76]. Качественное физическое воспитание включает в себя изучение различных двигательных навыков, предназначенных на улучшение физического, умственного, социального и эмоционального развития каждого ребенка. С одной стороны, участие в физическом воспитании должно способствовать развитию физической грамотности [77], а с другой стороны, способствовать формированию глобальной гражданской позиции посредством пропаганды жизненных навыков и ценностей. Результатом качественного физического воспитания является физически грамотный молодой человек, обладающий навыками, уверенностью и пониманием, необходимыми для продолжения занятий физической активностью на протяжении всей своей жизни. Таким образом, физическое воспитание должно быть признано основой для инклюзивного гражданского участия на протяжении всей жизни.

Не менее важным для разработки политики качественного физического воспитания и партнерских отношений, способствующих вовлечению учащихся в физическую активность и спорт вне школьных дней, является предоставление безопасных, доступных благоустроенных помещений, в которых молодые люди могут заниматься, не опасаясь эксплуатации. Это следует рассматривать как основополагающий принцип, на котором основано предоставление качественного физического воспитания и связанных с ним партнерских отношений. Как подчеркнула Международная рабочая группа «Спорт на благо развития и мира» 16 политик и процедур, направленные на защиту девочек и женщин и обеспечение им безопасных условий для тренировок и соревнований, имеют решающее значение [78].

Более того, ЮНЕСКО и ЮНИСЕФ [79] выступают за то, чтобы условия, способствующие обучению, были чем-то большим, чем просто физическая инфраструктура и сооружения. Они должны охватывать стимулирующую институциональную политику, которая поощряет и защищает права человека.

Соответственно, следует разработать эффективную политику с целью предотвращения и, в конечном счете, недопущения злоупотреблений, физического или психологического насилия, издевательств и насилия по причине гендерных различий. Важность защиты детей не ограничивается какой-то одной ситуацией или обстановкой, это имеет первостепенное значение и должно быть ключевым элементом всего обеспечения, как внутри школы, так и за ее пределами. Практикующие специалисты, включая учителей, тренеров, вспомогательный персонал и другой соответствующий персонал, должны быть обучены соблюдению принципов защиты детей и, более того, их знания должны регулярно обновляться.

Важной особенностью этого является проверка всех сотрудников, которые работают с детьми (включая проверку биографических данных и рекомендаций). Персонал, работающий вне школы, должен обладать соответствующей квалификацией для работы с детьми и руководствоваться теми же педагогическими принципами, что и учителя.

Не менее важна строгая структура отчетности, предусматривающая наличие механизмов для рассмотрения случаев жестокого обращения и отчетности о них, а также вопросов, связанных с дискриминацией и издевательствами по признаку расы, пола, ориентации, религии, инвалидности и т.д. В связи с этим кодексы поведения для учителей и учащихся являются важными инструментами защиты и поощрения их прав.

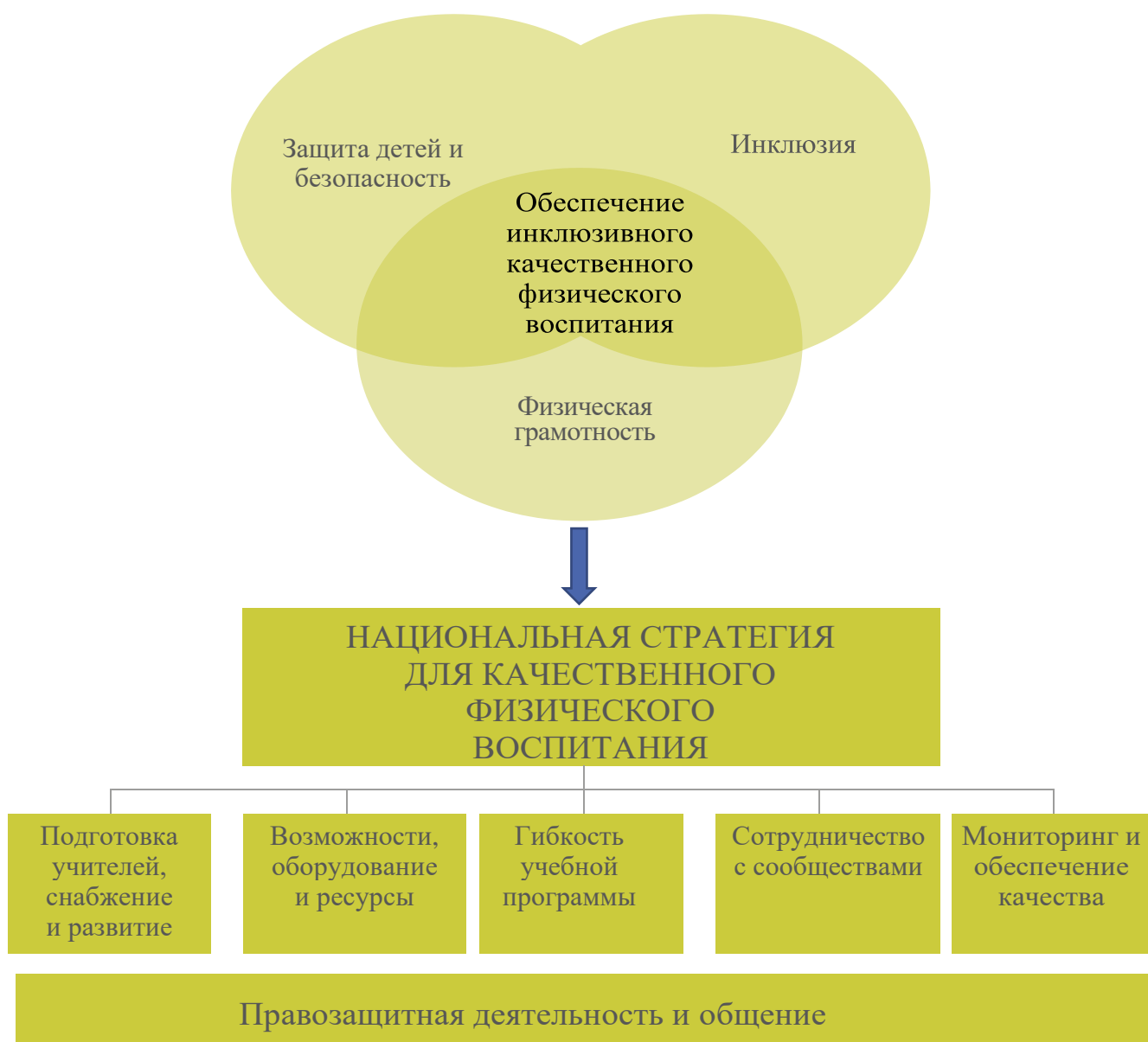
Заложив основу для формирования инклюзивной политики качественного физического воспитания, а также, предприняв действия, описанные во Вставке 6, государствам-членам рекомендуется разработать свое уникальное видение качественного физического воспитания и разработать соответствующую национальную стратегию, основанную на индивидуальных приоритетах. При этом следует рассмотреть ряд взаимосвязанных аспектов (рис. 13).

Вставка 6. Главные шаги к достижению инклюзивной среды по физическому воспитанию.

1. Провести анализ национальных потребностей по обеспечению потребностей в физическом воспитании, с акцентом на инклюзивную практику.
2. Пересмотрите модели финансирования, относящиеся к качественному физическому воспитанию и подготовку учителей по физическому воспитанию, принимая во внимание основанную на фактических данных отдачу от инвестиций, которая может быть получена как в социальном, так и в экономическом плане.
3. Адаптируйте законодательные рамки для поддержки обеспечения физического воспитания в соответствии с международными конвенциями, декларациями, рекомендациями и передовой практикой.
4. Разработайте национальную стратегию предоставления физического воспитания, подкрепленную инструментами и механизмами для измерения воздействия.
5. Мобилизуйте общественное мнение относительно права на доступ к физическому воспитанию для каждого.
6. Создайте единое мнение касательно концепции инклюзивного качественного физического воспитания и педагогики обучения всех учащихся со всеми, кто работает с молодежью в области физического воспитания, физической активности и спорта.
7. Поддержите исследовательские программы, которые вносят вклад в базу фактических данных по физическому воспитанию с точки зрения достижения социальных, образовательных, экономических целей и целей в области здравоохранения.
8. Укрепите местный потенциал для оказания содействия развитию и инновациям в рамках предоставления качественного физического воспитания.
9. Убедитесь, что при подготовке учителей физической культуры учитывается важная роль качественного физического воспитания в содействии всестороннему развитию людей, особенно, с точки зрения инклюзивных практик, текущих изменений в обществе, связанных со здоровьем, и важности поощрения участия в здоровом, активном образе жизни.

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Рисунок 13. Основные аспекты предоставления инклюзивного качественного физического воспитания



Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Аспекты, наглядно представленные выше (рис.13), должны основываться на четко сформулированных принципах, стимулирующих общесистемное развитие и многосекторальные подходы, охватывающие все уровни общества. Согласованные и инклюзивные возможности для участия в физическом воспитании и спорте должны предоставляться всем учащимся и должны составлять основу соответствующей политики, а также любой стратегии по ее предоставлению. Многосторонний подход к разработке и внедрению политики качественного физического воспитания должен распространяться на сотрудничество с другими соответствующими заинтересованными сторонами, такими как службы питания и здравоохранения, с целью информирования детей о более широких целях сохранения здоровья и безопасности. Аналогично

необходимо развивать сотрудничество с муниципалитетами и НПО для использования неформального спортивного образования для укрепления связей с сообществом, акцентируя важность гражданской активности и привлечения внимания молодых людей к целому ряду других социальных вопросов, связанных с человеческим развитием, молодежным лидерством, гендерным равенством и так далее. Участие родителей и других членов семьи может способствовать расширению возможностей для обучения у пожилых людей и приобретению навыков для совместного занятия физическим воспитанием и спортом между поколениями.

После проведения анализа национальных потребностей политическим деятелям предлагается использовать разделы, продемонстрированные в руководстве ЮНЕСКО [75], для обоснования разработки политики в соответствии с определенными приоритетами:

1. Обеспечение инклюзивного подхода в физическом воспитании.
2. Видение качественного физического воспитания.
3. Пропаганда действий.

Рассмотрим краткие выводы и рекомендации ЮНЕСКО по каждому разделу.

Обеспечение инклюзивного подхода в физическом воспитании

Инклюзивные методики должны находиться в центре как политики, так и практики качественного физического воспитания. Стратегии и доклады государственной политики, направленные на содействие интеграции и повышение общей осведомленности о ценностях физического воспитания, должны быть разработаны и использованы для распространения принципов и практики инклюзивных методик в рамках физического воспитания среди обучающихся, родителей и представителей более широкого сообщества. В дополнение к этому требуется гибкий подход к организации школы и оценке обучающихся. Такая гибкость позволяет развивать более инклюзивную педагогику, смещая акцент с учителя на ребенка и применяя более разнообразные стили обучения.

Доступные и гибкие учебные планы, оборудование и учебные материалы могут послужить ключом к созданию инклюзивных школ. Кроме того, для внедрения инклюзивных учебных программ особенно важным является наличие подготовленных специалистов. Также, необходимо, чтобы учителя имели полное и точное представление о потребностях всех учащихся, чтобы они могли использовать целый ряд навыков, способствующих достижению результатов. Обучение учащихся с ООП или инвалидностью, девочки и учащиеся из групп меньшинств, которые могут подвергаться риску неуспеваемости из-за различных социально-экономических факторов, зависит от компетентности учителей в управлении их обучением и оказании поддержки.

Резюме для обеспечения инклюзивного подхода:

- Физическое воспитание должно быть обязательным как для мальчиков, так и для девочек, а также для детей, подростков и молодежи с ограниченными

возможностями. При этом должно быть обеспечено равенство в создании условий в части количества, качества и содержания.

- Учебные программы должны быть гибкими и адаптируемыми, чтобы обеспечить включение учащихся с ограниченными возможностями, девочек и учащихся из групп меньшинств.

- При пересмотре существующей политики и практики следует учитывать опасения по поводу неадекватного обеспечения соответствующей инфраструктурой, адаптированными помещениями, оборудованием и учебно-методическими материалами для учащихся с ограниченными возможностями.

- Следует разработать инициативы для поддержки и поощрения девочек к занятиям физкультурой, устраняя такие барьеры, как: выбор одежды, неадекватные условия для переодевания.

Для того чтобы оценить, насколько национальная политика по физическому воспитанию соответствует принципам инклюзивного подхода, ЮНЕСКО предлагает использовать **проверочный лист** (Вставка 7).

Вставка 7. Проверочный лист для уменьшения барьеров к инклюзии

1. Является ли учебная программа инклюзивной?
2. Допускает ли учебная программа изменение методов работы в соответствии с условиями, в которых она преподается?
3. Является ли преподавание физического воспитания инклюзивным для всех детей, защищающим, учитывающим гендерные аспекты и поощряющим участие самих учащихся?
4. Учитывает ли учебная программа культурную самобытность?
5. Обеспечивают ли помещения и оборудование, используемые для физического воспитания, доступ к учебным пособиям для всех учащихся, включая молодых людей с ограниченными возможностями и девочек, и учитывают ли они как способности, так и культурные особенности?
6. Является ли подход к обучению дифференцированным с целью удовлетворения потребностей всех учащихся с особыми потребностями, включая учащихся с различными физическими способностями и нарушениями?
7. Оказывается ли учителям поддержка в продвижении и внедрении инклюзивной практики как при преподавании физической культуры, так и в рамках регулярных, актуальных и целесообразных программ непрерывного профессионального развития (CPD) и повышения квалификации действующих учителей без отрыва от производства (INSET)?
8. Существуют ли программы поддержки развития сетей учителей-наставников для связи стажеров и действующих учителей с экспертами в области инклюзии, направленные на поддержку и улучшение предоставления услуг?

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Видение качественного физического воспитания

Стратегическое видение качественного физического воспитания, по мнению ЮНЕСКО [75] должно включать в себя: гибкость учебной программы, партнерские отношения с сообществом, мониторинг и обеспечение качества, подготовку учителей, обеспечение ресурсами и развитие учителей, помещения, оборудование и ресурсы.

Рассмотрим краткое резюме по основным компонентам политики и практики качественного физического воспитания, которые будут способствовать не только развитию национальной политики по физическому воспитанию и спорту, но также помогут педагогам систематизировать свою организационно-педагогическую работу, с учётом международных требований к обеспечению качественного физического воспитания.

Резюме для усиления политики и практики:

- Национальные стратегии по физическому воспитанию должны быть разработаны как на начальном, так и на общем среднем, среднем уровнях образования; они должны быть направлены на устранение значительных пробелов между политической риторикой и фактической реализацией, с целью обеспечения последовательного применения законодательства по физическому воспитанию.
- Национальные стратегии физического воспитания должны рекомендовать распределение учебного времени; а лица, ответственные за предоставление качественного физического воспитания, должны нести ответственность за обеспечение выполнения рекомендуемого распределения времени в рамках учебной программы по физическому воспитанию.
- Национальные стратегии должны обеспечивать, чтобы директора школ, родители и другие соответствующие заинтересованные стороны были осведомлены о преимуществах физического воспитания, а требования к учебным планам должны предусматривать достаточное количество учебного времени для достижения этих целей.
- Национальные стратегии и соответствующий бюджет должны способствовать координации между школой и сообществом и пути установления связи между ними для участия в физической активности, а также решать текущие проблемы коммуникации между различными организациями.
- Следует пересмотреть актуальность и качество учебной программы по физическому воспитанию, особенно там, где существует устойчивая предрасположенность к спортивным соревнованиям и деятельности, связанной с выступлениями. Разработанное на основании проведённых консультаций с молодыми людьми, обеспечение должно быть лично значимым, социально значимым и соответствовать внешкольному образу жизни.
- Следует разработать системы и механизмы мониторинга и обеспечения качества для продвижения положительных практик и подотчетности в рамках разработки и внедрения политики качественного физического воспитания.

Для того чтобы улучшить национальные стратегии по физическому воспитанию предлагает использовать проверочный лист (Вставка 8):

Вставка 8. Проверочный лист для улучшения политики и практики физического воспитания

1. Существует ли четкая национальная стратегия по физическому воспитанию на уровне:
 - ✓ начального образования?
 - ✓ общего среднего образования?
 - ✓ среднего образования?
2. Гарантирует ли национальная стратегия, что физическое воспитание является основной частью школьных программ, обеспечивающей право на физическое воспитание всем учащимся и которое основано на равенстве и инклюзивности?
3. Существует ли четкое понимание и принятие различий и взаимосвязей между физической активностью, физическим воспитанием и спортом? Поддерживается ли это понимание руководящими принципами, гарантирующими, что минимальное учебное время отводится исключительно на уроки физкультуры?
4. Существует ли возможность для межсекторального взаимодействия с участием многих заинтересованных сторон на уровне политики и практики, включая наличие комплексной политики в области физического воспитания, физической активности и спорта для детей и молодежи?
5. Существует ли четкая согласованность и общее понимание среди политиков и практиков относительно приоритетов физического воспитания с точки зрения достижения более широких социальных и образовательных целей?
6. Тесно ли национальная стратегия физического воспитания связана со стратегией школьного здравоохранения, включающей безопасную школьную среду, питание и медицинские услуги?
7. Существует ли возможность для интерпретации политики/учебной программы на местном уровне для того, чтобы дать учителям возможность адаптировать предоставление услуг в соответствии с потребностями молодых людей, с которыми они работают?
8. Отражает ли содержание учебной программы потребностям, интересам и будущему учащихся?
9. Существуют ли четкие, адекватно финансируемые структуры и пути для поддержки партнерских отношений между школами и более значимыми общественными спортивными организациями?
10. Существуют ли процедуры для мониторинга и обеспечения качества предоставления качественного физического воспитания?
11. Собирается ли обратная связь и интегрируется ли она для регулярного пересмотра учебной программы с учетом новых видений и обстоятельств?
12. Используются ли контрольные показатели качественного физического воспитания и подготовки учителей по физическому воспитанию в качестве основы для регулярной, эффективной оценки обеспечения качественным физическим воспитанием?

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Поскольку предоставление качественного физического воспитания зависит от высококвалифицированных преподавателей, ответственные органы власти в качестве приоритетного направления проводимой политики должны проводить регулярные проверки систем подготовки учителей по физическому воспитанию.

Резюме для повышения квалификации и развития учителей

- Следует провести обзор текущих программ подготовки учителей по физическому воспитанию (РЕТЕ) для выявления несоответствий в количестве и качестве предоставляемых услуг в соответствии с основными принципами подготовки учителей для качественного проведения физического воспитания.
- Программы подготовки учителей должны быть адаптированы таким образом, чтобы они предусматривали формирование у учителей физического воспитания стимулирующей и посреднической ролей, в части налаживания партнерских отношений между сообществом и спортом, призванных стимулировать детей, подростков к участию в физической активности в свободное и во внеурочное время.
- Увеличение числа квалифицированных учителей является необходимым для решения проблемы дефицита специалистов по физическому воспитанию.
- Непрерывное профессиональное развитие учителей должно быть ключевым приоритетом любой национальной стратегии качественного физического воспитания.

Для улучшения профессиональной подготовки и развития учителей, а также необходимых для этого ресурсов ЮНЕСКО предлагает использовать проверочный лист (Вставка 9).

Вставка 9. Проверочный лист для улучшения профессиональной подготовки и развития учителей, а также необходимых для этого ресурсов

1. Существуют ли критерии, определяющие ключевые роли и обязанности учителя, необходимыми для эффективного выполнения работы, наряду с его профессиональными качествами, знаниями, навыками и пониманием?
2. Были ли приняты правительством и высшими учебными заведениями контрольные показатели по подготовке учителей к качественному физическому воспитанию для сохранения регулярного, эффективного мониторинга и оценки предоставления?
3. Учитывается ли в программах подготовки учителей качественному физическому воспитанию роль учителя в содействии вовлечению в спорт и физическую активность после окончания учебного дня?
4. Достаточно ли учителей-специалистов на всех уровнях школьного образования по всей стране:
 - ✓ в ранние годы?
 - ✓ на начальном уровне образования?
 - ✓ на уровне среднего образования?
5. Предлагаются ли достаточные возможности для обучения и повышения квалификации в соответствии с аккредитацией, признанной на международном уровне?
6. Там, где физическое воспитание преподается учителями-универсалами, достаточно ли они подготовлены к преподаванию качественного физического воспитания?
7. Разработаны ли концепции по обеспечению учителей программами непрерывного профессионального развития (CPD) и обучения без отрыва от производства (INSET), способствующие их собственному профессиональному развитию на протяжении всей своей карьеры с целью обеспечения гарантии постоянного обновления их знаний, навыков и понимания в соответствии с условиями, в которых они работают? Непрерывное профессиональное развитие должно включать поддержку со стороны

старших коллег-учителей, занимающихся непрерывным профессиональным развитием.

8. Существуют ли программы поддержки развития сетей учителей-наставников для установления профессиональных связей стажеров и наставников с экспертами в области инклюзии, направленные на поддержку и улучшение предоставления услуг?

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Предоставление качественного физического воспитания требует наличия материальных ресурсов и соответствующей технической поддержки для обеспечения доступа к физическому воспитанию для всех учащихся, включая учащихся с ограниченными возможностями.

Резюме по усилению ресурсов

- Законодательным органам необходимо в приоритетном порядке решить проблему отсутствия надлежащей инфраструктуры и недостаточных физических ресурсов и удобств, это может включать более эффективное использование ресурсов сообщества и поощрение партнерских отношений с общественными спортивными организациями.
- Предоставление качественного физического воспитания должно подкрепляться адекватными, уместными педагогическими материалами.
- Должен быть обеспечен надлежащий уровень качественной технической поддержки для поддержки предоставления качественного физического воспитания и обеспечения надлежащего обслуживания помещений, оборудования и ресурсов.
- Помещения, необходимые для обеспечения качественного физического воспитания, должны использоваться для физического воспитания в приоритетном порядке и не должны использоваться для других целей (*например, для проведения экзаменов, школьных концертов, медицинских визитов и т.д.*).
- В районах с экстремальными погодными условиями должны быть предусмотрены надлежащие условия, чтобы уменьшить вероятность отмены уроков физкультуры.

Для улучшения обеспеченности ресурсов при предоставлении качественного физического воспитания ЮНЕСКО предлагает использовать проверочный лист (Вставка 10).

Вставка 10. Проверочный лист для решения проблем с помещениями, оборудованием и ресурсами

1. Позволяет ли выделенный школам бюджет предоставлять надлежащее, адекватное и доступное оборудование и сооружения, в том числе способствующие интеграции учащихся с ограниченными возможностями, уязвимых групп детей?
2. Являются ли условия для обучения безопасными, в том числе для здоровья?
3. Обеспечены ли школы ресурсами для функционирования существующих помещений, оборудования и учебных материалов?
4. Предоставляется ли первоочередной доступ к помещениям, оборудованию и ресурсам, необходимым для предоставления качественного физического воспитания, лицам, ответственным за доставку?

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Политика действий

Правительственные учреждения или местные советы, которые несут конкретную ответственность за физическое воспитание, должны действовать для создания и укрепления устойчивого будущего физического воспитания.

Резюме по усилению действий

- Правительства должны нести ответственность за обеспечение того, чтобы физическому воспитанию был присвоен тот же статус, что и другим предметам, с целью повышения его важности для директоров школ, преподавателей других предметов, родителей и более широкого сообщества, а также для устранения нынешнего разрыва между приоритетами правительства и лиц, практикующих физическое воспитание.

- Такие усилия должны также учитывать уровень мотивации некоторых учителей как результат того, что им предоставлен более низкий статус, чем у других учителей.

- Лица, определяющие политику, должны знать о предрассудках общества в отношении инвалидности, которые могут привести к сокращению числа посещений занятий по физкультуре, и принимать соответствующие меры.

Для того чтобы улучшить политику действий по предоставлению физического воспитания ЮНЕСКО предлагает использовать **проверочный лист** (Вставка 11).

Вставка 11. Проверочный лист по улучшению политики действий по предоставлению физического воспитания

1. Ведется ли политика того, чтобы физическому воспитанию уделялось такое же внимание, как и другим государственным стратегиям и практикам, которые затрагивают население в целом?
2. Является ли время, посвященное физическому воспитанию, таким же, какое отводится другим основным предметам?
3. Существуют ли стратегии коммуникации для повышения осведомленности о ценностях физического воспитания как на местном, так и на национальном уровне с использованием языка, имеющего значение для различных групп населения?
4. Существуют ли четкие стратегии коммуникации, ориентированные на родителей, учителей и более широкое сообщество, способствующие вовлечению в процесс физического воспитания, особенно девочек школьного возраста и лиц с ограниченными возможностями, а также представителей групп меньшинств?
5. Существует ли национальная/региональная предметная ассоциация по физическому воспитанию, которая поддерживает процесс пропаганды физического воспитания и профессионального развития?
6. Существуют ли исследовательские сети на местном, национальном и/или международном уровнях, которые могут сыграть определенную роль в информационно-пропагандистской деятельности?
7. Оказывается ли содействие работающим учителям в критическом осмыслении их деятельности, при участии в исследованиях и обмене знаниями в исследовательских сетях и в партнерстве друг с другом?

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Важно отметить, что помимо продемонстрированных приоритетов в обеспечении качественного физического воспитания, ЮНЕСКО рекомендует государственным органам использовать матрицу инклюзивной политики физического воспитания, которая включает в себя основные проблемы при организации физического воспитания и предлагаемые пути решения. Данная матрица составляется на основе анализа национальных потребностей и определения основных приоритетов с целью принятия соответствующих действий. В руководстве ЮНЕСКО также предлагаются **основные критерии качественного физического воспитания:**

- ✓ соответствие минимальным стандартам;
- ✓ обеспечение качественного физического воспитания;
- ✓ обеспечение подготовкой учителей по качественному физическому воспитанию.

Данные критерии могут использоваться казахстанскими педагогами, местными государственными органами, ответственными за реализацию физического воспитания и спорта в стране.

Соответствие минимальным стандартам

Проблемы в обеспечении физического воспитания могут быть преодолены только в том случае, если страны примут долгосрочные стратегические планы развития, основанные на принципах сопоставительного анализа. Ключевым аспектом является разработка политики по созданию инфраструктуры для поддержки инклюзивного предоставления, доставки и гарантии качества в контексте соблюдения Международной хартии ЮНЕСКО по физическому воспитанию и спорту 1978 года [80]. Методология, используемая для разработки минимальных стандартов, учитывает принципы включения и доступа как первостепенные для любой программы качественного физического воспитания. Такие базовые принципы должны быть интегрированы в политику в области образования и в другие соответствующие секторы и, по возможности, включать партнерские отношения с участием многих заинтересованных сторон и гражданского общества. Приведенные основные принципы не являются исключительными для одного типа производителей услуг и были разработаны для применения во всем спектре производителей услуг в области образования.

Критерии

Политика:

- ✓ Свидетельство наличия программы физкультуры, соответствующей национальной/местной/ школьной программе и поддерживающей идеалы равенства и инклюзивности.

Рекомендуемое еженедельное выделение учебного времени на физкультуру с планами его увеличения:

- 120 минут учебной физкультуры;
- 180 минут учебной физкультуры.

- ✓ Соблюдение соответствующих критериев для практикующих учителей, подчёркивающих важность защиты детей и четко очерчивающих роль учителей в защите детей и обеспечении их безопасного участия в физкультуре.

Человеческие ресурсы:

- ✓ Квалифицированный преподавательский состав для всех уровней обязательного школьного образования, включая директоров школ, прошедших соответствующую подготовку в соответствии с соответствующими критериями.
- ✓ Подготовка и найм координаторов учебных программ, обладающих специальными знаниями и опытом, для выполнения функций наставников, предоставления консультаций и рекомендаций практикующим учителям, не являющимися учителями физкультуры (*где физкультуру преподают учителя широкого профиля*).
- ✓ Непрерывное профессиональное развитие преподавательского состава посредством обязательных, структурированных, регулярных программ или обучения без отрыва от производства.
- ✓ Сбалансированное соотношение учащихся и учителей.

Ресурсы:

- обеспечение адекватными материальными ресурсами;
- оборудование;
- обучающие материалы.

Ресурсы должны быть безопасными, доступными и в хорошем состоянии.

Возможность вовлечения в занятия физическим воспитанием в безопасной, хорошо оборудованной среде, в которой учащиеся приобретают опыт обучения без страха оскорблений или эксплуатации.

Наличие партнерских отношений с участием многих учреждений для оптимизации поставок и использования, например, связей с внешкольными спортивными клубами.

Развитие потенциала

Обеспечение регулярного контроля качества, например, внешняя проверка школы и внутреннее оценивание (*включая привлечение квалифицированного и опытного персонала*): мониторинг должен включать в себя описание сильных и слабых сторон, использование примеров лучших практик и разработку рекомендаций по улучшению, где необходимо.

Взаимодействие с соответствующим национальным координационным органом в целях обеспечения качества предоставления, совершенствования практики и использования возможностей для непрерывного профессионального развития.

Информирование

Учителя физкультуры при поддержке директоров школ, инспекторов и педагогических консультантов играют активную роль в повышении осведомленности о внутренних и внешних ценностях физкультуры среди всего школьного населения и более широкого сообщества.

Мониторинг и оценка

- ✓ соблюдение основных принципов качественного физического воспитания и/или подготовки учителей по качественному физическому воспитанию, подкрепленное регулярной самооценкой.

- ✓ периодический обзор, включающий в себя мониторинг/оценку учебной программы и регулярную отчетность национальному координационному органу.

Обеспечение качественного физического воспитания

Термин «качественное физическое воспитание» стал широко используемым термином, однако его природа и сфера применения были определены в очень немногих странах. Концептуально, его необходимо рассматривать в контексте взаимосвязанных стратегий, охватывающих формулирование и развитие инклюзивных и справедливых учебных программ, которые обеспечивают личностно значимый и социально-культурно значимый опыт и которые привлекают детей к физической активности, чтобы способствовать активному здоровому образу жизни в течение всей жизни.

Учебные программы по физическому воспитанию должны основываться на представлении о том, что приобретенные знания, навыки и понимание способствуют достижению физической грамотности и являются частью хорошо структурированной программы качественного физического воспитания, охватывающей период от образования в раннем детстве до уровня старших классов средней школы.

Критерии

Учебная программа

- ✓ учебная программа, в которой заложены принципы равенства и инклюзивности, на основе которых поощряются равные возможности, и которая направлена на удовлетворение потребностей лиц с ООП посредством конкретных программ обучения;
- ✓ учебная программа, основанная на формировании/развитии и постепенно упорядоченная с четко определенными целями и результатами обучения;
- ✓ учебная программа, представляющая возможности для расширения знаний, понимания и двигательных навыков в широком и сбалансированном спектре мероприятий, посвященных культурному и традиционному наследию;
- ✓ учебная программа, способствующая развитию физической грамотности;
- ✓ учебная программа, поощряющая как сотрудничество, так и здоровую конкуренцию;
- ✓ учебная программа, признающая ряд различий, существующих между учащимися, и предусматривающая разнообразные и сложные виды деятельности, актуальные для всех учащихся, школы и сообщества;
- ✓ учебная программа, способствующая приобретению знаний, навыков и понимания, необходимых для поддержания здорового, активного образа жизни на протяжении всей жизни;
- ✓ учебная программа, способствующая развитию во всех областях обучения (*физическая, образ жизни, эмоциональная, социальная и когнитивная*) и предоставляющая учащимся возможности для развития основных навыков, таких как лидерство, коммуникация и командная работа;
- ✓ учебная программа, в которой подчеркивается роль физического воспитания в продвижении основных ценностей, связанных с физическим

воспитанием и спортом, таких как уважение, терпимость и честная игра, и которая продвигает идеал глобального гражданства.

Учащиеся:

- ✓ учащиеся демонстрируют соответствующий уровню развития прогресс в уверенности, компетентности, знаниях и понимании в соответствии с учебной программой;
- ✓ учащиеся демонстрируют физическую компетентность, двигаясь эффективно и результативно, способны передавать и адаптировать свои навыки в соответствии с различными условиями физической активности;
- ✓ учащиеся демонстрируют позитивное отношение к участию в физкультуре и понимание преимуществ принятия и поддержания здорового, активного образа жизни.

Оценивание:

- ✓ Оценивание для обучения: оценочная оценка как постоянная часть программы качественного физического воспитания, информирующая и улучшающая результаты и ставящая учащегося в центр процесса оценивания.
- ✓ Оценивание для преподавания: четкая основа для управления учебной деятельностью учащихся, включающая в себя регулярное наблюдение и другие стратегии для информирования и улучшения практики, а также способствующая формированию культуры обучения и развития в позитивной среде.

Исследование:

Взаимодействие с исследовательскими сообществами и партнерами, способствующими пропаганде ценностей физического воспитания среди широкой аудитории посредством различных инициатив в средствах массовой информации и обмену передовым опытом в области качественного преподавания.

Обеспечение учителей подготовкой по качественному физическому воспитанию

В основе программы подготовки учителей по качественному физическому воспитанию лежит модель учителя, который понимает, что учащиеся обладают широким спектром индивидуальных потребностей и способностей, и может реагировать на них, который компетентен в областях учебной программы и классной практики и который, как эффективный практик, обладает аналитическим, критически мыслящим и профессиональным характером. а также тот, кто демонстрирует постоянную открытость новым идеям. Способность реагировать на изменения и управлять ими является главным условием профессиональной подготовки учителей. Для того чтобы эффективно планировать, проводить и оценивать учебную программу, учителю необходимы профессиональные навыки. Программы обучения должны основываться на четких концепциях и общих представлениях учреждения, предоставляющего услуги, о том, что ценится в учителе и чего от него ожидают. Данные принципы имеют глобальную применимость.

Критерии

Профессиональный профиль

- ✓ набор академически способных, мотивированных и целеустремленных слушателей, обладающих позитивным отношением и соответствующими способностями для получения педагогического образования;
- ✓ программа обучения, развивающая этически и профессионально обоснованные ценности и модели поведения с акцентом на равенство и инклюзивность;
- ✓ программа обучения, гарантирующая, что учителя-стажеры осознают свою роль с точки зрения охраны и защиты детей, и которая развивает знания о различных формах жестокого обращения, а также о том, как надлежащим образом реагировать на подозрения в жестоком обращении;
- ✓ обеспечение исследований и наращивания потенциала в области педагогического образования, что способствует развитию позитивных профессиональных установок у рефлексивных и способных практиков;
- ✓ учителя, участвующие в исследованиях с целью улучшения преподавания и усвоения знаний, а также способствующие распространению знаний и обмену ими через профессиональные контакты;

Знания и понимание:

- ✓ программа обучения, основанная на формировании/развитии, прогрессивно упорядоченная и связывающая теорию и практику, с четко определенными целями, результатами обучения и ключевыми концепциями;
- ✓ программа обучения, предоставляющая возможности и опыт для улучшения знаний, понимания и двигательных навыков во всем спектре областей обучения;
- ✓ программа обучения, расширяющая знания об индивидуальном развитии и понимании обоснования индивидуализированных, ориентированных на ребенка подходов к преподаванию;
- ✓ программа обучения, в которой подчеркивается важнейшая роль физического воспитания в содействии личному благополучию и здоровому, активному образу жизни на протяжении всей жизни;
- ✓ программа обучения, развивающая понимание потребностей всех учащихся, включая учащихся с особыми образовательными потребностями, учащихся с высокими академическими способностями, учащихся из числа этнических или других групп меньшинств, лиц с ограниченными возможностями, предоставляющая возможность использовать и оценивать особые подходы к обучению для их вовлечения и поддержки;
- ✓ программа обучения, позволяющая педагогам-стажерам приобрести знания, компетентность и навыки, предусмотренные рамкой Европейской программы инклюзивной подготовки по физическому воспитанию (далее – ЕІРЕТ) [81] и соответствовать ключевым областям, ролям и функциям, определенным на функциональной карте ЕІРЕТ;
- ✓ программа обучения, помогающая учителям-стажерам планировать развитие навыков учащихся во всем спектре областей обучения и позволяющая

учителям-стажерам развивать понимание того, каким образом способствовать развитию жизненных навыков, включая лидерство, коммуникацию и командную работу;

✓ программа обучения, пропагандирующая важность физического воспитания в продвижении основных ценностей, связанных с физическим воспитанием и спортом, таких как уважение, честная игра и терпимость, и поддерживающая идею глобального гражданства в соответствии с повесткой дня ООН на период после 2015 года [82].

Навыки для преподавания:

✓ сбалансированная и последовательная программа обучения, способствующая приобретению и применению ряда педагогических и дидактических методов и методов управления, гарантирующих надлежащую дифференциацию учебных задач и стилей преподавания, типичных для рефлексивного учителя;

✓ программа обучения, развивающая методы наблюдения, записи, классификации, анализа, интерпретации и представления информации и их использования для информирования и улучшения практики преподавания;

✓ программа обучения, способствующая безопасному поведению и риск-менеджментом.

Практика учителей:

✓ баланс во времени для изучения знаний о содержании, изучения педагогики, педагогических знаний и опыта в обучении преподавать;

✓ возможность получить практический опыт включения и поддержки детей с ограниченными возможностями в процессе физического воспитания;

✓ наблюдение за практикой преподавания со стороны квалифицированного/опытного персонала поставщика услуг и сотрудничающих школьных учителей-наставников;

Квалификация курса:

✓ стандартизированная структура и система квалификаций наряду с общим пониманием минимальных требований для присвоения квалификаций;

✓ регистрация учителей в соответствующих законодательных органах (например, в Педагогическом совете).

Мониторинг и оценка:

Внедренный систематический план оценки программы и обеспечения качества [75].

Важно подчеркнуть, что помимо приведённых рекомендаций ЮНЕСКО по обеспечению качественного физического воспитания педагогам, методистам и местным исполнительным органам, реализующим политику и практику по физическому воспитанию, необходимо руководствоваться международными нормативными правовыми документами по обеспечению качественного инклюзивного физического воспитания, а также успешными программными документами (например, *Европейская программа инклюзивной подготовки по физическому воспитанию*), результатами практической работы педагогов и

управленцев на основе положительного международного и отечественного опыта (табл. 9) а также данными прикладных научных исследований.

Таблица 9. Рамочные документы, касающиеся предоставления качественного физического воспитания

Конвенции	Основная функция, связанная с обеспечением принципов инклюзивности в качественном физическом воспитании
Конвенция о борьбе с дискриминацией в области образования (1960)	Право на доступ к образованию и на качество образования.
Конвенция о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин (1979)	Ликвидация дискриминации в отношении женщин в области образования. Устранение стереотипных представлений о ролях мужчин и женщин путем поощрения совместного обучения и адаптации методов преподавания.
Конвенция о правах ребенка (1989)	Право на бесплатное и обязательное начальное школьное образование без какой-либо дискриминации. Акцент на благополучие и развитие детей.
Конвенция о правах инвалидов (2006)	Отсутствие исключений из бесплатного и обязательного начального образования или из среднего образования на основании инвалидности. Обеспечение инклюзивной системы образования на всех уровнях.
Рекомендации	Основная функция, связанная с обеспечением принципов инклюзивности в качественном физическом воспитании
Рекомендация против дискриминации в сфере образования (1960)	Ликвидация дискриминации в сфере образования.
Декларации	Основная функция, связанная с обеспечением принципов инклюзивности в качественном физическом воспитании
Всеобщая декларация прав человека (1948)	Каждый имеет право на образование.
Всемирная декларация об образовании для всех (1990)	Каждый человек должен иметь возможность пользоваться образовательными возможностями, разработанными для удовлетворения его основных потребностей в обучении.
Делийская декларация (1993)	Устранить диспропорции в доступе к базовому образованию, обусловленные полом, возрастом, доходом, семейными, культурными, этническими и языковыми различиями.
V Международная конференция министров и руководящих работников, ответственных за физическое воспитание и спорт, 2013	Комиссия I: Доступ к спорту как основополагающее право для всех. Комиссия II: Поощрение инвестиций в программы физического воспитания и спорта.
Уставы	
Хартия ЮНЕСКО по физическому воспитанию и спорту (1978)	

Источник: Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

Помимо знания основных положений международных и отечественных нормативных документов по инклюзивному образованию, педагоги физической культуры должны владеть практическими методами работами с детьми с

особыми образовательными потребностями. Одним из успешных примеров подготовки педагогов по навыкам работы с детьми с ООП на занятиях физической культуры является Проект «ЕІРЕТ», целью которого является преодоление трудностей у педагогов, возникающих в связи с включением детей с ограниченными возможностями в общее образование и связанных с ними текущими недостатками в начальной и последующей подготовке учителей физического воспитания для решения этих проблем [81]. По результатам Проекта на основе модели предоставления услуг была разработана *Функциональная карта с целью выработки системных шагов по обучению детей с ограниченными возможностями инклюзивному физкультурному образованию* (далее – РАРТЕСА) [83], которая может использоваться казахстанскими педагогами, реализующими учебные программы по предмету «Физическое воспитание» в условиях инклюзивного образования (табл.10). Карта предполагает предварительные знания по целому ряду элементов подготовки учителей физкультуры, педагогике, анатомии, физиологии, разработке учебных программ и т. д. Данная карта составлена исходя из предположения, что эти элементы были/рассматриваются в рамках программы подготовки учителей для бакалавриата. Приведенная ниже карта конкретно посвящена ключевым областям, ролям и функциям учителя физкультуры, работающего в инклюзивной среде.

Таблица 10. Функциональная карта РАРТЕСА

А. Планирование

Основные направления	Основные роли	Основные функции
Планируйте соответствующие развитию учащихся учебные занятия по физическому воспитанию, текущих условий которых также подходят для учащихся с особыми образовательными потребностями (ограниченными возможностями)	A1. Разработайте и адаптируйте школьную программу по физическому воспитанию с учетом текущих условий учащихся с особыми образовательными потребностями.	A1.1. Определите собственные компетенции и отношение организации и других сотрудников к включению учащихся с особыми образовательными потребностями в проводимые Вами уроки по физическому воспитанию. A1.2. Определите сильные и слабые стороны используемой в настоящее время учебной программы по физическому воспитанию в вашей школе (школьном округе) в части инклюзивности физического воспитания. A1.3. Адаптируйте учебную программу таким образом, чтобы она наилучшим образом соответствовала потребностям инклюзивного физического воспитания. A1.4. Свяжитесь с соответствующими общественными организациями лиц с инвалидностью для потенциального сотрудничества (например, Специальные Олимпийские игры, местные спортивные клубы). A1.5. Оцените помещения и оборудование для обеспечения соответствия. A2.1. Определите особые потребности Ваших учеников в физическом воспитании с помощью соответствующих скрининговых тестов (например, TGMD, ВМІ, тесты на пригодность). A2.2. Определите вспомогательные службы и ресурсы, которые могут способствовать инклюзивному физическому воспитанию в вашей школе.

<p>A2. Оцените потребности воспитания учащихся с особыми образовательными (текущий уровень потребности успеваемости) учащихся с особыми образовательными потребностями.</p>	<p>A2.3. Оцените текущий уровень успеваемости учащегося с выявленными особыми потребностями с целью определения индивидуальных целей и наиболее подходящих стратегий обучения.</p> <p>A3.1. Подготовьте (в идеале в сотрудничестве со специалистом по физическому воспитанию) индивидуальный учебный план по физическому воспитанию учащихся с особыми образовательными потребностями.</p> <p>A3.2. Определите наиболее подходящий уровень поддержки из широкого перечня (например, полная инклюзия без адаптации, полная инклюзия с адаптацией учебной программы, инклюзия при поддержке наставника-сверстника, инклюзия при поддержке помощника учителя).</p> <p>A3.3. Там, где это уместно, планируйте наиболее подходящие коммуникационные стратегии с учетом особых образовательных потребностей учащихся в области коммуникации.</p> <p>A3.4. Там, где это уместно, спланируйте наиболее подходящий план/стратегии управления поведением по отношению к особым образовательным потребностям учащихся в отношении поведения.</p>
<p>A3. Планируйте соответствующую деятельность учащихся в учебную деятельность в области инклюзивного физического воспитания.</p>	<p>A3.5. При необходимости планируйте индивидуальные уроки, чтобы гарантировать, что обучение будет соответствующим для всех учащихся и будет проходить в безопасной обстановке.</p> <p>A4.1. Изучите информацию о потребностях и возможностях учащихся с особыми потребностями в отношении двигательной активности.</p> <p>A4.2. Определите наиболее подходящую стратегию подготовки школы/класса к прибытию учащегося (учащихся) с особыми образовательными потребностями.</p> <p>A4.3. Планируйте соответствующие мероприятия по подготовке школы к инклюзии.</p> <p>A4.4. Проведите выбранные мероприятия, чтобы подготовить школу к прибытию учащегося с особыми образовательными потребностями.</p> <p>A4.5. Определите условия окружающей среды и обеспечьте адаптацию окружающей среды для содействия инклюзивному физическому воспитанию.</p> <p>A4.6. Убедитесь, что у вас есть адаптированное оборудование, которое наиболее подходит для двигательной активности детей с особыми образовательными потребностями (например, спортивная инвалидная коляска, трехколесный велосипед).</p>
<p>A4. Подготовьте школу и классную комнату к включению учащегося с особыми образовательными потребностями.</p>	

В. Обучение

Основные направления	Основные роли	Основные функции
В. Обучайте учащихся с особыми образовательными потребностями в инклюзивной среде совместно с учащимися, не имеющими инвалидность	<p>В1. Адаптируйте преподавание с целью удовлетворения потребностей ВСЕХ учащихся в инклюзивном физическом воспитании.</p> <p>В2. Управляйте поведением учащихся, чтобы обеспечить наиболее подходящее и безопасное обучение для ВСЕХ учащихся.</p> <p>В3. Общайтесь с учащимися с ООП и другими вовлеченными лицами так, чтобы обеспечить их понимание и максимальное участие.</p>	<p>В1.1. Адаптируйте или приобретите соответствующее оборудование, которое может способствовать инклюзивному физическому воспитанию (например, яркое, звуковое, более легкое или тяжелое, большего размера).</p> <p>В1.2. Анализ желаемых навыков с целью их адаптации в соответствии с потребностями учащихся с особыми образовательными потребностями.</p> <p>В1.3. Адаптируйте правила игр, чтобы облегчить вовлечение.</p> <p>В1.4. Адаптируйте стиль преподавания, чтобы облегчить инклюзию.</p> <p>В1.5. Адаптируйте физические условия (текущую среду), чтобы облегчить включение.</p> <p>В2.1. Позитивное подкрепление желательного поведения учащихся там, где это уместно</p> <p>В2.2. Негативное подкрепление нежелательного поведения учащихся там, где это уместно.</p> <p>В2.3. Ведите записи, связанные с планом управления поведением.</p> <p>В3.1. Общайтесь с учащимися с нарушениями слуха, используя язык жестов или альтернативные подходящие стратегии.</p> <p>В3.2. Общайтесь с учащимися с нарушениями зрения, изучайте движения и приобретенные навыки таким образом, чтобы они могли представить себе действия, которые необходимо выполнить.</p> <p>В3.3. Общайтесь со сверстниками-преподавателями, чтобы убедиться, что учащийся (учащиеся) с ООП учится желаемым образом.</p> <p>В3.4. Общайтесь с помощником преподавателя, чтобы убедиться, что учащийся (учащиеся) с ООП учится желаемым образом.</p>

С. Оценка

Основные направления	Основные роли	Основные функции
С. Оцените прогресс обучения учащихся с особыми образовательными потребностями и	С1. Оцените прогресс учащегося с ООП в инклюзивном физкультурном образовании в соответствии с его/ее	С1.1. Оцените прогресс учащихся по ИУП и подготовку ИУП к следующему учебному году.

эффективность применяемых стратегий обучения (поддержки).	целями ИУП (индивидуальные учебные планы). С2. Оценивайте/ выставляйте оценки учащимся, обучающимся по инклюзивной физической культуре С3. Оцените пригодность изменений учебной программы на основании опыта учащихся.	С2.1. Для оценки и, при необходимости, присвоения соответствующей оценки в соответствии с ИУП и школьными правилами.
---	---	--

Д. Поддержка

Основные направления	Основные роли	Основные функции
<p>Д. Поддержите собственное профессиональное развитие и развитие коллег, а также развитие качества преподавания учащимся с особыми образовательными потребностями</p>	<p>D1. Общайтесь с людьми, которые прямо или косвенно вовлечены в преподавание инклюзивного физического воспитания.</p> <p>D2. Продолжите развивать профессиональные навыки и знания</p> <p>D3. Проводите информационно-разъяснительную работу о потребностях и правах учащихся с особыми образовательными потребностями.</p>	<p>D1.1. Общайтесь с родителями/опекунами учащихся с ООП D1.2. Общайтесь со специалистом по физическому воспитанию D1.3. Общайтесь с представителями спорта для лиц с ограниченными возможностями в Вашем сообществе</p> <p>D2.1. Выявите Ваши собственные потребности в профессиональном развитии в части обеспечения инклюзивного физического воспитания D2.2. Вовлекайтесь в непрерывное профессиональное развитие (например, чтение профессиональных публикаций; посещение конференций (семинары, Съезды) для того, чтобы узнать о трендах инклюзивного физического воспитания D2.4. Оцените персональное влияние дальнейшего профессионального развития.</p> <p>D3.1. Проводите информационно-разъяснительную работу о наличии широкого спектра поддержки по услугам физического воспитания, предназначенным для учащихся с ООП D3.2. Проводите информационно-разъяснительную работу о необходимости использования услуг специалиста по адаптивной физической культуре, ассистентов учителей или тьюторов-сверстников, в случае необходимости. D3.3. Отстаивайте право людей с ограниченными возможностями на возможности для занятий спортом и отдыха в своём сообществе и обществе в целом.</p>

Источник: EIPET European inclusive physical education training. 2015 г., <http://unescoitrlee.com/wp-content/uploads/2015/01/final-resource-pack.pdf>

Вторым важным результатом проекта EIPET стала Рамочная основа знаний, компетентности и навыков для учителей физической культуры в условиях

инклюзивного образования (табл. 11), которая также рекомендуется для использования учителям физической культуре, работающих в казахстанских школах в условиях инклюзивного образования. Рамочная основа предполагает предварительное знание других общих знаний, компетентности и навыков учителя физкультуры и также относится к конкретным аспектам, связанным с требованиями инклюзивной среды. **Под компетентностью, умениями и знаниями понимаются:** компетенции (в части ответственности/автономии); навыки (когнитивные или практические); знания (теоретические и/или фактические).

Таблица 11. Рамочная основа знаний, компетентности и навыков для учителей физической культуры в условиях инклюзивного образования

Компетенции	Навыки	Знания
1. Адаптировать школьную учебную программу по физическому воспитанию для отражения текущих условий и потребностей всех учащихся с ООП в физическом воспитании	1.1. самооценка в части способности к внедрению инклюзивного физического воспитания 1.2. способность анализировать текущую учебную программу в части соответствия инклюзивному физическому воспитанию 1.3. способность адаптировать учебную программу	1а действующая школьная учебная программа (на уровне школы, республики) 1б принципы развития учебной программы 1с знания об инвалидности 1д спорт для лиц с инвалидностью, организации, занимающиеся организацией спорта для лиц с инвалидностью, соответствующие спортивные организации
2. Оценить текущий уровень успеваемости учащихся с ООП по физическому воспитанию.	2.1. способность выявлять ООП в физическом воспитании 2.2. способность к использованию подходящих скрининговых тестов 2.3. способность к оцениванию готовности учащихся (самовосприятие, мотивация и т.д.) для участия в физическом воспитании. 2.4. способность общаться и взаимодействовать с подходящими службами поддержки (специалист Ассоциации профессионалов по обеспечению доступности) 2.5. способность общаться с учащимися, родителями/опекунами 2.6. способность мотивировать учащихся к участию	2а соответствующие скрининговые тесты 2б соответствующие службы поддержки и ресурсы (специалист Ассоциации профессионалов по обеспечению доступности) 2с специальные потребности в физическом воспитании в части физического воспитания и вопросов инвалидности 2д теории мотивации и приверженности
3. Планировать соответствующую развитию учащихся учебную деятельность по инклюзивному физическому воспитанию	3.1. способность развивать инклюзивное физическое воспитание, в случае необходимости, со специальной поддержкой 3.2. способность планировать инклюзивные уроки по физическому воспитанию 3.3. способность планировать уроки по инклюзивному физическому воспитанию для обеспечения подходящего обучения	3а индивидуальный учебный план по физическому воспитанию (ИУП ФВ) 3б спектр услуг по поддержке 3с соответствующие стратегии общения 3д соответствующие стратегии менеджмента поведения 3е вопросы здоровья и безопасности по отношению к инклюзивному физическому воспитанию (концепция

<p>4.Подготовьте классную комнату, а также класс для включения учащихся с ООП</p>	<p>для всех учащихся</p> <p>4.1.планируйте соответствующую деятельность для подготовки школы/класса для включения учащихся с ООП</p> <p>4.2.проводите мероприятия по</p> <p>4.3.подготовке школы/класса к инклюзии адаптируйте среду для продвижения инклюзивного физического воспитания</p>	<p>наименее ограничивающей среды)</p> <p>4а соответствующие стратегии для подготовки учащихся школы к включению</p> <p>4а поведенческие теории</p> <p>4б отношение (учащихся, преподавателей, родителей/опекунов) к лицам с ограниченными возможностями и их включению в физическое воспитание в инклюзивной среде</p> <p>4с местная среда проживания, в которой преподаётся физическое воспитание с учетом соблюдения принципов инклюзивности</p> <p>4d соответствующее адаптированное оборудование</p>
<p>5.Адаптируйте преподавание для удовлетворения потребностей всех учащихся на инклюзивное физическое воспитание</p>	<p>5.1.адаптируйте собственный стиль преподавания для облегчения включения учащихся</p> <p>5.2.адаптируйте соответствующее оборудование</p> <p>5.3.адаптируйте игры и виды деятельности</p> <p>5.4.способность выполнять анализ заданий</p>	<p>5а стили преподавания, подходящие для включения учащихся с ООП</p> <p>5b анализ заданий</p> <p>5с адаптированные игры</p> <p>5d адаптированные стандарты</p>
<p>6.Управляйте поведением учащихся с целью обеспечения наиболее подходящего и безопасного обучения для всех учащихся.</p>	<p>6.1.способность к выявлению и пониманию причин поведенческих проблем</p> <p>6.2.способность разрабатывать план по управлению поведением для применения соответствующих поведенческих/управленческих стратегий</p>	<p>6а причины и последствия поведенческих проблем</p> <p>6б соответствующие стратегии и теории управления поведением</p>
<p>7.Общайтесь с учащимися с ООП и другими, которые прямо или косвенно вовлечены в преподавание по инклюзивному физическому воспитанию</p>	<p>7.1.соответствующее общение с учащимися с ООП</p> <p>7.2. соответствующее общение с персоналом и агентствами, оказывающими поддержку (специалист Ассоциации профессионалов по обеспечению доступности), работающих в качестве инклюзивной команды и использующих соответствующие средства общения с родителями и другими соответствующими организациями</p>	<p>7а соответствующие стратегии общения для учащихся с ООП</p> <p>7б модели общения</p> <p>7с природа взаимодействия и общения с поддержкой персонала</p> <p>7d работа в качестве команды</p> <p>7е родители, проявляющую заботу о детях с ограниченным возможностями</p> <p>7f правила и роли других организаций</p>
<p>8.Оценивайте прогресс учащихся с ООП в инклюзивном физическом воспитании в соответствии с целями обучения, указанными в их индивидуальном учебном</p>	<p>8.1.способность выявлять специальные потребности в физическом воспитании</p> <p>8.2.способность использовать соответствующие скрининговые тесты</p> <p>8.3.способность оценивать готовность учащихся (саморефлексия, мотивация и т.д.) для участия в физическом</p>	<p>8а отличительные методы оценивания</p> <p>8b соответствующие скрининговые тесты</p> <p>8с соответствующая поддержка и ресурсы (специалист Ассоциации профессионалов по обеспечению доступности),</p> <p>8е специальные потребности по</p>

плане	воспитании	физическому воспитанию и вопросы, связанные с инвалидностью 8f оцените социальные и когнитивные улучшения
9.Оцените эффективность программы инклюзивного физического воспитания	9.1 анализ и саморефлексия инклюзивного физического воспитания	9a теории и методы программы оценки программ
10.Продолжайте развивать собственные профессиональные навыки и знания и знания коллег	10.1.способность выявлять собственные потребности для профессионального развития в инклюзивном физическом воспитании	10a соответствующие возможности профессионального развития
11.Проводите информационно-разъяснительную работу о потребностях и правах учащихся с ООП	11.1.способность выявлять потребности других для профессионального развития в инклюзивном физическом воспитании 11.2.способность оценивать личное влияние на будущее профессиональное развитие 11.3.способность использовать информационно-разъяснительные навыки навыки общения навыки презентации навыки работы в социальных сетях	11a важность информационно-разъяснительной работы 11b законодательство и соответствующие национальные и международные политики 11c службы для лиц с ограниченными возможностями, спортивные организации для лиц с инвалидностью и Ассоциация профессионалов по обеспечению доступности 11d концепция социального капитала 11e образовательные структуры службы

Источник: EIPET European inclusive physical education training. 2015 г., <http://unesco.itralee.com/wp-content/uploads/2015/01/final-resource-pack.pdf>

Помимо Функциональной карты с целью выработки системных шагов по обучению детей с ограниченными возможностями инклюзивному физкультурному образованию и Рамочной основы знаний, компетентности и навыков для учителей физической культуры в условиях инклюзивного образования проект EIPET [83] включает в себя примеры разработки планов уроков, оценивания, кейс-стади и практические задания для подготовки педагогов к обеспечению принципов инклюзивности на уроках физического воспитания.

Одним из успешных опытов работы, рекомендованный для использования в нашей стране, является опыт работы учителей физической культуры, а также результаты исследований в области инклюзивного образования, Великобритании. В основе качественного физического воспитания в учебной программе Шотландии лежат Рекомендации Инспекции образования её Величества Королевы Великобритании по итогам Доклада о действующих практиках в шотландских школах и пришкольных центрах (Вставки 12-15) [21].

Вставка 12. Характеристики успешных учащихся

Учащиеся, добивающиеся успеха в физическом воспитании, обладают следующими характеристиками.

- Они развивают и применяют практические навыки для ведения здорового образа жизни и для получения чувства выполненного долга, достижений и удовольствия, связанного со

здоровой и успешной конкуренцией.

- Они понимают эффекты физической активности и упражнений на их тело и их образ жизни.
- Они оценивают свой уровень способностей и пути их совершенствования и «считывают ситуации» в действиях при принятии решений.
- Они понимают физические, социальные и эмоциональные факторы, влияющие на результат их деятельности.
- Они двигаются грамотно, уверенно, безопасно и бегло.
- Они ставят обоснованные оценки своего собственного здоровья и благополучия.
- Они с оптимизмом принимают вызовы и перемены.
- Они творчески выражают себя как индивидуально, так и в группах.
- Они демонстрируют устойчивость в соревновательных и сложных ситуациях.
- Они устанавливают и пересматривают личные цели для достижения здоровья и благополучия.
- Принимая решения о своей деятельности, они демонстрируют понимание основных принципов движения, имеющих решающее значение для достижения успеха.

Источник: Improving Scottish Education. HM Inspectors of Education 2006. A portrait of current practice in Scottish schools and pre-school centres, 2006 г., <https://dera.ioe.ac.uk/7545/1/pepcp.pdf>.

Вставка 13. Характеристики эффективных учащихся

Учащиеся, являющиеся эффективными участниками в физическом воспитании, обладают следующими характеристиками.

- Они могут быть позитивными, принимая участие в мероприятиях, являющихся веселыми, приятными, захватывающими и сложными в самых разных условиях, в том числе на открытом воздухе.
- Они могут испытывать чувства, установки, взаимоотношения и ценности по отношению к деятельности, связанной со здоровьем, и хорошо взаимодействовать с другими.
- Они могут позитивно участвовать вместе с другими учащимися в различных оздоровительных мероприятиях, демонстрируя инициативу, лидерство и способности к решению проблемных ситуаций.
- Они могут вносить свой вклад в общественную жизнь школы и сообщества, участвуя в мероприятиях, связанных с физической культурой и здоровьем.
- Они могут способствовать принятию решений о содержании программ в области здравоохранения и благополучия и их внедрению.

Источник: Improving Scottish Education. HM Inspectors of Education 2006. A portrait of current practice in Scottish schools and pre-school centres, 2006 г., <https://dera.ioe.ac.uk/7545/1/pepcp.pdf>.

Вставка 14. Характеристики уверенных учащихся

Уверенные в себе учащиеся могут проявлять следующие характеристики:

- Они могут работать самостоятельно и с другими учащимися.
- Они применяют знания и понимание безопасных методов.
- Они демонстрируют ответственность за своё здоровье, делая соответствующий и информированный выбор здорового образа жизни.
- Они реагируют критически на ряд вопросов, связанных со здоровьем, и развивают навыки принятия решений.
- Они применяют свои знания и понимание риска во избежание опасности.

- Они используют навыки преодоления стресса, конфликтов и жизненных изменениями.
- Они признают и справляются с влиянием сверстников и медиа в вопросах, связанных со здоровьем и благополучием.
- Они определяют необходимые источники помощи и поддержки для поддержания здорового образа жизни.
- Они развивают самоанализ и формируют самооценку на основе своего опыта сохранения здоровья и благополучия.
- Они соблюдают здоровый образ жизни.
- Они с удовольствием используют лидерские возможности.
- Они положительно относятся к соревнованиям.

Источник: Improving Scottish Education. HM Inspectors of Education 2006. A portrait of current practice in Scottish schools and pre-school centres, 2006 г., <https://dera.ioe.ac.uk/7545/1/pepcp.pdf>.

Вставка 15. Характеристики учащихся, являющихся ответственными гражданами

Учащиеся, проявляющие себя как ответственные граждане могут обладать следующими характеристиками:

- Они принимают информированный выбор и решения о степени их участия в физическом воспитании
- Они оценивают своё собственное участие и участие других учащихся в групповой игре и соревнованиях.
- Они уважают и ценят право других учащихся к участию, выступлениям и достижениям в физическом воспитании.
- Они уважают участие других учащихся в групповых занятиях и игре в группах.
- Они демонстрируют желание участвовать с ответственностью в социальных и культурных спортивных мероприятиях.
- Они могут сотрудничать с другими эффективно с другими для достижения успешного результата.
- Они могут хорошо справляться с результатами соревнований и принимать поражение как часть обучения.

Источник: Improving Scottish Education. HM Inspectors of Education 2006. A portrait of current practice in Scottish schools and pre-school centres, 2006 г., <https://dera.ioe.ac.uk/7545/1/pepcp.pdf>.

Рекомендации Инспекции образования её Величества Королевы Великобритании, а также результаты исследований, проведённых в Великобритании, позволят педагогам страны использовать успешный опыт данной страны в казахстанском контексте. С учётом успешного опыта по развитию инклюзивного образования, казахстанским учителям физической культуры рекомендуется использовать Рамочная основа для участия (Вставка 16) - инструмент исследования, или метод, использованный учеными Флориан, Блэк-Хокинс и Роуз в исследовании успеваемости и инклюзии в организациях образования Великобритании для структурирования сбора данных и их анализа, а также, для презентации данных исследования [84]. Данная рамочная основа развивалась в течение нескольких лет [85, 86]. Её оригинальная версия изучала

взаимоотношение между инклюзией и успеваемостью в школах и в организациях, но вскоре она была адаптирована для изучения деталей этого взаимоотношения, которые были продемонстрированы учителями на школьных уроках (Вставка 17) [87].

Вставка 16. Краткое изложение рамочной основы для участия

Участие подразумевает всех членов класса и все аспекты классной жизни.

Так как участие признает взаимосвязь между инклюзией и достижениями, оно подразумевает опыт всех членов класса, а не только учащихся с особыми образовательными потребностями и ограниченными возможностями, хотя их включение (инклюзия) и их достижения, конечно, тоже являются важными. Участие также подразумевает не только формальное преподавание и обучение само по себе, но также и все аспекты классной жизни, включая бесконечные неформальные ежедневные взаимодействия, которые возникают среди всех её членов.

Участие и барьеры к участию взаимосвязаны и являются непрерывными процессами.

Участие – это серия процессов, которые тесно относятся к барьерам для участия: увеличение участия снижает барьеры для участия и, наоборот. Эти процессы могут быть сложными, непонятными и непрозрачными: классные практики, которые увеличивают участие для некоторых учащихся, могут увеличить барьеры для участия для других учащихся. Эти взаимосвязанные и никогда не заканчивающиеся процессы постоянно изменяются и могут быть трудными для изменений. Так как нет такого класса, который бы участвовал полностью, получаешь удовольствие, когда ищешь пути для достижения этого.

Участие рассматривается как реакция на различия

Каждый класс отличается своей принадлежностью и участие рассматривается как понимание и отношение к тому, что все дети и взрослые находятся во взаимосвязи со своим возрастом, полом, этничностью, сексуальностью, социально-экономическим статусом и наличием ограничений. Дискриминация может быть деликатной и сложной, и редко преднамеренной. Однако, маргинализация или стигматизация кого-либо, по каким-либо причинам, формирует барьеры для участия. Это происходит не для того, чтобы отрицать различия между учащимися, а для того, чтобы обеспечить равноправие для всех. Также, способствует признанию различий в классе, которые могут быть богатым ресурсом для поддержки обучения каждого.

Участие требует, чтобы обучение было активным и коллаборативным.

Участие признает, что обучение и преподавание – это социальная и коллективная активность, происходящая в центре школьной жизни. Это не только методы и технологии, но также и вовлечение всех учащихся в принятие выбора о том, что они будут учить, и каким образом, они будут обучаться, включая то, как они будут обучаться как сообщество; это также относится к педагогическому коллективу, участвующем в активном и коллаборативном обучении с коллегами. Чтобы этого достичь, нужно опираться на доступные

ресурсы креативными способами: признание, воодушевление и приветствие разного рода опыта, практик и интересов, в которых могут принять участие, как дети, так и взрослые.

Участие основано на отношениях взаимного признания и принятия:

Качество всех взаимоотношений в классе очень важно, включая взаимоотношения между детьми и взрослыми, а также, между взрослыми и детьми. Природа этих взаимоотношений проявляется не только в более формальных практиках преподавания и обучения, но также и в бесконечных неформальных персональных взаимодействиях, которые происходят ежедневно в каждом классе. Все взаимодействия в классе требуют желания признавать и принимать права и обязанности каждого и других. Поэтому, все члены имеют право быть самими собой, одновременно признавая ответственность ценить других. Они также имеют право и обязанность участвовать в обучении рядом с собой и другими, а также право и обязанность участвовать в процессах принятия решений.

Источник: Achievement and Inclusion in Schools. 2017. <https://www.routledge.com/Achievement-and-Inclusion-in-Schools/Florian-Black-Hawkins-Rouse/p/book/9781138809017>

Вставка 17. Секции, элементы и вопросы рамочной основы для участия

1. Участие и доступ: Нахождение там

- Присоединяясь к классу

- Находясь в классе

- Получая доступ и пространство в классе

- Получая доступ к учебной программе (учебному плану)

- Кто получает доступ и кому отказано в доступе? Кем отказано?

- Какие классные практики продвигают доступ? Какие классные практики усиливают барьеры к доступу?

- Почему благодаря ценностям и вере классного сообщества доступ больше предоставлен некоторым личностям или группам? И, почему, этот доступ отказан для других?

2. Участие и взаимодействие: Обучаясь и работая вместе

- Дети обучаются вместе в классе

- Члены коллектива обучаются вместе в классе

- Члены коллектива обучаются с другими вне класса

- Кто обучается вместе и кто не обучается вместе?

- Какие классные практики способствуют взаимодействию (коллаборации)? Какие классные практики усиливают барьеры для взаимодействия?

- Почему благодаря ценностям и вере классного сообщества некоторые личности/группы обучаются вместе? И, почему, возникают барьеры для некоторых учащихся учиться вместе?

3. Участие и достижения: Поддерживая обучение каждого ученика

- Рассматривая прогресс в обучении как ежедневное ожидание

- Ценя и награждая разные виды достижений

• Акцентируя внимание на то, что могут сделать учащиеся, чем на то, что они не могут сделать

- Используя формативное оценивание для поддержки обучения

- Кто успевает? Кто не успевает?
 - Какие классные практики способствуют достижениям всех учащихся? Какие классные практики усиливают барьеры для достижений учащихся?
 - Почему благодаря ценностям и вере классного сообщества некоторые личности/группы имеют достижения? И, почему, возникают барьеры для достижений у некоторых учащихся?
- 4. Участие и разнообразие: Признавая и принимая различия**
- Признавая и принимая детей преподавателями
 - Признавая и принимая преподавателей преподавателями
 - Признавая и принимая детей детьми
 - Кто признается и принимается как личность и кем? Кто не признаётся и не принимается как личность и кем?
 - Какие практики способствуют признанию и принятию? Какие практики формируют барьеры к признанию и принятию?
 - Почему благодаря ценностям и вере классного сообщества некоторые личности/группы признаны и приняты? И, почему, существуют барьеры к признанию и принятию некоторых учащихся?

Помимо принципов инклюзивной педагогики, рекомендованной к использованию учителями физической культуры, преподавание уроков физической культуры будет успешным и доступным для всех детей, включая учащихся с ООП, если педагоги будут применять принципы *эффективного преподавания, используемые сингапурскими педагогами при преподавании физического воспитания.*

Качественные уроки физического воспитания характеризуются принципами эффективного преподавания, которые определяют проведение уроков в соответствии с целями Программой 2014 года. Таким образом, на качественно проведённом уроке физкультуры, учащиеся почувствуют улучшение двигательной работоспособности благодаря богатому эмоциональному и когнитивному содержанию. Они будут максимально активно участвовать в мероприятиях, соответствующих их возрасту и уровню развития, индивидуально и с другими. Кроме того, удовольствие от физической активности будет мотивировать учащихся участвовать в уроке физкультуры, а также в других видах физической активности вне школы.

Следующие **педагогические принципы** применимы ко всем областям обучения, начиная с начальной и заканчивая довузовской подготовкой:

- планирование для достижения специфических результатов обучения;
- создание позитивной и безопасной среды обучения;
- развитие содержания для изменений и успеха;
- обеспечение максимального времени для практики;
- применение наглядных материалов;
- применение соответствующих стратегий обучения;
- включение оценивания в инструкции;
- обеспечение индивидуальных инструкций посредством наблюдения, анализ и обратная связь.

Прямые и косвенные инструкции

Прямые и косвенные инструкции — это различные полюса в содержании урока. Все стратегии обучения основаны на непрерывности обучения или косвенных инструкциях.

Прямые инструкции основываются на следующих характеристиках:

- ✓ ориентированность на выполнение задания с четкими целями;
- ✓ задания структурированы и составлены на основе навыков, которые распределены на части с тем, чтобы учащиеся испытывали успех;
- ✓ высокая активность обучения;
- ✓ необходимая демонстрация, сопровождаемая четкими инструкциями для иллюстрации обучающих заданий;
- ✓ высокоэффективный мониторинг прогресса обучающихся;
- ✓ мгновенная и специфическая обратная связь.

При прямых инструкциях учителя имеют полный контроль над тем, что изучают учащиеся и как они будут учиться. Прямые инструкции чаще всего применяются, когда содержание является иерархическим, включает базовые навыки, а максимальное время практики имеет первостепенное значение для обеспечения эффективности обучения.

При косвенных инструкциях учителя разделяют контроль над процессом обучения с учащимися. Так, косвенные инструкции обладают следующими характеристиками:

- ✓ содержание предмета не разбивается на множество навыков или на более мелкие компоненты;
- ✓ чтобы сделать содержание урока более значимым для учащихся, оно представляется целостно с соответствующим контентом или навыками, собранными воедино;
- ✓ процессы обучения учащихся включают в себя навыки мышления, чувств и взаимодействия;
- ✓ больше внимания уделяется индивидуальным способностям, интересам и потребностям.

При овладении двигательных навыков косвенные инструкции обычно используют когнитивную обработку для моторного обучения с возможным переносом обучения на другие аналогичные навыки или тактику.

На уроке физкультуры эффективный учитель может использовать как прямые, так и косвенные инструкции. Решение учителя определяет, в чем заключается контроль над процессами обучения. Прямые инструкции предпочтительнее, в случае, когда учитель доминирует в процессах обучения.

Например, когда содержание урока включает в себя базовые навыки. Учитель может переключиться к косвенным инструкциям, для того чтобы предоставить учащимся больший контроль над процессами обучения, когда содержание урока касается тактики в игровой ситуации или когда цели обучения относятся к эмоциональной сфере. Таким образом, инструкции в обучении со стороны учителя могут варьироваться в течение всего урока и быть как прямыми, так и косвенными.

Косвенные инструкции основываются на следующих характеристиках:

✓ содержание не делится на большое количество навыков и компонентов.

Для того, чтобы сделать содержание урока более значимым для учащихся, оно предоставляется целостно с соответствующим содержанием или навыками, собранными воедино.

✓ процессы обучения учащихся включают понимание, чувства и навыки взаимодействия;

✓ индивидуальные способности, интересы и потребности получают большое внимание.

При приобретении двигательных навыков для использования косвенных инструкций обычно применяется когнитивная обработка для моторного обучения с возможным переносом обучения на другие аналогичные навыки или тактику [45].

Модели преподавания, используемые сингапурскими учителями [45]

Каждая модель (обучение движениям, игровой концептуальный подход и обучение спорту) предназначена для продвижения определенных результатов обучения учащихся. Эффективность модели зависит от мастерства учителей, внедряющих определённую модель. Поэтому учителя физкультуры должны иметь полное представление о модели, которую они используют.

Ниже приводится модель обучения учащихся движениям, применяемая сингапурскими учителями. Список моделей обучения не является исчерпывающим, и школы могут принять соответствующие модели преподавания или сочетание моделей в зависимости от желаемых результатов обучения (Вставка 18).

Вставка 18. Обучение учащихся движениям

В обучении движению основное внимание уделяется развитию общих и базовых двигательных навыков в таких областях, как фундаментальные двигательные навыки, танцы, гимнастика и т.д. Эти двигательные навыки развиваются на практике, когда у учащихся формируется новое понимание навыков, нежели, при их устном объяснении. Учащиеся доминируют в процессе обучения. Результатом обычно является выразительное и творческое движение. Данный учебный опыт способствует критическому мышлению, получению удовольствия и долгосрочному запоминанию.

Характеристики включают в себя:

- основанные на темах и концепциях, которыми руководствуется обучение, эти темы включают тело (например, сила, баланс) и их взаимоотношения с пространством, временем, подачей, манипуляцией и другими факторами;
- назначенная задача потенциально содержит более одного правильного или желаемого ответа;
- акцент делается на изучении различных двигательных навыков в таких областях, как гимнастика, танцы, фундаментальные двигательные навыки и игры;
- основное внимание уделяется творчеству;
- учитель вовлекает учащихся в когнитивную и психомоторную сферы посредством проведения опроса;
- вопросы помогают учащимся в процессе мышления искать решение.

- обучение движению требует от учителей владения эффективными навыками постановки вопросов в ответ на ответы или выступление учащихся.
- Из характеристик обучения движению ясно, что когнитивные стратегии будут надлежащим образом обеспечивать результаты обучения.

Источник: Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University), 2014. <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>

Разнообразие приведённых примеров использования педагогических технологий на уроках физической культуры в разных странах, свидетельствует о том, что не существует единых методов и технологий работы с учащимися с ООП, так как содержание учебной программы по предмету «физическое воспитание», в первую очередь, основывается на образовательной политике страны, в том числе, инклюзивной политике. При этом, изучение международного и отечественного опыта показало, что для успешной реализации учебной программы по предмету «физическое воспитание» в условиях инклюзивного образования, помимо знания нормативной правовой документации и особенностей преподавания предмета, учителю необходимо владеть физиологическими и психологическими особенностями учащихся (Вставка 19) [88], в т.ч., учащихся с ООП, уметь своевременно выявлять особые потребности в физическом воспитании, на основании которых подбирать такие формы включения учащихся в занятия физической культурой, при которых учащийся будет развивать свои физические способности и коммуникативные навыки.

Вставка 19. Рекомендации педагогов-психологов для учителей физической культуры

Произвольная регуляция, внимание	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие навыков планирования. На уроках ФК планировать режим дня • Развитие навыка планирования, контроля и оценки деятельности. На уроках ФК планировать режим дня, пробовать составлять комплексы упражнений самостоятельно, выставлять себе оценки за выполненное действие • Развитие внимания. Развитие работать по инструкции, алгоритму. На уроках ФК использование индивидуальных карточек заданий • Выработка умения работать по словесной инструкции. Развитие внимания. На уроках ФК игры на внимание, упражнения для развития внимания • Развитие произвольной регуляции. Функции программирования и контроля. На уроках ФК давать возможность пробного судейства игр, разбор упражнений, объяснение ошибок, планировать режим дня, пробовать самостоятельно составлять комплекс упражнений
Мышление	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие вербально-логического мышления. На уроках ФК взаимопомощь техника выполнения двигательных действий • Развитие мыслительных операций. На уроках ФК сочетать физическую деятельность с умственной: детям необходимо понять задачи занятия, усвоить смысл указаний учителя,

	<p>проанализировать, используя при этом речь, свои действия. Основная часть от урока построена в игровой форме</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие навыка производить простые логические действия, логическое мышление. На уроках ФК просить ребенка, рассказать какие, ошибки в упражнении он заметил, и как их можно исправить • Развитие логического мышления. На уроках ФК техника выполнения двигательных действий
<p>Моторика руки Речь, чтение</p>	<p>Развитие навыка решения задач. На уроках ФК игры на решение определенных задач</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие мелкой моторики. На уроках ФК ОРУ с предметами • Развитие грамматического строя речи, связной речи. На уроках ФК просить ребенка проговаривать каждое упражнение, как его делать, в 8-11 классах проводить разминку • Развитие навыка чтения, связной речи. На уроках ФК использование индивидуальных карточек заданий • Развитие навыка смыслового чтения. На уроках ФК использование индивидуальных карточек заданий • Профилактика дисграфии. Развитие фонематических процессов. Развитие связной речи. На уроках ФК объяснение конкретной части определенного упражнения • Развитие пространственно-временных представлений.
<p>Представления</p>	<p>На уроках ФК двигательные действия разных зонах пространства: нижней, средней и верхней. Самостоятельно пробовать определять результат выполненного действия (<i>например, сколько метров метнули мяч</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие пространственно-временных представлений. <p>Расширение уровня общей осведомленности. Социально- бытовой ориентации. На уроках ФК двигательные действия разных зонах пространства: нижней, средней и верхней. Самостоятельно пробовать определять результат выполненного действия (<i>например, сколько метров метнули мяч</i>).</p>

Источник: Особенности организации и проведения урока физической культуры в рамках инклюзивного образования. 2020. <https://scienceforum.ru/2020/article/2018021086>

Основываясь на принципах инклюзивности и доступности, учителю необходимо применить индивидуальный подход и подобрать такие методы включения учащихся с ООП в занятия физической культурой, которые будут доступны для всех и каждого. При этом, задания должны быть подобраны таким образом, чтобы не отдалять учащегося с ООП от его сверстников, а наоборот, по возможности, вовлекать его в командные виды деятельности, тем самым, расширяя его коммуникативные качества и способствуя его дальнейшей социализации. Важно подчеркнуть, что в реализации принципов инклюзивности и доступности должны быть задействованы все участники образовательного процесса, в том числе, учителя физической культуры.

Изучение международного опыта также показало, что одним из успешных факторов развития спортивных способностей детей с ООП является применение адаптивного физического спорта либо его элементов.

В соответствии со Статьей 1 [68] Закона Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V ЗРК «О физической культуре и спорте» **адаптивная физическая культура и спорт** – «комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде лиц с инвалидностью, преодоление ими психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также осознание необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества». Важно подчеркнуть, что в соответствии со Статьей 15 данного Закона «обучающиеся и воспитанники с ограниченными физическими возможностями занимаются с использованием средств адаптивной физической культуры и спорта».

В связи с тем, что данный вид спорта начался применяться в организациях образования РК сравнительно недавно, целесообразным является изучить рекомендации коллег из других стран, успешно применяющих адаптивную физическую культуру и спорт в своей практической деятельности. Одним из примеров успешного применения адаптивной физической культуры и спорта является опыт российских педагогов.

Рекомендации по адаптации средств, методов, условий тренировочных мероприятий для совместных занятий здоровых спортсменов и спортсменов с инвалидностью

Евсеева и коллеги [89] утверждают, что при организации занятий физической культурой и спортом спортсменов с инвалидностью совместно со здоровыми сверстниками необходимо учитывать, что занятия должны быть организованы таким образом, чтобы все участники демонстрировали свои лучшие качества и проявляли прогресс. Для этого, как утверждают учёные, необходимо адаптировать средства и методы обучения, в соответствии с индивидуальными особенностями спортсменов с ограниченными возможностями. Необходимо:

1. Ознакомить учащихся с инвалидностью с имеющимися противопоказаниями к определённым видам двигательной активности, с правилами технической безопасности, оказания первой медицинской помощи.

2. Систематизировать все средства, применяемые в тренировочном процессе лиц с инвалидностью: физические упражнения, дополнительные средства (*специальный спортивный инвентарь для лиц с инвалидностью, средства вербального и речевого воздействия, идеомоторные и психорегулирующие упражнения, средства для обеспечения наглядности, тренажёры и технические средства*); естественно-средовые и гигиенические средства; методы обучения, воспитания и развития физических качеств и способностей; условия проведения тренировочных занятий, формы организации занятий в соответствии с классификацией проф. Евсеева С. П. [90].

3. Обобщить методические приёмы обеспечения лицам с инвалидностью равных возможностей по сравнению со здоровыми сверстниками в процессе совместного выполнения заданий. Данные приёмы могут быть следующими: выполнение различных ролевых функций (*нападающий, защитник, вратарь, игрок с особыми функциями, судья-счётчик, водящий и другие*).

Евсеева и коллеги [89], помимо описания примеров использования данных приёмов, выделяют использование метода «выполнение различных заданий», в

соответствии с которым при выполнении упражнений используется индивидуальная дозировка «процентная доля от повторного максимума», согласно которой проводится 10, 15, 20 % и так далее повторений упражнения от максимально возможного для данного участника количества повторений. При этом, за 100 % принимается выполнение хотя бы одного раза в течение месяца упражнения максимально возможное количество раз.

Успех адаптивной физической культуры зависит «от глубины и тщательности предварительной проработки содержания инклюзивной тренировочной деятельности: планирования, подбора упражнений, технических средств и тренажеров для обучения и развития физических способностей занимающихся, регламентации воспитательных воздействий» [89].

На основе изучения международного опыта по реализации учебного предмета «физическая культура» в условиях инклюзивного образования, **учителям физической культуры, работающим в условиях инклюзивного образования в школах Казахстана, рекомендуется:**

1. Использовать передовой международный опыт по преподаванию предмета «Физическая культура», в т.ч., опыт, указанный в Разделе № 1 методических рекомендаций (Сравнительная таблица по международному опыту по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей) в части содержания учебных программ, особенностей оценивания, методов и технологий работы с детьми с ООП на занятиях по физическому воспитанию, результаты прикладных научных исследований.

2. Владеть основной международной нормативной правовой базой по предмету «физическая культура» и по реализации принципов инклюзивного образования.

3. Владеть международной классификацией детей с ООП (классификация ОЭСР).

4. Использовать Рекомендации ЮНЕСКО по обеспечению качественного физического воспитания.

5. Использовать результаты Проекта Европейской программы инклюзивной подготовки по физическому воспитанию (далее – ЕІРЕТ).

6. Использовать при преподавании принципы Рамочной основы для участия [84], принципы универсального дизайна в обучении (UDL) [91] и другие передовые технологии преподавания, учитывающие принципы инклюзивности и доступности.

7. Владеть и применять на практике основные компетенции педагогов, рекомендованные Европейским агентством по особым потребностям и инклюзивному образованию [92].

8. Использовать опыт работы педагогов Российской Федерации, Финляндии по применению адаптивной физической культуры и спорта.

9. Использовать опыт работы педагогов Великобритании, США, Сингапура по реализации предмета «физическое воспитание», в т.ч., по оцениванию учащихся;

10. Осуществлять тесное сотрудничество со всеми участниками образовательного процесса, а также с другими заинтересованными стейкхолдерами;

11. Участвовать в непрерывном процессе повышения квалификации по содержанию предмета, по выявлению особых образовательных потребностей, по адаптации учебных программ, по реализации принципов инклюзивности и доступности.

12. Поддерживать тесную связь с родителями учащихся, в т. ч., учащихся с ООП, привлекать их к совместным (внеурочным) занятиям физической культурой и спортом.

Рекомендации, основанные на изучении опыта работы казахстанских учителей физической культуры по включению обучающихся с ООП в общеобразовательный процесс, будут также способствовать развитию инклюзивных компетенций у казахстанских педагогов при реализации учебной программы по предмету «физическая культура» в условиях инклюзивного образования.

Рекомендации по проведению физической (адаптивной) культуры для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата

(из опыта работы Кефер Натальи Эгоновны, учителя физической культуры специальной школы-интерната № 2 для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата» г. Алматы)

Нарушения функций опорно-двигательного аппарата (НОДА) могут носить как врожденный, так и приобретенный характер. Отмечаются следующие виды патологии опорно-двигательного аппарата:

1) заболевания нервной системы (детский церебральный паралич (далее-ДЦП), полиомиелит;

2) врожденная патология опорно-двигательного аппарата (врожденный вывих бедра, кривошея, деформации стоп, аномалии развития позвоночника, недоразвитие и дефекты конечностей, аномалии развития пальцев кисти);

3) приобретенные заболевания и повреждения опорно-двигательного аппарата (травматические повреждения спинного мозга, головного мозга и конечностей, полиартрит, заболевания скелета (туберкулез, опухоли костей, остеомиелит), системные заболевания скелета (хондродистрофия, рахит).

Физическая культура (адаптивная) для обучающихся с НОДА является обязательным предметом, решающим конкретные общеобразовательные и коррекционно-развивающие задачи.

На уроках физической культуры при проведении занятия с детьми, имеющими НОДА, выполняются все элементы урока. Например: оздоровительный бег в чередовании с ходьбой; выполнение заданий по образцу, демонстрация, словесная инструкция позволяют решить задачи словесной регуляции действий и функций, активного внимания. Обучающиеся учатся удерживать и перебрасывать мячи, разные по весу, по размеру, по материалу; бросать мяч в горизонтальную цель, ловить мячи разные по размеру, ударять о пол и ловить их; бросать в цель мешочки с песком, сбивать кегли. Подвижные

игры базируются на понимании детьми сюжета игр и их правил [93]. Релаксация, с использованием различных упражнений, помогающих расслабить мышцы рук, ног, лица, туловища, позволяет успокоить детей и снять мышечное и эмоциональное напряжение. Игровые упражнения направлены на развитие внимания, требующие точности выполнения действий, также проводятся упражнения для коррекции и профилактики осанки.

Готовясь к урокам, для детей с НОДА используются индивидуальные карточки – задания, упражнения и задания систематизируются, в зависимости от видов заболеваний. На каждое заболевание необходимо подготовить по 5-10 карточек. Ниже приводятся примеры упражнений для проведения занятий физической (адаптивной) культуры для детей с НОДА.

Индивидуальный комплекс упражнений при гиперкинетической форме

1. Изменение положения головы (подъём, наклоны, повороты, вращения) при сохранении неизменным положения тела и конечностей из различных изменений положения: лежа на спине, животе, боку, стоя на четвереньках, коленях, сидя, стоя во весь рост (с фиксацией отдельных частей тела).

2. Изменение положения – лежа на животе, подъем верхней части туловища с упором на кисти и предплечья.

3. Изменение положения – упор на согнутые предплечья, лежа на животе. Выдох в упор на кисти, с передвижением кистей рук вправо-влево.

4. Упражнение, аналогичное предыдущему, выполняется на скамейке или на матах.

5. Лежа на спине - поворот на бок и удержание равновесия с опорой на руки перед грудью и без опоры, повороты со спины на живот и обратно; несколько поворотов подряд в одну и другую сторону.

Комплекс упражнений на растяжку

Упражнение № 1 – поставить ноги на ширине плеч, руки на пояс, выполнить наклоны вправо-влево 12 раз.

Упражнение № 2 – поставить ноги на ширине плеч, руки на пояс - круговые вращения туловищем. 8 раз влево, 8 раз вправо.

Упражнение № 3 – поставить ноги на ширине плеч, руки за голову - круговые движения тазом 8 раз влево, 8 раз вправо.

Упражнение № 4 – поставить ноги вместе, руки на коленях – круговые вращения коленями 8 раз влево, 8 раз вправо.

Упражнение № 5 – согнуть вперед одну ногу, руки на поясе – круговые вращения согнутой в колене ногой 8 раз одной ногой, затем 8 раз другой ногой.

Комплекс дыхательных упражнений

1. «Часики»

Стоя, ноги расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик - так» 10-12 раз.

2. «Трубач»

Сидя кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх. Медленно выдыхая громко произносить «п-ф-ф -ф» 4-5 раз.

3. «Петух»

Встать прямо, ноги врозь руки опустить. Поднять в стороны, а затем хлопать ими по бёдрам. Выдыхая произносить «ку-ка-ре-ку» 5-6 раз.

4. «Каша кипит»

Сидя, одна рука лежит на животе другая на груди. Втягивая живот - вдох, вытягивая - выдох. Выдыхая громко произносить «ф-ф-ф» 3-4 раза.

5. «Паровоз»

Ходить по комнате, делая попеременные движения руками и поговаривая «чух-чух-чух» 20- 30 секунд.

Комплекс упражнений по лечебной гимнастике при остеохондропатии позвоночника

Упражнения проводятся лёжа на спине

1. Дыхательное (3 раза).

2. Поочередное поднимание рук за голову (с гантелями, на 4 счёта, 5- 6 раз).

3. «Ножницы» горизонтальные (на счёт 8, 4 раза).

4. Дыхательное (3 раза).

5. «Мостик» (на счёт 4, 5-6 раз).

6. «Ножницы» прямые (на счёт 8, 4 раза). Прогибание грудной клетки, упор на локти (с гантелями, на счёт 4 счёта, 5 раз).

Комплекс силовых упражнений для мышц спины при искривлениях позвоночника

Подъем верхней части туловища из положения лёжа, упражнение для мышц нижней части спины. Выполняется на специальной двухопорной скамье. Изменение положения: лежа на скамье с опорой на живот, а именно, на бедра, ноги зафиксированы сверху второй опорой скамьи, руки прижаты к груди, верхняя часть туловища удерживается горизонтально полу. Туловище опускается вниз, почти до касания головой пола, возвращаясь в горизонтальное положение и чуть выше, немного прогибаясь в пояснице, с кратковременной задержкой в верхней точке. Выполняется в медленном темпе, 3-4 подхода по 10-15 повторений. Основное назначение - развитие не силы, а выносливости мышц стабилизаторов спины, поэтому дополнительных отягощений обычно не требуется, достаточно собственного веса. Можно выполнять и дома, нужна устойчивая табуретка, небольшая подушка для покрытия табуретки и надёжная (чтобы не перевернулась) опора для ног.

Комплекс упражнений для обучения правильному дыханию и для подавления гиперкинезов

1. Изменение положения – сидя на гимнастической скамейке. На вдохе – руки скрестить на груди, голову выпрямить, ноги вытянуть вперед. На выдохе – руки вытянуть вперед, голову в медленном темпе (с удлиненным выдохом) опустить вниз, ноги, согнутые в коленных суставах, поставить под скамейку.

2. Изменение положения – аналогичное предыдущему. Руки супинированы, кисти рук удерживают нижний край гимнастической скамейки, голова в среднем положении. При повороте головы – выход, изменение положения – вдох.

3. Изменение положения – лежа на спине, руки супинированы, фиксированы мешками с песком. На вдохе – пассивно-активное сгибание головы до касания подбородком груди без перемещения плечевого пояса.

4. Изменение положения – аналогичное предыдущему. Одновременно на выдохе потянуть стопы на себя (под коленными суставами – валик). Изменение положения – выдох.

5. Изменение положения – аналогичное предыдущему. Руки вдоль туловища. На выдохе – согнуть правую руку и повернуть голову вправо, Изменение положения – вдох, голова по средней линии. На выдохе согнуть левую руку и повернуть голову влево. Изменение положения – вдох. Повторить 5 - 7 раз каждой рукой.

Упражнения для увеличения подвижности суставов

При тугоподвижности, контрактурах суставов нижних конечностей

Упражнение 1. Выполняется сгибание - разгибание в голеностопном суставе, придерживая его одной рукой.

Упражнение 2. Голеностопный сустав удерживается в положении максимального сгибания, выполняется сгибание - разгибание в коленном суставе. Необходимо проследить, чтобы колено не отклонялось в стороны.

Упражнение 3. Захватив одной рукой тазобедренный сустав, а другой удерживая конечность в прямом положении, необходимо поднять ногу на максимально возможную высоту (до болевых ощущений) и вернуть её обратно.

Упражнение 4. Из положения, аналогичного предыдущему, произвести отведение нижней конечности в сторону. Выполнять в медленном темпе.

Упражнение 5. Привести колени к животу и, поставив стопы на ладонь одной руки, другой оказывая давление на колени, выпрямить конечности.

Следующие упражнения необходимо выполнять в исходном положении (далее И.П.) лёжа на животе.

Комплекс упражнений при атонически-астатической форме

1. И.П. стоя, руки вдоль туловища. Ходьба на месте. Шаги выполняются четко, ритмично. Продолжительность – 0,5 – 1 мин.

2. И.П. то же, руки на поясе. Ходьба приставным шагом левым – правым боком. Продолжительность – 1 – 2 мин.

3. И.П. то же. Смена положений рук: руки вперед, руки в стороны, руки вверх, руки на пояс, руки к коленям, руки к плечам, руки за голову и т.п. На выполнение каждой команды давать не более 2 – 3 сек. Продолжительность – 2 мин.

4. И.П. то же. Выпады по 2 – 3 влево – вправо, вперед.

5. И.П. то же. Руки на поясе. Наклоны по 3 – 4 влево – вправо. Темп медленный, но без остановок.

Комплекс упражнений при спастической диплегии [94]

Упражнение 1. Берём кисть руки ребёнка и производим с ней пассивно все физиологически возможные движения. Зафиксировав лучезапястный сустав одной рукой, другой стараемся раскрыть кисть и отвести большой палец. Отпустив кисть, мы, как правило видим, что она снова сжимается в кулак.

Повторяем действие 10 раз и более, удерживая кисть раскрытой в течение некоторого времени.

Упражнение 2. Для улучшения подвижности лучезапястного сустава выполняем в нем сгибание и разгибание, а также повороты кисти, придерживая этот сустав одной рукой. Движения выполнять осторожно, без рывков. Повторяем каждое движение до 20 раз и более.

Упражнение 3. Осуществляем сгибание и разгибание в локтевом суставе, придерживая локоть одной рукой. Повторяем до 20 раз и более. Темп медленный или средний.

Упражнение 4. Пальцами одной руки фиксируем плечевой сустав ребёнка и производим в нём сгибание-разгибание (руку вверх-вниз) и отведение-приведение (руку вверх-вниз через сторону). Не допускаем при этом резких движений. Повторяем 20 раз и более.

Упражнение 5. Сгибаем конечность в локтевом суставе и упираем ладонь ребёнка в ладонь родителя-инструктора. Затем, подталкивая снизу локоть ребенка, производим разгибание - толчок вперед. Повторяем 10 раз и более.

После проведения вышеперечисленных упражнений можно провести поглаживание конечности и зафиксировать её мешком с песком или иным утяжелителем в выпрямленном положении, ладонью вверх. Затем провести такие же манипуляции с другой верхней конечностью.

Пассивно-активную гимнастику нижних конечностей начинаем так же с менее пораженной. Другую при этом фиксируем посредством все тех же мешков с песком, максимально разогнув в коленном суставе.

Комплекс упражнений для детей младшего и среднего возраста с врождёнными вывихами тазобедренных суставов, а также болезнью Пертеса

1. И.П. лёжа на спине, руки вдоль туловища. Вдох – руки вверх, выдох – вернуться в И.П. Повторить 2 – 3 раза.

2. И.П. то же. Поднять и опустить левую прямую ногу 10 – 20 раз. Темп медленный. Повторить то же движение правой ногой.

3. И.П. то же. Отвести прямую левую ногу в сторону и вернуть в И.П., не касаясь поверхности мата (коврика). Повторить 10 – 20 раз. Темп медленный. Прodelать то же правой ногой.

4. И.П. то же. Упражнение «Велосипед». Продолжительность выполнения – 30 сек.

5. И.П. то же. Упражнение «Волна»: согнутые в коленях ноги привести к животу; выпрямить вверх; опустить. Повторить 8 – 12 раз.

6. И.П. то же. Стопой левой ноги провести по правой ноге от носка до коленного сустава. Колено левой ноги при этом отводить в сторону. Повторить 12 – 16 раз. Прodelать то же правой ногой.

7. И.П. то же. 1 – приподнять прямые ноги, 2 – развести, 3 – свести, 4 – опустить, вернувшись в И.П. Повторить 4 – 8 раз.

8. И.П. то же. Захватить стопами мяч, приподнять, удержать 4 – 8 сек., опустить. Повторить 8 – 10 раз.

Комплекс упражнений с уплощением стоп, плоско-вальгусной деформацией стоп

1. И.П. сидя, ноги согнуты в коленях под прямым углом. Поднять и опустить носки стоп. Повторить 12 – 20 раз.

2. И.П. то же. Поднять и опустить пятки. Повторить 12 -20 раз. Темп средний.

3. И.П. то же. Перекаты сто с пяток на носки. Повторить 12 – 20 раз медленно.

4. И.П. то же, ноги вместе. Развести колени в стороны и, оторвав пятки от пола, сомкнуть подошвы, удержать 3 – 5 сек., вернуться в И.П.

5. И.П. то же. Упражнение «Гусеница». Сгибая и разгибая пальцы стопы, продвигать её вперёд. Повторить 8 -12 раз каждой стопой.

Комплекс упражнений при ДЦП на нижние конечности при гемипарезе [95]

И.П. лёжа на спине, руки вдоль туловища.

1. Одной рукой прижать правую ногу ребёнка, другой обхватить левую ногу так, чтобы зафиксировать коленный сустав в положении максимального разгибания и медленно поднимать, а также опускать прямую левую ногу до максимально возможной высоты, не допуская перерастяжения мышц задней поверхности бедра. Повторить 20 раз. Темп медленный. Прodelать то же с другой ногой.

2. Аналогично выполнить приведение и отведение в тазобедренном суставе. Темп и количество повторений сохраняются.

3. Согнуть ногу в коленном суставе так, чтобы стопа ребёнка была на уровне коленного сустава другой ноги. Произвести отведение и приведение бедра. Повторить по 10 – 12 раз.

4. Согнуть обе ноги в коленном суставе. Качание бёдер ребёнка влево – вправо. 10 – 12 раз.

5. Из И.П. лежа на спине перевести ребёнка в И.П. сидя, опирая ребёнка на левое и правое предплечья поочередно. Повторить 8 – 10 раз.

6. И.П. лёжа на животе. Прижать область таза, поднимать и опускать прямую ногу, фиксируя коленный сустав. Повторить 20 раз каждой ногой.

7. Прижав область таза к поверхности кушетки, производить сгибание – разгибание в коленном суставе. Повторить 20 раз каждой ногой.

8. И.П. лёжа на животе, нога согнута в коленном суставе. Сгибание – разгибание стопы. Повторить 20 -25 раз каждой стопой.

Необходимо использовать разнообразные средства для предотвращения у таких детей утомления:

- чередование двигательной и практической деятельности,
- выполнение спортивных заданий и упражнений небольшими дозами,
- использование интересного и красочного дидактического материала и средств наглядности для активизации обучающихся.
- физические упражнения;
- корригирующие упражнения;
- коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;

- материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;
- нетрадиционное оборудование.

При подготовке спортивных состязаний для них комбинируются варианты заданий, которые они отрабатывают в рамках занятий по внеурочной деятельности.

На уроках или на дополнительных занятиях необходимо подходить индивидуально к каждому ребенку, имеющему какие-либо нарушения в здоровье, не подчёркивая его состояние.

- давать посильные задания для выполнения;
- контролировать выполнение домашнего задания;
- не выделять среди сверстников;
- привлекать во время спортивных состязаний по показаниям здоровья или для помощи в судействе;
- если состояние здоровья позволяет выполнять, то или иное упражнение, принимать его как у всех учащихся, в соответствии с программой, чтобы ребенок не чувствовал себя ущемленным.

Развитие кинестетического и кинетического восприятия положения и движения тела для детей с нарушением ОДА

Для детей с нарушением развития ОДА характерно нарушение и высших кинестетических функций (нарушение мышечно-суставного чувства), определяющих в значительной степени не только тонус мышц, но и развитие произвольных движений.

У детей при сохранности правильного восприятия отдельных движений нет возможности синтезировать эти движения в единое целое. Особенно отчетливо это выступает в осязании, являющемся комбинацией кинестетических и кожных ощущений, при которой важную роль играют зрительный, слуховой, вестибулярный анализаторы и др.

Совершенствование точности движения и овладение навыками контроля и самоконтроля осуществляются в процессе более длительной тренировки и включения в нее высших познавательных процессов, развития навыков анализа своих проприоцептивных (внутренних) ощущений. Для этого необходимо проведение специальных упражнений на развитие зрительно-моторной координации с предметами и без них, физических упражнений на развитие симметричной мышечной силы тела, на координацию движений верхних и нижних конечностей, других частей тела. Это способствует улучшению адаптации в пространстве и его более уверенному освоению, повышению работоспособности ребенка, статической и динамической выносливости.

Развитие сложных двигательных умений первоначально формируется как двигательный образ каждого отдельного движения. В свободном поведении данные образы выстраиваются в определенный алгоритм, который руководит движениями.

Все позиции и движения закрепляются у ребенка на трех уровнях: зрительном – восприятие выполнения движений другими людьми; словесном (понятийном) – называние (вербализация) этих движений (команда себе или другим) или понимание команды других людей; двигательном – самостоятельное выполнение движений.

Целостный образ позиций и движений формируется на основе взаимосвязи всех уровней, тогда они обеспечивают быструю реакцию ребенка при восприятии на любом уровне. Успешность восприятия движений способствует двигательной активности ребенка, более легкому освоению разнообразных движений и координации в пространстве. Решающее значение при этом имеют регулярность повторений и закреплений движения и положительный эмоциональный фон, создаваемый путем одобрения, подчеркивания важности и результативности деятельности ребенка.

Обучение детей овладению различными движениями и позициями предусматривает проведение работы по разным направлениям:

- формирование представлений о схеме собственного тела;
- знакомство с разным качеством движений (быстрые – медленные, мягкие – жесткие, тяжелые – легкие, сильные – слабые и др.);
- обучение технике движения (отрывистое, мягкое, плавное, четкое, фиксированное, замедленное и др.);
- овладение выразительными движениями и формирование положительного образа своего тела в движении;
- овладение разными способами невербальных коммуникаций (мимика, пантомимика и др.);
- работа с ритмом;
- работа с воображаемыми предметами;
- овладение элементами расслабления, освобождения от мышечных зажимов, снятия напряжения, эмоционального раскрепощения.

Использование всех возможных форм организации детей (*индивидуальные, парные, групповые упражнения и игры, связанные с двигательной активностью*) способствует коррекции психомоторной сферы ребенка.

Ниже приводятся примеры игр на движение: игры-подражания (*имитации, игры с ограничениями движений, игры — движения по звуковому сигналу, игры с мнимыми предметами и др.*), позволяющие сформировать у детей связь между движениями и смыслом ситуации, учат понимать язык движений, говорить на нем и управлять своими движениями в соответствии с ситуацией [96].

Имитационные упражнения: бабочка летает, обезьянка прыгает, кенгуру скачет, мячик подпрыгивает, пружинка распрямляется, маятник раскачивается, рыбка плавает, собака идет по следу, ветер дует и т. д.

Упражнения выполняются стоя, сидя, лежа; на месте и в движении, при сочетании движений туловища, ног с подобными и противоположными движениями рук.

Игры на восприятие предметов в движении: игры в воображаемые снежки, камушки (бросаем в море, играем на берегу и др.); передача по кругу воображаемого предмета (мяч, кирпич, флажок и др., рисование орнамента рукой в воздухе и др.

Двигательные упражнения: различные движения головой, руками, туловищем с остановкой по сигналу и проверкой правильной осанки.

Использование музыкального сопровождения при выполнении подобных упражнений усиливает коррекционный эффект, создает положительный эмоциональный настрой.

Игры на восприятие команды в движении [97]

«Стоп-сигнал» — остановка по одному сигналу, а по другому сигналу изменение направления движения.

«Противоположное действие» — на фоне всех дословно повторяемых действий, выполнение одного из них, обозначенного заранее, в противоположном виде.

«Запретный номер» — педагог называет количество повторений каждого упражнения, дети выполняют за исключением того, который заранее обозначен запретным номером.

Сохранение позы требует от детей с нарушением ОДА специальной внутренней активности. Решению этой задачи способствуют следующие простые упражнения: присесть, встать, топнуть, хлопнуть руками, покачать головой и т. д.; более сложные движения: прыжки, действия с предметами — переносить, переставлять, перекладывать кубики, кегли и т. д.

«Сделай по рисунку и замри». Ребенку показывают карточки со схематичным изображением движения или позы. Ребенок должен принять такую же позу. Очень полезны игровые упражнения, помогающие расслабиться, снять мышечное напряжение, так как только физически свободно чувствующий себя ребенок спокоен и психологически защищен.

Упражнения на смену положения туловища (*например, вытягивание вверх туловища и рук, затем полное расслабление и опускание в полуприседания*) и на смену движения (*например, резкие движения в напряженной ходьбе на мягкие плавные движения в мягкой ходьбе и др.*) помогают ребенку сконцентрировать внимание на анализе своих кинестетических ощущений, что в дальнейшем приводит к свободному управлению своим телом [98].

Преодолению скованности, двигательной пассивности способствуют упражнения на развитие выразительности движений.

«Пешеходы идут». Дети изображают людей разного возраста с разными походками: старушка ведет собачку на поводке, ученик опаздывает в школу, старичок идет с палочкой, мама ведет за руку малыша, шагают военные и др. Каждый ребенок изображает какого-либо животного.

Психомоторика участвует как в вербальных, так и невербальных средствах общения. Овладению невербальными способами коммуникации детям помогут следующие упражнения:

-дыхательные: задувание свечи, выдувание мыльных пузырей и др.;

-на согласование дыхания с движениями рук, на изменение глубины и темпа дыхания в соответствии с характером движения (под хлопки, под счет, под музыку);

-мимические и пантомимические упражнения.

***Развитие координационных способностей у детей с ООП в начальной школе
(из опыта работы Марушевской Татьяны Витальевны, учителя физической культуры
общеобразовательной школы № 25» г. Караганды)***

Основным средством воспитания координационных способностей у детей с ООП являются физические упражнения умеренной координационной сложности и содержащие элементы новизны. Сложность физических упражнений можно увеличить за счет изменения пространственных, временных и динамических параметров, а также за счет внешних условий, изменяя порядок расположения снарядов, их вес, высоту; изменяя площадь опоры или увеличивая ее подвижность в упражнениях на равновесие, комбинируя двигательные действия.

В этой связи одной из главных задач, которую нужно решать на уроках физической культуры, является обеспечение разностороннего развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота и точность реагирования на сигналы, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирование силовых, временных и пространственных параметров движения) способностей занимающихся детей [99]. Наиболее широкую и доступную группу средств для воспитания координационных способностей составляют общеподготовительные гимнастические упражнения динамического характера, одновременно охватывающие основные группы мышц. Это упражнения без предметов и с предметами (мячами, гимнастическими палками, скакалками, булавами и др.), относительно простые и достаточно сложные, выполняемые в измененных условиях, при различных положениях тела или его частей, в разные стороны: элементы акробатики (кувырки, различные перекаты и др.), упражнения в равновесии. Особую группу средств составляют упражнения с преимущественной направленностью на отдельные психофизиологические функции, обеспечивающие управление и регуляцию двигательных действий. Это упражнения по выработке чувства пространства, времени, степени развиваемых мышечных усилий. Упражнения, направленные на развитие координационных способностей, эффективны до тех пор, пока они не будут выполняться автоматически. Затем они теряют свою ценность, так как любое, освоенное до навыка и выполняемое в одних и тех же постоянных условиях двигательное действие не стимулирует дальнейшего развития координационных способностей [99].

Выполнение координационных упражнений следует планировать на первую половину основной части занятия, поскольку они быстро приводят к утомлению. Для развития координационных способностей используется широкий круг методических приемов, направленных на коррекцию и совершенствование согласованности движений отдельных звеньев тела, дифференциации усилий, пространства и времени, расслабления, равновесия, мелкой моторики,

ритмичности движений и др. И простые, и сложные упражнения требуют координации: в одном случае нужно точно воспроизвести какое-либо движение или позу, в другом - зрительно отмерить расстояние и попасть в нужную цель, в третьем - рассчитать усилие, в четвертом - точно воспроизвести заданный ритм движения. Проявление координации многолико и всегда выражается в качестве выполнения упражнения, т. е. насколько точно оно соответствует поставленной задаче [100]. Но техника физических упражнений имеет не одну, а несколько характеристик: временную (время реакции, время движения, темп), пространственную (исходное положение, поза, перемещение тела и его звеньев в пространстве, отличающихся направлением, амплитудой, траекторией), пространственно-временную (скорость, ускорение), динамическую (усилия), ритмическую (соразмерность усилий во времени и пространстве). Управлять всеми характеристиками одновременно человек с сенсорными, двигательными, интеллектуальными нарушениями не способен, так как результатом дефекта явилось либо рассогласование между различными функциями, либо отсутствие или недостаток сенсорной информации, либо дискоординация между регулирующими и исполнительными системами организма. Чем тяжелее нарушение, тем грубее ошибки в координации. Для их коррекции и развития используются следующие **методические приемы**:

- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (*использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров*);
- упражнения, указывающие направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов;
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (*под музыку, голос, хлопки и т. п.*);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Для развития координационных способностей активно применяется нейрогимнастика, направленная на одновременную работу рук, ног, глаз, то есть на интеграцию деятельности сразу двух полушарий: левого и правого. Гимнастика улучшает координацию движений, навыков чтения, письма, разговорной речи [101]. При постоянных занятиях ребенок развивает навык пространственного ориентирования. В зависимости от индивидуальных возможностей ребенка следует постепенно усложнять задание – например,

ускорить темп выполнения. Важно, чтобы каждое упражнение выполнялось точно и правильно. Чтобы дети не утратили интерес, упражнения можно комбинировать и менять местами. В одну тренировку не надо включать «все и сразу», 5- 6 качественно выполненных заданий вполне достаточно [102].

Примеры упражнений-игр

«Кулак – ребро – ладонь»

Ребенку показывают три положения руки, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движение вместе со взрослым, затем по памяти в течение 8-10 повторений. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками.

«Начинаем рисовать»

Обеими руками в воздухе рисуем фигуры, которые проговариваем в стихе.

Мы восьмерки рисовали,

А они у нас упали.

Нарисуем мы волну,

Очень длинную струну,

Нарисуем мы зигзаг,

Нарисуем так и так.

«Начинаем рисовать усложненный вариант»

Начало упражнения такое же, как и в предыдущем, но добавляем фигур:

Треугольники, квадрат,

Несколько кругов подряд,

А еще добавим точки,

Крестики, нули, крючочки,

В воду кисти окунем

и немного отдохнем.

«Перекрестное марширование»

Любим мы маршировать,

Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Выполнить 6 повторений. Затем, шагать касаясь рукой одноименного колена. Выполнить 6 повторений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

Упражнение «Капитан»

Одной рукой отдаем честь, поднося ко лбу внутренним ребро ладони, как бы прикрываясь от солнца. Другой рукой показываем «лайк», все пальцы собраны в кулак кроме большого, который оттопырен вертикально вверх. Руку можно держать перед грудью, согнутой в локте, но лучше выпрямить, вытягивая вперед. Меняем руки. Ускоряем темп.

«Лягушка»

Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и однонаправленно менять положение рук.

«Ухо – нос»

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот»

«Блинчики»

Попеременно меняем руки: правая ладонь вниз, левая ладонь вверх, попеременно по сигналу меняем положение ладоней (как бы переворачиваем блинчики)

Упражнение «Гриб-Полянка»

Одна рука символизирует гриб: располагает предплечье вертикально вверх, кисть собрана в кулак. Гриб стоит на полянке. Полянку делаем из второй руки, горизонтально расположенной под первой выпрямленной ровной ладонью вниз, как за партой. Затем меняем руки. Увеличиваем темп. Его так же делаем в ритм стиха:

Под осиной, у ворот
Подосиновик растет.
И горит-горит на нем
Шапка красная огнем.

Упражнение «Голуби летели»

Руками делаем волнообразные движения, имитируя движение крыльев птиц. Затем сгибаем руки в локтях, приближая кисти к плечам, касаясь их пальцами. Потом перекрещиваем руки, прикладывая ладони к противоположным плечам. И поднимаем руки вверх. Затем повторяем тоже упражнение, но руки ставим на пояс, потом на бедра.

Голуби летели,
На плечики сели,
Местами поменялись,
В небо поднялись.
Голуби летели
И на пояс сели,
Местами поменялись,
В небо поднялись.
Голуби летели,
На коленки сели,
Местами поменялись
В небо поднялись.

Упражнение «Дом-ежик-замок»

Ребенку показывает три положения рук, последовательно сменяющих друг друга:

а) Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажимать на пальцы левой, затем – наоборот, отработать эти движения для каждой пары пальцев отдельно;

б) Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой;

в) Ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

Дыхательные упражнения, которые улучшают ритмику организма, развивают координацию, самоконтроль и произвольность

«Задуть свечу»

Ребенок представляет, что перед ним стоит 5 свечек. Ему нужно задуть сначала большой струей воздуха одну свечу, затем этот же объем воздуха распределить на 5 равных частей, чтобы задуть все.

«Качание головой»

Исходное положение: сидя или стоя расправить плечи, голову опустить вперед и закрыть глаза. Затем ребенок начинает покачивать головой в разные стороны и глубоко, как только может, дышать.

«Дыхание носом»

Упражнение заключается в том, что дети дышат только одной ноздрей. При этом важно правильно располагать пальцы рук: правая ноздря закрывается правым большим пальцем, левая – мизинцем левой руки. Остальные пальцы всегда направлены вверх. Важно глубоко и неторопливо дышать.

«Пловец»

Дети стоя делают глубокий вдох, закрывают нос пальцами и приседают. В таком положении они мысленно считают до 5, затем встают и выпускают воздух. Упражнение напоминает действия ныряющего пловца.

«Надуй Шарик»

Исходное положение – лежа на спине. Расслабить мышцы живота, выполнить вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например красного цвета (цвет ребенок выбирает сам). Пауза – задержка дыхания. Выдох - втянуть живот, как можно сильнее. Пауза-вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

Упражнения и игры с мячом

С мячом можно проводить игры и упражнения, как индивидуальные, парные, так и групповые, командные, общие. Они могут быть разными:

- перекаты между ладонями вперед, назад;
- подбрасывание мяча руками над собой, за спину;
- подбрасывание над собой с хлопком и отскоком от пола;
- подбрасывать и перекидывать с одной руки на другую;
- сбивать мишень;
- бросать в стену-ловить двумя руками, одной рукой;
- перепрыгивать через мяч и т. д. Чем более разнообразнее по размеру, весу используется мяч, тем больше создаются условия для развития ребенка.

«Нейроскакалка»

Для движения на этой скакалке нужна разнонаправленная работа ног. Одна нога совершает вращательное движение, а другая должна совершать прыжки. Хороший тренажер, как для развития координации движения, так и

концентрирует внимание ребенка, тренирует равновесие, и работу вестибулярного аппарата.

«Полоса препятствий»

Нужно переходить от простого к сложному. Работа поточным методом, можно работать по подгруппам, где каждой группе дается своя полоса препятствий, после выполнения которой группы меняются местами, тем самым происходит быстрая смена деятельности. Рассмотрим примерное задание;

Ползание - необходимо для нижнего поля зрения, для скоординированной работы нижней и верхней половины туловища. Ползание стимулирует моторные зоны(участки коры головного мозга, отвечающие за движения)способствуют улучшению межполушарного взаимодействия(согласованное перекрестное движение рук и ног, разноименных и одноименных, регулируется противоположными полушариями), совершенствуется зрительное восприятие [99].

«Упражнение «бревнышки» - развивает пространственное представление схемы тела и координации движений; формируется чувство пространственной ориентации собственного тела относительно габаритов мата, ковра, зала в расстоянии от края до края, от предмета до предмета.

Прыжки – развитие ритма, координации, зрительного восприятия и внимания.

«Поменять местами» – учимся совмещать движение вперед по полосе и движение рук с переходом через среднюю линию (развитие ритма, координации, зрительного и сенсорного восприятия и внимания).

«Прыжки по следам» – развивает ориентировку в собственном теле, направлена на развитие координации, зрительного восприятия и внимания.

«Ладони» – на развитие координации, зрительного восприятия, внимания и памяти. В ряду среди ладоней лежат две дополнительные детали (одна оранжевого цвета, другая зеленая) оранжевая деталь будет обозначать, что ладонь нужно поставить на ребро, а зеленая на кулак.

«Переставь на другую сторону» – лежат обручи в ряд, рядом с обручем стоит разметочный конус (мяч, кегля), ребенок впрыгивает в обруч и переставляет конус на противоположную сторону обруча и так продвигается до конца выполняя задание.

«Ходьба по канату» – на координацию движения в заданном направлении, так же способствует развитию саморегуляции и самоконтроля, развивает внимание и память(канатом можно создать любую конфигурацию). Проходить по канату можно обычным способом, можно приставными шагами, боком и т. д. Каждое из упражнений на развитие координации способствует возбуждению определенных участков мозга и включает механизм объединения мысли и движения.

Положительное влияние от вышеперечисленных упражнений заключается в улучшении моторики, как мелкой, так и крупной; координации движений; повышении продуктивной работоспособности; стимулировании развития памяти и мыслительной деятельности; снижении утомляемости.

В качестве средств развития координационных способностей у детей с ООП нужно активно использовать подвижные игры, направленные на развитие статического равновесия, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, быстроты реакции, ритмичности, коррекции элементарных движений, устойчивости вестибулярного аппарата и др. [102].

Подвижные игры на развитие координации у детей с ООП

«Поймай комара»

Игроки становятся в круг. Водящий располагается в центре, держа в руках палку с прикрепленным с помощью шнура «комаром» (это может быть платок или другой предмет). Он водит комаром над головами игроков, которые в это время стараются его поймать. Тот, кто схватил комара, становится водящим.

«Канатоходец»

Мелом на игровой площадке рисуют тропу канатоходца шириной, не превосходящей ширину стопы. Задача каждого, игрока: пройти дистанцию как можно быстрее и не оступиться.

«Гусеница»

Игроки делятся на 2 команды. Они выстраиваются в колонну следующим образом: правая рука каждого последующего игрока лежит на правом плече предыдущего, а левой рукой он поддерживает левую ногу стоящего впереди. По сигналу ведущего колонна начинает движение по дистанции. Побеждает та команда, которая пройдет дистанцию первой.

«Удочка»

Из числа игроков выбирается водящий, который располагается в центре игрового поля. Остальные игроки встают вокруг него на расстоянии, соответствующем длине скакалки. Водящий в процессе игры вращает скакалку по кругу над самой землей, а игроки подпрыгивают вверх, поджимая ноги, так, чтобы скакалка не задела их. Тот игрок, который не успел подпрыгнуть и которого задела скакалка, становится водящим.

«Скворечники»

Скворечники располагаются по периметру игровой площадки. Их должно быть на один меньше, чем участников игры. Один из игроков выполняет роль водящего. Все участники игры, включая водящего, свободно передвигаются по игровой площадке под музыку (свисток). Как только музыка прекращает звучать, все игроки стремятся занять любой скворечник. Водящий также занимает любой свободный скворечник. Тот ребенок, который остался без скворечника, становится водящим.

«Кот и мыши»

Из числа играющих выбирается водящий, который играет роль кота. Остальные игроки — "мыши". "Мыши" сидят в домиках, пока "кот" бодрствует. Когда "кот" засыпает, "мыши" выходят гулять. Они свободно передвигаются по игровой площадке. В это время "кот" просыпается, мяукает и начинает ловить "мышей". "Мыши" разбегаются по домикам. Если "коту" удалось поймать кого-либо из "мышей", то игроки меняются ролями.

«У медведя во бору»

Из числа играющих выбирается водящий, который будет "медведем". Он занимает место в берлоге. Остальные играющие — дети, они располагаются у себя в домике. Дети выходят гулять на опушку леса, собирать грибы и ягоды. При этом они говорят:

У медведя во бору
Грибы, ягоды беру,
А медведь не спит
И на нас рычит.

Как только дети говорят последнюю строчку, "медведь" с рычанием выходит из своей берлоги и старается поймать убегающих детей. Если ему это удастся, то игроки меняются ролями, и пойманный игрок становится "медведем".

«Горячая картошка»

Игроки стоят в кругу. Представив, что мяч — это «горячая картошка» и её нельзя долго держать в руках. Каждому игроку нужно быстро передавать мяч друг другу стараясь не уронить его.

«Охотник и зайцы»

"Охотник" поворачивается спиной к игровой площадке. В это время остальные участники беспорядочно бегают и прыгают по площадке, играя роль "зайцев". По команде "Охотник!" "зайцы" замирают на местах. Не сходя с отведенной площадки, "охотник" бросает мяч в "зайцев". Тот игрок, в которого "охотник" попал мячом, становится теперь сам "охотником", а "охотник — "зайцем".

«Кольцеброс»

У каждого игрока имеется по несколько колец. Задача игрока — набросить как можно больше колец на подставки.

«Мяч в корзину»

У каждого игрока — по мячу. Задача игрока — забросить как можно больше мячей в корзину. Варианты: забрасывание мячей двумя или одной рукой, из разных исходных положений из-из головы, от груди, от плеча.

«Мышеловка»

Из числа игроков выбираются "мыши". Остальные игроки, взявшись за руки, образуют круг — мышеловку. "Мыши" находятся вне круга. Игроки, образующие мышеловку, начинают ходить по кругу то влево, то вправо, причем руки их подняты вверх. Они приговаривают:

Ах, как мыши надоели,
Все погрызли, все поели.
Берегитесь же, плутовки,
Доберемся мы до вас.
Вот поставим мышеловки,
Переловим всех за раз!

В то время, пока дети в круге произносят слова, "мыши" беспрепятственно передвигаются по всему игровому пространству: забегают в круг, выбегают из него. Но как только звучат последние слова "За раз!", — дети, стоящие в круге, опускают руки. "Мышеловка" захлопнулась. Игроки, не успевшие выбежать из

круга, считаются проигравшими. Пойманные "мыши" встают в круг, и размер "мышеловки" увеличивается. Когда все "мыши" пойманы, дети меняются ролями

«Волк во рву»

В центре площадки ограничивается ров двумя параллельными линиями на расстоянии приблизительно в 1 м. Из числа игроков выбирается водящий – "волк", который располагается во рву. Все остальные игроки – "овцы". Они располагаются с одной стороны рва. По сигналу ведущего "овцы" перепрыгивают через ров на противоположную сторону площадки. "Волк" в это время старается их поймать. И если ему это удастся, то игроки меняются ролями.

«По кочкам»

Разложить по полу в свободном порядке мешочки с песком. Затем предложить детям представить, что они попали на "болото". Но у нас болото не настоящее, а сказочное. На нем есть волшебные островки, на которые можно без страха наступать. Необходимо удержать равновесие и не коснуться ногой пола.

«Донеси мячик»

В игре участвуют 2 человека. Желательно проводить ее на свежем воздухе или в просторном помещении. Определяется расстояние, которое должны пройти игроки, и объясняется задание. Двое участников встают спинами друг к другу так, чтобы между ними, чуть выше уровня лопаток, мог поместиться мячик. В такой позе они должны преодолеть необходимое расстояние. Если они уронили мячик, они должны возвратиться к стартовой черте. Эту игру можно проводить как эстафету, в которой будут участвовать несколько команд.

«Картошка в ложке»

Игроку необходимо донести «картошку» в ложке до финиша, возвратиться на старт и передать ложку следующему игроку. Если кто-то из участников уронил «картошку», он все равно должен продолжить свой путь и только потом возвратиться на финиш.

«Снеговика»

Детям предложить представить, что они только что слепленные снеговика. Тело сильно напряженно, как замерший снег. Взрослый может попробовать «снеговика» на прочность, слегка подталкивать его с разных сторон. На вашу команду снеговик должен постепенно растаять, превратится в лужу. Сначала тает: голова, спина, ноги. Можно также предложить детям «растаять», начиная с ног...

«Перешагни»

Перешагивание через различные предметы (кубики, мячи, кегли, обручи, мягкие модули. С чередованием правой и левой ноги.

«С мешочком на голове»

Игрок с мешочком на голове идет до ориентира и обратно, стараясь не уронить мешочек. Можно использовать лавочку, канат.

«Слушай хлопки»

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопает в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «Аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу

«Лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу) На три хлопка играющие возобновляют игру.

«Змейка»

По залу расставлены кегли в одну линию. Дети строятся в колонну друг за другом и по сигналу идут, обходя каждую кеглю, стараясь не уронить её. Выигрывает тот, кто правильно выполнит задание.

Подвижные игры способствуют развитию:

- спортивных навыков, координации движений;
- навыков балансирования;
- общей моторики;
- осознание схемы собственного тела;
- эмоционально-волевой сферы;
- концентрации внимания.

Рекомендации при подборе подвижных игр на развитие координации

- необходимо учитывать возрастные особенности детей, учитывать зоны ближнего и ближайшего развития;
- предлагая задание, необходимо учитывать, что актуальные и потенциальные возможности одного и того же ребенка могут различаться при выполнении разных типов заданий на занятиях;
- с целью избежания быстрого утомления, типичного для детей с ООП, целесообразно переключать детей с одного вида деятельности на другой, использовать разнообразные виды занятий;
- при смене видов деятельности или задания необходимо убедиться в том, что ребенок понял инструкции учителя;
- краткость и выразительность обращения (инструкции, просьбы, комментария, сообщения);
- заданное количество повторений, обращение в медленном темпе, с выделением пауз для ожидаемой реакции ребенка.

Особенности организации уроков адаптивной физической культуры учащихся с легкими нарушениями интеллекта

(из опыта работы Нургожина Серика Газизовича, учителя физической культуры специальной школы-интерната № 2 Северо-Казахстанской области)

Адаптивная физическая культура (далее АФК) – это вид физической культуры, которая, с одной стороны, адаптирована для людей с ООП (с двигательными, ментальными расстройствами и пр.), а, с другой стороны, она увеличивает возможность адаптации людей с отклонениями в здоровье к жизни в обществе. Целью АФК является коррекция физического развития учеников, отклонений соматического состояния и моторики, укрепление здоровья и закаливание детского организма, содействие правильному развитию, обучение двигательным умениям и навыкам [103].

Чтобы правильно выстроить педагогический процесс, выделить для реализации задачи образовательной деятельности, *необходимо на уроках АФК:*

- учитывать тяжесть и характер двигательных нарушений, особенности формирования двигательной сферы, возрастные и половые различия учащихся;
- следить за соответствием содержания и методов физического воспитания двигательным и функциональным возможностям учащихся с легкими нарушениями интеллекта;
- добиваться осмысления и выполнения учениками словесной инструкции;
- осуществлять физическое развитие с опорой на сохранные двигательные возможности;
- стремиться совершенствовать познавательную деятельность этих учащихся средствами физической культуры;
- осуществлять системный подход к реализации коррекционных задач: сочетать коррекцию двигательных нарушений, формирование двигательной сферы, развитие средствами физической культуры высших психических процессов.

Обучение происходит быстрее, если информация поступает одновременно с рецепторов зрительного, слухового и двигательного анализаторов. Двигательный образ становится ярче и быстрее запоминается занимающимся.

Поэтому методы и приемы должны активизировать все функции, участвующие в двигательной деятельности:

- одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения и выполнения;
- рисование фигуры человека для понимания структуры тела, функций суставов и основных мышечных групп;
- рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его;
- письменное описание одного упражнения с последующим разбором;
- выполнение упражнения только по словесной инструкции, только по показу.

Определенные требования предъявляются к непосредственному показу упражнений, он должен быть четким, грамотным и методически правильно организованным:

- упражнения, выполняемые во фронтальной плоскости, необходимо показывать, встав лицом к учащимся;
- упражнения, выполняемые в сагиттальной плоскости, необходимо демонстрировать, стоя боком;
- упражнения, выполняемые и во фронтальной, и в сагиттальной плоскости, целесообразно показывать дважды, стоя лицом, боком или полубоком;
- зеркальный показ необходим в тех случаях, когда упражнение содержит асимметричные движения;
- упражнения, выполняемые сидя или лежа, лучше показывать на возвышении, максимально концентрируя на себе внимание.

Урок, являясь основной формой занятий по адаптивной физической культуре, состоит из четырех основных частей: вводной, подготовительной, основной и заключительной [104]. На уроках АФК особое внимание уделяется обеспечению безопасности жизни и здоровья обучающихся. Уроки физической

культуры входят в группу особого риска, которая подвержена травматизму, т.к. урок физической культуры отличается от других высокой двигательной активностью, использованием различного спортивного оборудования, инвентаря. Проблеме соблюдения техники безопасности на уроках физической культуры, несомненно, отводится одно из важных мест в системе организации учебно-воспитательного процесса школьников.

1. Учителя АФК в своей практической деятельности по физическому воспитанию руководствуются инструкциями по технике безопасности, государственными актами и документами по охране труда, разработанными Министерством, и осуществляют контроль за соблюдением учащимися правил и инструкций по охране труда.

2. Учителя АФК несут ответственность за сохранность жизни и здоровья обучающихся воспитанников.

3. Учителя АФК проводят испытания гимнастических снарядов и оборудования; вносят предложения по улучшению условий проведения образовательного процесса; проводят с учащимися инструктажи по технике безопасности. При этом на уроках АФК соблюдаются принципы доступности, последовательности, соответствия даваемых упражнений и нагрузок учебной программы; проводятся разминки, увеличиваются и снижаются нагрузки, время отдыха при появлении у учащихся признаков утомления или наоборот; обеспечивают страховку при выполнении учащимися сложных технических элементов; следят за выполнением учащимися инструкций, правил поведения на уроке физкультуры.

На уроках АФК, при использовании разнообразного спортивного оборудования выполняем следующие правила: все действия учащихся по установке оборудования организовываем и осуществляем только в нашем присутствии; по окончании установки оборудования в рабочее положение необходимо обязательное опробование его снарядов. После установки снарядов в рабочее положение под каждый снаряд укладываем необходимое количество гимнастических матов. При выполнении учащимися физических упражнений на снарядах возле спортивного оборудования не допускаем каких-либо посторонних предметов. Осуществляем технический уход за спортивным оборудованием. Он заключается в систематическом контроле за целостностью элементов снарядов, узлов их креплений (по этому направлению составляем Акты испытания спортивных снарядов), а также в периодической смазке всех трущихся деталей (шарниры, подшипники и др.).

В целях безопасной работы на спортивных снарядах важное значение имеют физическая помощь, страховка и самостраховка учащихся на занятиях. Помощь заключается в физических усилиях, прилагаемых учителем или учащимся для правильного и успешного завершения части или всего изучаемого упражнения. К основным видам физической помощи относятся помощь «проводкой», поддержка «фиксаций», помощь подталкиванием. Например, опорный прыжок через гимнастический снаряд в случае падения учащийся должен вовремя сгруппироваться. Физическая помощь сводится к минимуму или прекращается

на уроках совершенствования физических упражнений, когда учащиеся выполняют их самостоятельно.

Учителя АФК учитывают: подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося; медицинскую группу, к которой учащиеся отнесены по результатам медицинского осмотра и диагностики учащихся.

Учитывая медицинский аспект, на уроках используем элементы здоровьесберегающих технологий, при которых выполняются как минимум 4 требования:

1. Учёт индивидуальных особенностей ребёнка.

2. Привитие знаний ребёнку в умении самостоятельно защищать себя от стрессов, обид, оскорблений, обучение его средствам психологической защиты.

3. Не допускать чрезмерной изнуряющей физической, эмоциональной, интеллектуальной нагрузки при освоении учебного материала.

4. Обеспечение подхода к образовательному процессу, который гарантировал бы поддержание только благоприятного морально-психологического климата в коллективе.

Большое значение на занятиях АФК в коррекционной школе имеет обеспечение индивидуального подхода. Индивидуальный подход является конкретизацией дифференцированного подхода, который обусловлен наличием вариативных типологических особенностей у обучающихся одной категории нарушений. Организовывается коррекционно-образовательный процесс, исходя из наличия в классе однородных по характеристикам групп. При этом учитываются: замедленная скорость приема и переработки сенсорной информации, недостаточность умственных операций и действий, низкая познавательная активность, слабость познавательных интересов, ограниченность знаний и представлений об окружающем, отставание в речевом развитии, несформированность произвольной регуляции поведения, недостатки моторики и координации движений.

При индивидуальном подходе во время урока используется предложенная А. А. Дмитриевым характеристика типологических групп учащихся вспомогательных школ по физическому развитию и двигательным способностям. Деление обучающихся на группы условно и подвижно [105].

Ученики 1-й группы (10-14% от общего количества учеников в классе) имеют физическое развитие и двигательные способности выше средних показателей учеников массовых школ. У них не наблюдаются соматические отклонения, быстрее других овладевают умениями и навыками, могут выполнять достаточно высокие физические нагрузки, легко их переносят и быстро после них восстанавливаются (организм достигает исходного состояния).

У учащихся 2-й группы (45-52%) как правило, среднее физическое развитие и уровень двигательной подготовленности. На уроках физкультуры они медленнее, чем ученики первой группы, овладевают двигательными умениями и навыками. Отмечаются сопутствующие основному дефекту соматические заболевания, нарушения осанки, стопы. Наблюдения показали, что они могут

выполнять достаточно высокие нагрузки, но по сравнению со школьниками первой группы несколько хуже их переносят, медленнее восстанавливаются.

Учащиеся 3-й группы (28-35%) характеризуются средним или ниже среднего уровнем физического развития и двигательных способностей, часто отмечается непропорциональность форм тела, они медленнее овладевают двигательными умениями и навыками, чем дети, отнесенные ко второй группе. Практически все страдают соматическими заболеваниями.

Ученики 4-й группы (4-10%) чаще всего обладают уровнем физического развития ниже среднего, могут овладеть лишь элементарными умениями и навыками. Наличие основного дефекта сопутствуют различные соматические заболевания, отмечаются энурез, ожирение, эписиндром, головные боли, головокружения.

Согласно этой дифференциации на группы, ученики из 1-й и 2-й групп могут быть отнесены в основную группу, ученики 3-й группы в подготовительную (медицинскую), ученики 4-й группы – в специальную (ЛФК). Основная группа включает в себя контингент учащихся с несложной формой нарушения интеллекта.

В начале года проводится диагностика, которая оказывает большую помощь в дифференцированном подходе к каждому ученику. Диагностика проводится в виде контрольных тестирования (прилагается). За основу берутся физические качества: сила, быстрота, выносливость, координация движений. Также совместно с медицинским работником школы проводим врачебно-педагогический контроль учащихся, где учитываются анатомические параметры: длина и масса тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, а также медицинские показатели: группа, хронические заболевания, заболевания в учебном году. Благодаря этим данным, узнаем кому из учащихся нужен индивидуальный подход при развитии тех или иных физических качеств. Например, на уроке спортивных игр, учащиеся учатся передавать мяч сверху двумя руками. Для того чтобы справиться с этим упражнением нужна хорошая координация. Зная, что у некоторых учащихся она развита плохо, работаем с ними индивидуально: даем им более простые упражнения. Например, имитация движения передачи мяча без предмета и т.д. По мере того, как они справляются с ними, усложняется задание для данных детей.

В конце учебного года проводится повторное тестирование (май) по тем же параметрам. Анализируются параметры начала и конца учебного года: причины ухудшения или улучшения показателей физического развития, если они есть. При проведении такого анализа причинами были: здоровье ребенка, возрастные физиологические изменения, системность посещения уроков, мотивация и интерес к занятиям АФК.

Интерес к занятиям физическими упражнениями служит действенным средством для овладения техническими элементами физической культуры. Используются приемы обучения: рассказ, показ, имитация движения, чтобы школьнику на уроке было интересно, и он смог проявить себя. Осуществляя компетентностный подход в обучении, применяются разнообразные способы

обучения: фронтальный, поточный, посменный, групповой, индивидуальный, командный, соревновательный.

Примеры, рекомендованные для использования при проведении уроков физической культуры с обучающимися с легкими нарушениями интеллекта

1. При проведении занятий по обучению детей бегу на короткие дистанции [106]

Задача 1. Ознакомить учащихся с техникой бега на короткие дистанции. Учитель пробегает необходимую дистанцию (30 и 60 м) с низкого старта и финиширует, а затем кратко объясняет, как нужно бегать, чем беговой шаг отличается от шага в ходьбе. Учащиеся пробегают 30-60 м с высокого и низкого старта.

Задача 2. Обучение технике бега по дистанции. Нужно обращать внимание на прямолинейность бега, на правильное положение туловища (осанку), свободные движения рук.

Задача 3. Обучение быстрому и полному отталкиванию, постановке ноги с носка и выносу бедра вверх-вперед.

Задача 4. Обучение финишированию. Учитель показывает, как нужно правильно финишировать, и объясняет, что правильно окончить бег – значит мобилизовать свои силы и пробежать последний отрезок дистанции еще быстрее. Необходимо с первых же занятий вырабатывать у детей правильные навыки.

Задача 5. Обучение бегу с низкого старта. Учитель демонстрирует бег со стартовых колодок (если они имеются в школе) или стартовых ямок, кратко объясняет, как расставлять стартовые колодки или как копать стартовые ямки.

Задача 6. Обучение бегу на скорость по дистанции. Проводится обучение бегу с ускорением на отрезках по 20- 30 м.

2. При проведении занятий по обучению детей эстафетному бегу

Задача 1. Ознакомление учащихся с эстафетным бегом по кругу. Проводится эстафета по кругу с ускоренными этапами – 15- 20 м.

Задача 2. Обучение передаче эстафетной палочки снизу. Здесь проводится обучение передаче эстафетной палочки на месте, в ходьбе и в медленном беге.

Задача 3. Повторение и закрепление полученных знаний в эстафетном беге и передаче эстафеты.

3. При обучении детей прыжкам в длину и в высоту с разбега

Могут быть использованы различные подскоки. Можно рекомендовать такие упражнения:

- подскоки на двух и на одной ноге, с ноги на ногу, через набивные мячи;
- подскоки на двух и на одной ноге с короткой и длинной скакалками;
- прыжки с места через препятствие доступной для детей высоты (чтобы дети не боялись);
- прыжки с доставанием рукой подвешенных предметов;
- прыжки через гимнастические скамейки «перешагиванием»;
- прыжки через планку (высотой 30-50 см) «перешагиванием» с 3-5 шагов;
- прыжки через планку с поворотами (после взлета) на 90, 120, 180 °;

- прыжки в глубину (с гимнастической скамейки);
- прыжки с подкидного мостика: вначале отталкиваясь двумя ногами, затем одной.

4. При обучении детей метанию

Предварительная подготовка к метанию проводится с помощью подводящих упражнений, которыми могут быть:

1. Броски баскетбольного мяча двумя руками и одной рукой снизу вверх-вперед, сбоку вперед (слева и справа), из-за головы. Упражнения выполняются из исходных положений: стоя лицом, боком (левым, правым) к направлению броска, из полуприседа. Важно обращать внимание учеников на выпрямление ног.

2. Броски баскетбольного, набивного мяча двумя руками из-за головы (правая нога отставлена назад). Учащиеся должны научиться выполнять бросок почти прямыми руками, делая заключительное движение кистью. Броски лучше производить через препятствие.

3. Броски теннисного мяча и других предметов поднятой вверх прямой рукой. Занимающиеся стоят лицом к направлению броска, правая нога отставлена назад. Необходимо, чтобы они выполняли заключительное движение кистью. В занятиях целесообразно применять метание теннисных мячей и других предметов в цели, расположенные на линии глаз, на высоте поднятой руки и выше (2-2,5 м), а также с разного расстояния (5-8 м и дальше).

4. Броски с места теннисных мячей на дальность и на высоту отскока мяча. Это упражнение можно выполнять и в соревновании. Для этого чертят поперечные линии (параллельно линии начала метания). Выигрывает тот ученик, у которого мяч после броска в щит отскочит дальше от линии метания.

5. Метание теннисного мяча в указанную цель. В этом упражнении лучше стоять вполборота или левым боком в сторону метания.

6. Метание малых мячей с места рукой, отведенной назад на уровне плеча.

5. При обучении детей лыжной подготовке

Начиная проводить уроки по лыжной подготовке, учитель должен предложить несколько простейших упражнений для овладения так называемым чувством снега [106].

1. Стоя на месте – поднятие носков и пяток лыж.
2. Поднятие и перестановка носков лыж в сторону.
3. Поднятие согнутой ноги, отрывая пятки, затем – носков лыж.
4. Поднятие согнутой ноги, лыжа – горизонтально.
5. Прыжки на месте, перенос веса тела с ноги на ногу.
6. Приставные шаги в сторону.

Эти упражнения выполняются несколько раз с опорой и без опоры на палки.

6. При обучении детей акробатическим упражнениям

Примерная последовательность для детей с интеллектуальными нарушениями при обучении их данным акробатическим упражнениям может быть такой:

- упор присев, кувырок вперед ноги скрестно, встать с поворотом кругом; прыжок вверх, приземляясь, выполнить кувырок вперед;
- из упора присев – кувырок вперед, заканчивая его – прыжок вверх;
- захватив одну ногу ниже колена, шагом вперед выполнить кувырок вперед до упора присев;
- из упора стоя ноги врозь кувырок вперед, опираясь одной рукой о мат на средней линии по отношению к положению ног, другая рука на поясе;
- кувырок вперед в длину; этот кувырок можно предлагать тем школьникам, которые хорошо усвоили обычный кувырок вперед. Чтобы безопасно сделать кувырок вперед в длину, необходимо уметь правильно выполнять толчок ногами (точно вперед) и согласовывать момент приземления на руки с плотной группировкой; в ином случае возможны нежелательные удары головой и спиной о маты.

Наиболее сложный для детей с интеллектуальными нарушениями – это кувырок вперед без опоры руками (для наиболее подготовленных школьников); этот кувырок вначале выполняется с места или двух-трех шагов из исходного положения «руки в стороны».

7. Обучение спортивным и подвижным играм

В программу по АФК для учащихся с легкими нарушениями интеллекта включены различные подвижные и спортивные игры. При подборе игр надо ориентироваться, прежде всего, на интеллект учащихся, нарушения их физического развития и двигательных способностей, физическую подготовленность, условия и возможности проведенных игр. В 1-3-х классах проводится коррекционная работа со школьниками в виде передач мяча из рук в руки, перекачивания его на полу в парах, по кругу, ловли его [107]. В четвертом или пятом классе, когда умение и навыки обращения с мячом достаточно освоены, целесообразно переходить к игре пионербол. В программу АФК с 5 по 6 класс включены спортивные игры: мини-футбол, настольный теннис, флорбол. С 7-го класса в программу входят еще волейбол, баскетбол, бадминтон. В зависимости от материальной базы и условий спортивных баз школы программный материал по спортивным играм (по выбору) может увеличиться или уменьшиться за счет сокращения или увеличения времени на разные виды программного материала [103].

Следует заметить, что принципиальных различий в методике обучения и использования спортивных и подвижных игр нет, так как ученик с интеллектуальным нарушением и спортивную игру, т.е. игру с мячом, воспринимает как подвижную. Конечно, возможности воздействия подвижных игр на ученика в известной мере ограничены, так как в них меньше движений, чем в спортивных, в которых одновременно есть и бег, и прыжки, и броски мяча, передача его, ловля и другие движения, но дети с интеллектуальными нарушениями все равно обучаются и играют по упрощенным правилам спортивных игр. Например, при игре в баскетбол они делают пробежку, не понимают многих судейских жестов и т.д., поэтому большого различия в

методике использования подвижных и спортивных игр нет, в силу этих причин в программе они объединены в один раздел – игры.

Таким образом, главное требование ко всей работе учителя АФК – дифференцированный подход к учащимся разного пола и возраста, учет состояния здоровья детей, выявление степени физического развития и уровня. Если для здорового человека физические упражнения – средство активного развития и телесного самосовершенствования, то для детей с легкими нарушениями интеллекта это одно из основных средств устранения отклонений в двигательной сфере, физического развития, укрепления здоровья, адаптация в социуме [108].

В Приложениях 1, 2, 3 приводится пример долгосрочного планирования по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с легкими нарушениями интеллекта 5 «А» класса по обновленному содержанию», методические рекомендации «Коррекция основных нарушений у детей с умственной отсталостью» [108], протоколы наблюдения за уровнем овладения техникой ходьбы и бега.

Рекомендации для учителей и тренеров АФК по проведению адаптивного хоккея для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата для коррекции нарушений осанки на тренировочных занятиях
(из опыта работы Конкулова Коргана Какимжановича, учителя адаптивной физической культуры Кабинета психолого-педагогической коррекции № 1 г. Астана)

Следж-хоккей – новый вид спорта в нашей стране, который динамично развивается на сегодняшний день в Казахстане. Казахстанские пара-спортсмены хорошо себя зарекомендовали на мировом уровне, так как за два года вошли в топ 14 лучших команд мира и находятся в В- POOL в мировом рейтинге. После этих побед в регионах появились очень много желающих детей, которые проявили желание заниматься этим видом адаптивного спорта, что будет способствовать их интеграции и социализации в обществе.

В Казахстане имеется небольшой опыт занятий детей г. Астаны, г. Костанай и г. Рудный Костанайской области следж-хоккеем на благотворительных марафонах «Подари вторую жизнь».

Следж-хоккей – это игровой командный вид спорта для людей с НОДА, при котором стимулируются двигательные функции, что активизирует психо – эмоциональный фон людей. Игроки перемещаются по льду на специальных следж–санях и используют особые клюшки с одного конца имеются металлические зазубренности, чтобы отталкиваться, а с другого конца перо для ведения и подачи шайбы, количество клюшек две штуки на каждую руку.

По данным единичных исследований, спортсмены с НОДА всегда имеют вторичную патологию в виде нарушения осанки, чаще всего проявляющаяся сутулой и ассиметричной спиной. Это во многом связано с укорочением одной конечности или пареза или отсутствием нижней конечности [109].

С целью теоретического и экспериментального обоснования методики коррекции нарушения осанки у хоккеистов с НОДА учителем адаптивной

физической культуры Конкуловым К. К. проведено научное исследование, по итогам которого получены следующие выводы и разработаны следующие рекомендации:

Методы и средства коррекции нарушений осанки

Основным средством, способным поддерживать правильную осанку и исправлять ее нарушения, является корригирующая гимнастика. Специально подобранная адаптивно измененная гимнастика профессора Бубновского С.М. (табл.12), это очень эффективный комплекс упражнения на осанку и коррекцию позвоночника и наиболее лучшими из них являются те, при которых возможна максимальная нагрузка позвоночника по оси и исключается влияние на тонус мышц, определяющих угол наклона таза [110].

Таблица 12. Упражнения по методике С.М. Бубновского, применяемые на внутренировочных занятиях у хоккеистов с НОДА

Отдел позвоночника	Упражнения	Методические указания
Шейный	Поднимание и опускание плеч с усилием в крайних точках	спина должна быть прямой и расслабленной
	Повороты головы в каждую сторону	
	Наклоны головы поочередно к правому и левому плечу	не допускается растяжение шеи и поднятия плеча
	наклоны головы вперед	подбородок тянется к груди
	наклоны головы назад	понять подбородок
	втягивание шеи и подбородка вперед	
Грудной	Сидя. Ноги на уровне плеч, руки свободны. Сделать вдох — приподнять плечи с согнутыми локтями. Выдох — медленно опустить.	Упражнение адаптировано под спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата.
	Согнуть локти и положить ладони себе на плечи. Вдох — вытянуть локти вперед, выдох — исходное положение;	
	Сидя. Вдох. Завести левую руку за спину, а правую перекинуть через правое плечо назад и сжать левую руку в запястье. Выдох – исходное положение	
	Завести руки за спину, соединить ладони так, чтобы большие пальцы располагались параллельно позвоночнику. Вдох – прижимать ладони к позвонкам, сдвинуть вниз. Выдох — исходное положение;	
	Наклоняясь вперед, следует вытянуть мышцы спины, удерживаясь в таком положении секунд.	Упражнение направлено на растяжение и расслабление мышцы спины.

Поясничный	лежа на спине. Поднять руки за голову. Согнуть ноги, раздвинуть колени. Вдох – приподняться вверх, выдох – опуститься	Темп медленный, упражнения выполняются с дыханием.
	лежа на спине. Вдох – приподнять таз, сдвинуть коленные суставы. Выдох – опуститься	
	Лежа на боку. Опереться рукой (находящейся со стороны пола) на пол. Вдох. Подтянуть колени к грудному отделу. Выдох – исходное положение	
	лежа на животе. Вытянуть руки вперед, ладони — на пол. Поднять одновременно правую руку и левую ногу, задерживая на 5 секунд вверх, расслабление внизу – 10 секунд. Аналогично с противоположными конечностями. Поочередно выполнять по восемь раз.	

Важно знать, что мышцы восстанавливаются в любом возрасте, при создании условий для их правильной работы, а не пассивном отдыхе. Упражнения, исключая осевую нагрузку на позвоночник и суставы, используются в методике Бубновского.

Эффективность применения специальных упражнений во многом зависит от исходных положений. Наиболее эффективными для развития мышц корсета и устранения дефектов осанки являются такие, при которых нагрузка на позвоночник по оси и влияние угла наклона таза на тонус мышц минимальны. В таблице 13 представлены некоторые специальные физические упражнения при различных видах нарушений осанки [111].

Таблица 13. Примеры специальных упражнений, направленных на коррекцию различных видов нарушений осанки

Вид нарушения осанки	Характеристика	Примеры специальных упражнений
Круглая спина	увеличение кифоза, сглаженность поясничного лордоза, наклон головы вперед, опускание и сведение плеч вперед, лопатки не прилегают к спине.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лежа на животе, руки вверх, ноги прямые. одновременно приподнять руки и ноги вверх и назад ➤ Тоже, но руки «крылышками» ➤ Тоже, но «руки сцеплены со спины прямые»
Кругловогнутая спина	увеличение всех изгибов позвоночника.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ лежа на спине, руки вдоль тела. Велосипедные движения ногами. ➤ стоя, палка на лопатках. Наклониться вперед, вытянув руки вверх (вынести палку); вернуться в и.п. ➤ лежа на животе, под животом валик, руки «крылышками» приподнять верхнеплечевой пояс, свети лопатки.
Плоская спина	довольно редкий тип нарушения осанки, сопровождающийся сглаживанием физиологических	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лежа на животе под грудь валик. Руки прямые в замок, поднять вверх, опустить.

	изгибов позвоночного столба. При сглаживании поясничного отдела нарушается способность тела сохранять вертикальное положение, человек вынужден сгибать суставы ног во время ходьбы, стояния, отмечаются болевые ощущения в спине и суставах.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Лежа на спине. Руки вперед прямые, потянуться вперед, голову наклонить вперед. ➤ Лежа на спине, колени к груди, обхватить руками, голову прижать к груди покачаться.
Плоскостопная	уменьшение грудного кифоза, увеличение поясничного лордоза, узкая грудная клетка, слабость мышц живота.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ стоя, палка в опущенных руках. Присесть, вытянув руки вперед; вернуться и.п. ➤ лежа на спине, на наклонной плоскости, взявшись руками за рейку гимнастической стенки. Согнуть ноги, подтянуть к животу, выдох; выпрямить – вдох. ➤ лежа на спине, руки в стороны. Вытянуть руки вперед, поднять левую ногу и коснуться руки, затем правую ногу

Очень важно применение специальных корригирующих упражнений, которые позволяют компенсировать и предотвращать физиологическую искривления осанки [112].

Следж-хоккей относится к командным играм для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Такие спортсмены имеют вторичные нарушения костно-мышечной системы, которые зачастую, вызывают нарушения осанки. В свою очередь, это состояние ухудшает функционирование органов грудной и брюшной полости, особенно сказываясь на кардио-респираторной системе. Также при нарушениях осанки ухудшается гибкость координация, быстрота, необходимые для успешного ведения игровой деятельности.

Тренировочные занятия по следж-хоккею положительно влияют на здоровье людей с ограниченными возможностями. Они повышают функциональные резервы и защитные механизмы организма.

Выводы

1. В научно-методической литературе освещены общие вопросы организации тренировочных занятий по следж-хоккею, при этом практически отсутствуют данные о коррекции нарушений осанки у хоккеистов с поражением опорно-двигательного аппарата.

2. Методика коррекции нарушений осанки у хоккеистов с поражением опорно-двигательного аппарата включает упражнения при нарушениях осанки по методу С.М. Бубновского, корригирующие упражнения во время тренировочных занятий, правильную посадку в следж-санях.

3. Разработанная методика коррекции нарушений осанки на тренировочных занятиях по следж-хоккею положительно влияет на общую физическую

подготовленность, улучшает состояние осанки хоккеистов с поражением опорно-двигательного аппарата, о чем свидетельствует достоверное ($p \leq 0,05$) увеличение количества раз на подтягивание, удержание верхнего отдела туловища, разница треугольников талии и плечевой индекс.

Практические рекомендации

Нарушение осанки можно исправить с помощью специальных дополнительных корригирующих упражнений и подготовительных упражнений перед основной тренировкой. Проводилось дополнительное внутренировочное занятие 2 раза в неделю по 60 мин. Проводились физические упражнения по методике С. М. Бубновского. Они были направлены на укрепление мышечного корсета, улучшению гибкости позвоночника последовательно и изолированно в каждом отделе. Некоторые упражнения необходимо модифицировать в соответствии с особенностями опорно-двигательного аппарата спортсменов.

Корригирующие упражнения необходимо включать в тренировочные занятия, соответственно с программой подбиралось средство тренировочных занятий и дополнительно включались упражнения направленные на коррекцию нарушения осанки. В подготовительной части необходимо выполнять симметричные корригирующие упражнения силовой направленности, в основной упражнения на растягивание, имеющие корригирующий эффект, в заключительной части на восстановление дыхания, на растягивание.

При посадке в следж-санях рекомендуется, во-первых, подготовить и привести в тонус парезную конечность или культю. Во-вторых, садиться нужно симметрично одинаково с обеих сторон. Копчиково-крестцовый отдел максимально прижать к спинке следж-саней со стороны парезной или культя конечности. В-третьих, держать пораженную конечность в напряжении для симметричности осанки. Удобной также должна быть высота сидения от льда.

Представленные рекомендации из опыта работы учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных и специальных организациях образования РК, анализ нормативной правовой базы и содержания учебной программы по предмету «Физическая культура» позволяют выработать следующие **рекомендации для учителей физической культуры, работающих в условиях инклюзивного образования:**

- Руководствоваться нормативными документами по реализации предмета «Физическая культура» (*Сравнительная таблица по международному опыту по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей*).

- Использовать передовой международный опыт по преподаванию предмета «Физическая культура», в т.ч., опыт, указанный в Разделе № 1 методических рекомендаций (*Сравнительная таблица по международному опыту по*

организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей) в части содержания учебных программ, особенностей оценивания, методов и технологий работы с детьми с ООП на занятиях по физическому воспитанию, результаты прикладных научных исследований.

- Владеть классификацией детей с ООП (*Приказ МОН РК № 12 января 2022 года № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования»*) [113].

- Владеть навыками выявления особых образовательных потребностей обучающихся на уроке физической культуры (*Приказ МОН РК от 12 января 2022 года № 4 «Об утверждении Правил оценки особых образовательных потребностей»*) [114].

- Участвовать в процессе психолого-педагогического сопровождения обучающихся (*Приказ МОН РК № 12.01.2022 года № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования»*) 6 [113].

- Поддерживать тесную связь с классными руководителями, учителями-предметниками, специалистами службы психолого-педагогического сопровождения, родителями (*Приказ МОН РК № 12 января 2022 года № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования»*) [113].

- Адаптировать содержание учебной программы для создания комфортной инклюзивной образовательной среды в соответствии с индивидуальными особенностями развития и потенциальными возможностями всех обучающихся (*Закон РК «Об образовании»*) [115].

- Применять дифференцированный подход к обучению с целью обеспечения обучающихся с ООП условий для максимального развития их способностей, склонностей, удовлетворения познавательных потребностей и интересов в процессе усвоения содержания программы (*приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 18 марта 2008 года № 125 «Об утверждении Типовых правил проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования»*) [74].

- При оценивании обучающихся с ООП использовать дифференцированные и/или индивидуальные задания, а также вносить изменения в критерии оценивания с учетом особенностей обучающегося, в том числе при реализации индивидуальных учебных программ (*приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 18 марта 2008 года № 125 «Об утверждении Типовых правил проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования»*) [74].

- Обеспечить обучение обучающихся и воспитанников с ослабленным здоровьем в СМГ и группах ЛФК; использовать средства адаптивной физической

культуры и спорта при организации обучения обучающихся и воспитанников с ограниченными физическими возможностями [68].

- Участвовать в непрерывном процессе повышения квалификации по содержанию предмета, по применению средств адаптивной физической культуры и спорта; по выявлению особых образовательных потребностей, по адаптации учебных программ, по оцениванию обучающихся с ООП, по реализации принципов инклюзивности и доступности, применению принципов универсального дизайна в обучении и принципов инклюзивной педагогики;

- Сотрудничать с педагогами специальных организаций образования (*специальные школы, кабинеты психолого-педагогической коррекции, реабилитационные центры*) в части обмена опытом по применению методов и технологий работы с детьми с ООП.

- Сотрудничать с общественными организациями, организациями дополнительного образования и другими стейкхолдерами по вопросам организации физической культуры и спорта для детей с ООП.

- Модернизировать физическую среду с целью ее максимальной доступности для ребенка с ООП [59].

- Способствовать формированию инклюзивной культуры у родителей обучающихся, в т. ч., обучающихся с ООП, в т. ч., по формировании толерантного отношения к совместному обучению обучающихся с ООП в инклюзивной среде.

- Использовать положительный опыт работы учителей физической культуры, работающих в общеобразовательных и специальных организациях по применению методов и технологий проведения занятий по физической (адаптивной) культуре с обучающимися с ООП.

- Содействовать открытию адаптивных секций спорта в организациях образования.

- Транслировать результаты достижений обучающихся, в т.ч., обучающихся с ООП, в спорте в СМИ, социальных сетях с целью популяризации адаптивных видов спорта и формирования инклюзивной культуры в обществе.

- Распространять положительный опыт работы по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования в научных публикациях, на семинарах, конференциях.

Заключение

Изучив международный опыт стран по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей, можно сделать вывод, что качество реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования, в первую очередь, зависит от национальной политики страны по реализации физического воспитания и спорта.

В соответствии Законом РК от 3 июля 2014 года № 228-V ЗРК «О физической культуре и спорте» (ст.1) адаптивная физическая культура и спорт – «комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде лиц с инвалидностью, преодоление ими психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также осознание необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества». Данным Законом определено, что для обучающихся с ограниченными физическими возможностями занятия должны проходить с использованием средств адаптивной физической культуры и спорта (ст.15).

Физическое воспитание должно быть признано основой для инклюзивного гражданского участия на протяжении всей жизни. Инклюзивные методики должны находиться в центре как политики, так и практики качественной организации и проведения уроков физической культуры. Стратегии государственной политики, направленные на содействие интеграции и повышение общей осведомленности о ценностях физического воспитания, должны быть разработаны и использованы для распространения принципов и практики инклюзивных методик в рамках физического воспитания.

В дополнение к этому требуется гибкий подход к организации школы и оценке обучающихся. Такая гибкость позволяет развивать более инклюзивную педагогику, смещая акцент с педагога на ребенка и применяя более разнообразные стили обучения.

Учебные программы по физическому воспитанию должны основываться на представлении о том, что приобретенные знания, навыки и понимание способствуют достижению физической грамотности и являются частью хорошо структурированной программы качественного физического воспитания, охватывающей период от образования в раннем детстве до уровня старших классов средней школы. Необходимо подчеркнуть, что, реализуя принципы инклюзивности и социальной направленности на уроках физической культуры, педагоги не только формируют здоровый образ жизни у обучающихся, но также способствуют развитию их коммуникативных качеств, повышению самооценки у обучающихся с особыми образовательными потребностями и их дальнейшей социализации в обществе.

Доступные и гибкие учебные планы, программы, оборудование и учебные материалы могут послужить ключом к созданию инклюзивных школ. Кроме того, для внедрения инклюзивных учебных программ особенно важным является наличие подготовленных специалистов. Также, необходимо, чтобы учителя

имели полное и точное представление о потребностях всех обучающихся, чтобы они могли использовать целый ряд навыков, способствующих достижению результатов.

Успех физического воспитания, направленного на включение всех обучающихся, как показывает международный и отечественный опыт, помимо учёта принципов инклюзивности и социальной направленности, зависит также от сотрудничества всех участников общеобразовательного процесса: учителей-предметников, классных руководителей, службы психолого-педагогического сопровождения, родителей, обучающихся, педагогов дополнительного образования и других заинтересованных стейкхолдеров. Для реализации принципов инклюзивности и доступности учителям физической культуры рекомендуется на постоянной основе повышать свою профессиональную компетентность (в т.ч. по адаптивной физической культуре и инклюзивной педагогике), сотрудничать с педагогами специальных организаций образования, имеющих опыт работы с детьми с ООП, вовлекать родителей в совместные занятия спортом, взаимодействовать с общественными организациями, ведущими пропаганду здорового образа жизни и спорта, в т.ч., для детей с ООП, применять результаты передовых научных исследований в сфере физического воспитания и инклюзивного образования.

Список использованной литературы

1. U.S. Department of Health and Human Services. (2008). 2008 physical activity guidelines for Americans. Washington, DC: Author.
2. Centers for Disease Control and Prevention. (2014). National framework for physical activity and physical education. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services.
3. National Physical Activity Plan Alliance. (2010). National physical activity plan. Retrieved from <http://www.physicalactivityplan.org./theplan.php>
4. Centers for Disease Control and Prevention. (2013). Comprehensive school physical activity programs: A guide for schools. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services.
5. SHAPE America. (2015). The essential components of physical education. Reston, VA: Author.
6. SHAPE America. (2014). National standards & grade-level outcomes for K-12 physical education. Champaign, IL: Human Kinetics.
7. SHAPE America. (2013). National Standards for K-12 Physical Education. Reston, VA: Author.
8. Graham, G., Holt/Hale, S.A., & Parker, M. (2003). Children moving: A reflective approach to teaching physical education, 6th Ed. New York, NY: McGraw-Hill.
9. Centers for Disease Control and Prevention. [School health guidelines to promote healthy eating and physical activity]. MMWR 2011; 60 (No. RR-#): <http://www.cdc.gov/mmwr/pdf/rr/rr6005.pdf>; citation on pg ii (2 of 80)
10. https://www.cdc.gov/healthyschools/physicalactivity/inclusion_pepa.htm
11. Education Secretary's letter to the Chair of the Youth Sport Trust, October 2010; New approach for school sports: decentralising power, incentivising competition, trusting teachers, Department for Education, 20 December 2010.
12. Long R, Roberts N. Physical education, physical activity and sport in schools. Commons Library Research Briefing, 17 March 2022. Retrieved from: <https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/sn06836/>
13. Academies Act 2010.
14. Department for Education, National curriculum in England: physical education programmes of study, September 2013; HC Deb 28 June 2011 c 763-4W.
15. David Haycock & Andy Smith (2011) Still 'more of the same for the more able?' Including young disabled people and pupils with special educational needs in extra-curricular physical education, Sport, Education and Society, 16:4, 507-526, DOI:10.1080/13573322.2011.589647
16. Penney, D. & Harris, J. (1997) Extra-curricular physical education: more of the same for the more able?, Sport Education and Society, 2(1), 41-54.
17. Physical Education in Scotland in the 21-st century. Position paper. Retrieved from: https://www.afpe.org.uk/physical-education/wp-content/uploads/scotland_position_paper.pdf
18. Scottish Government (2004a) A Curriculum for Excellence. Edinburgh: Scottish Government, The Curriculum Review Group.
19. Gray, S., MacLean, J., & Mulholland, R. (2012). Physical education within the Scottish context: A matter of policy. European Physical Education Review, 18(2), 258–272. <https://doi.org/10.1177/1356336X12440019>
20. Scottish Executive (2004c) A Curriculum for Excellence. Edinburgh: Scottish Government, The Curriculum Review Group.

21. Improving Scottish Education. HM Inspectors of Education 2006. A portrait of current practice in Scottish schools and pre-school centres. Retrieved from: <https://dera.ioe.ac.uk/7545/1/pepcp.pdf>.
22. European Education and Culture Executive Agency (EACEA). National Policies Platform. Retrieved from: <https://national-policies.eacea.ec.europa.eu/youthwiki/chapters/finland/73-sport-youth-fitness-and-physical-activity>
23. Mihajlovic C, Meier S. Including students with special educational needs in physical education: An analysis of the current Finnish national core curriculum. *The Curriculum Journal*. 2022, 33 (2), pp. 279–296.
24. Price, D., & Slee, R. (2021). An Australian Curriculum that includes diverse learners: The case of students with disability. *Curriculum Perspectives*, 41, 71–81. <https://doi.org/10.1007/s41297-021-00134-8>
25. Giese, M., & Ruin, S. (2018). Forgotten bodies –An examination of physical education from the perspective of ableism. *Sport in Society*, 21(1), 152–165. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225857>
26. Finnish National Board of Education [FNBE]. (2016). National Core Curriculum for Basic Education 2014. National core curriculum for basic education intended for pupils in compulsory education. Finnish National Board of Education.
27. Meier, S., Raab, A., Höger, B., & Diketmüller, R. (2021). «Same, same, but different?!» Investigating diversity issues in the current Austrian National Curriculum for Physical Education. *European Physical Education Review*, 28(1), 169–185. <https://doi.org/10.1177/1356336X211027072>
28. Paveling, B., Vidovich, L., & Oakley, G. (2019). Global to local tensions in the production and enactment of physical education curriculum policy reforms. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 10(2), 141–155. <https://doi.org/10.1080/25742981.2019.1583066>
29. Valle, J. D., & Connor, D. J. (2011). Rethinking disability. A disability studies approach to inclusive practices.
30. Tant, M., & Watelain, E. (2016). Forty years later, a systematic literature review on inclusion in physical education (1975–2015): A teacher perspective. *Educational Research Review*, 19, 1–17. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2016.04.002>
31. Ruin, S., & Meier, S. (2017). Body and performance in (inclusive) PE settings -An examination of teacher attitudes. *International Journal of Physical Education*, 54(3), 11–23
32. Giese, M., & Buchner, T. (2019). Ableism als sensibilisierende Folie zur (Selbst-)Reflexion sportunterrichtlicher Angebote. *Sportunterricht*, 68(4), 153–158.
33. Mihajlovic, C. (2019). Towards inclusive education? An analysis of the current physical education curriculum in Finland from the perspective of ableism. *International Journal of Physical Education*, 2019 (4), 29–40.
34. Meier, S., Raab, A., Höger, B., & Diketmüller, R. (2021). «Same, same, but different?!» Investigating diversity issues in the current Austrian National Curriculum for Physical Education. *European Physical Education Review*, 28(1), 169–185. <https://doi.org/10.1177/1356336X211027072>
35. Haapaniemi, J., Venäläinen, S., Malin, A., & Palojoki, P. (2020). Teacher autonomy and collaboration as part of integrative teaching: Reflections on the curriculum approach in Finland. *Journal of Curriculum Studies*. <https://doi.org/10.1080/00220272.2020.1759145>
36. Annerstedt, C. (2008). Physical education in Scandinavia with a focus on Sweden: A comparative perspective. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 13(4), 303–318. <https://doi.org/10.1080/17408980802353347>
37. Yli-Piipari, S. (2014). Physical education curriculum reform in Finland. *Quest*, 66(4), 468–484. <https://doi.org/10.1080/00336297.2014.948688>

38. Hakala, L., & Kujala, T. (2015). The ethos of sport as a silent partner in PE curricula. *World Studies in Education*, 16(2), 69–80. <https://doi.org/10.7459/wse/16.2.07>
39. Hakala, L., & Kujala, T. (2021). A touchstone of Finnish curriculum thought and core curriculum for basic education: Reviewing the current situation and imagining the future. *Prospects*, 51(1-3), 473–487. <https://doi.org/10.1007/s11125-020-09533-7>
40. Ruin, S., & Stibbe, G. (2020). Health-oriented ‘Bildung’ or an obligation to a healthy lifestyle? A critical analysis of current PE curricula in Germany. *The Curriculum Journal*, 32 (1), 136–151. <https://doi.org/10.1002/curj.92>
41. Mihajlovic, C. (2019). Towards inclusive education? An analysis of the current physical education curriculum in Finland from the perspective of ableism. *International Journal of Physical Education*, 2019 (4), 29–40.
42. Pill, S., & Stolz, S. (2015). Exploring secondary physical education teachers' conceptualisation of physical education. In Edited proceedings of the 29th ACHPER International Conference (pp. 23–32). Adelaide.
43. Kangas, J., Harju-Luukkainen, H., Brotherus, A., Gearon, L. F., & Kuusisto, A. (2020). Outlining play and playful learning in Finland and Brazil: A content analysis of early childhood education policy documents.
44. Contemporary Issues in Early Childhood. <https://doi.org/10.1177/1463949120966104>
45. Physical Education Teaching & Learning syllabus (Primary, Secondary & Pre-University). Retrieved from: <https://libris.nie.edu.sg/node/3840>
46. The official website of the Ministry of Education of Singapore. Retrieved from: <https://www.moe.gov.sg/special-educational-needs/school-support/secondary-schools>
47. Li, C., Haegele, J. A., McKay, C., & Wang, L. (2022). Including students with physical disabilities in physical education in Singapore: Perspectives of peers without disabilities. *European Physical Education Review*, 28(1), 137–150. <https://doi.org/10.1177/1356336X211025871>
48. Федеральные государственные образовательные стандарты. URL: <https://fgos.ru/>
49. ФГОС Начальное общее образование. URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-noo/>
50. ФГОС Основное общее образование. URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-ooo/>
51. ФГОС Среднее общее образование. URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-soo/>
52. ФГОС Начальное общее образование обучающихся (обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья) URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-1598/>
53. ФГОС Образование обучающихся с умственной отсталостью. URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-1599/>
54. Приказ Минобрнауки РФ от 9 марта 2004 г. N 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования" (с изменениями и дополнениями) <https://base.garant.ru/6149681/>
55. Леньшина, М. В. Классификация образовательных программ по физической культуре школьников в соответствии с их назначением / М. В. Леньшина, Г. Н. Германов, Р. И. Андрианова // Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе : Сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции, Воронеж, 09–10 октября 2017 года / Под редакцией Г. В. Бугаева, О. Н. Савинковой. – Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2017. – С. 102-108. – EDN YOWVFG.
56. Федоров В. Г., Федоров А. В., Лобанов В. Ю. Ценностные приоритеты физической культуры в системном педагогическом процессе общеобразовательной школы // Ученые записки университета Лесгафта. 2016. №2 (132). URL:

<https://cyberleninka.ru/article/n/tsennostnye-prioritety-fizicheskoy-kultury-v-sistemnom-pedagogicheskom-protsesse-obscheobrazovatelnoy-shkoly> (дата обращения: 20.02.2023).

57. Карягина Н. В., Гунажоков И. К., Коджешау М. К. Инклюзивное образование на уроках физической культуры. Стр. 152-156.

58. Е.И. Шеенко, Н.Н. Рыжкова. Анализ затруднений педагогов в процессе физического воспитания обучающихся в инклюзивных условиях. *Человек. Спорт. Медицина*. 2021. Т. 21, № S1. С. 45–52.

59. Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 22 января 2016 года № 70 «Об утверждении норм оснащения оборудованием и мебелью организаций дошкольного, среднего образования, а также специальных организаций образования» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 07.06.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1600013272>

60. Булич Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учеб. пособие для сред. спец. учеб. заведений. М. : Высш. шк., 1986. 254 с

61. Winter, E.C. Preparing new teachers for inclusive schools and classrooms / E.C. Winter // Support for Learning. – 2006. – Vol. 21 (2). – P. 85–91.

62. Forlin, C. Teacher preparation for inclusive education: Increasing knowledge but raising concerns / C. Forlin, D.J. Chambers // Asia-Pacific Journal of Teacher Education. – February, 2011. – Vol. 39, no. 1. – P. 17–32. DOI: 10.1080/1359866X.2010.540850

63. Романовская, И.А. Развитие инклюзивной компетентности учителя в процессе повышения квалификации / И.А. Романовская, И.Н. Хафизуллина // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4. – <http://science-education.ru/ru/article/view?id=14333> (дата обращения: 03.04.2020)

64. Черкасова, С.А. Опыт формирования готовности студентов-психологов к работе в системе инклюзивного образования / С.А. Черкасова, А.В. Лобанова // Междунар. науч. журнал «Мир науки, культуры, образования». – 2014. – № 2 (45). – С. 173–176

65. Алехина, С.В. К вопросу психологической готовности учителя к включающему образованию / С.В. Алехина // Инклюзивное образование: теория и практика: сб. материалов междунар. науч.-практ. конф./отв. ред.: О.Ю. Бухаренкова, И.А. Телина, Т.В. Тимохина. – Орехово-Зуево: ПГТУ, 2016. – С. 16–20.

66. Е.Н. Российская, Л. А. Гаранина, Т. Г. Зубарева, Н. А. Полякова. Подготовка специалистов-консультантов по развитию инклюзивного образования в регионе// Дефектологическая наука – практике: материалы I Всероссийского съезда дефектологов. – 2016. – С. 237

67. Klavina, A. The Effect of Peer Tutoring in Physical Education for Middle School Students with Severe Disabilities / A. Klavina, K. Rodionova // European Journal of Adapted Physical Activity. – 2015. – Vol. 8, no. 2. – P. 3–17. DOI: 10.5507/euj.2015.005

68. Закон Республики Казахстан от 3 июля 2014 года № 228-V ЗРК. О физической культуре и спорте (с изменениями и дополнениями по сост. на 27.06.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z1400000228>

69. Указ Президента Республики Казахстан от 11 января 2016 года № 168 «Об утверждении Концепции развития физической культуры и спорта Республики Казахстан до 2025 года» (с изменениями и дополнениями по сост. на 15.09.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/U1600000168>

70. Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348 «Об утверждении государственных общеобязательных стандартов дошкольного воспитания и обучения, начального, основного среднего и общего среднего, технического и

профессионального, послесреднего образования» (с изменениями и дополнениями по сост. на 23.09.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029031>

71. Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 16 сентября 2022 года № 399 «Об утверждении типовых учебных программ по общеобразовательным предметам и курсам по выбору уровней начального, основного среднего и общего среднего образования» (с изменениями и дополнениями по сост. на 21.11.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029767>

72. Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 31 августа 2022 года № 385 «Об утверждении Типовых правил деятельности организаций дошкольного, начального, основного среднего, общего среднего, технического и профессионального, послесреднего образования, специализированных, специальных, организациях образования для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, организациях дополнительного образования для детей и взрослых» (с изменениями и дополнениями по сост. на 22.12.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200029329>

73. Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 ноября 2012 года № 500 «Об утверждении типовых учебных планов начального, основного среднего, общего среднего образования Республики Казахстан» (с изменениями и дополнениями по сост. на 30.09.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V1200008170>

74. Приказ Министра образования и науки Республики Казахстан от 18 марта 2008 года № 125 «Об утверждении Типовых правил проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся для организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования». (с изменениями и дополнениями по сост. на 01.09.2022 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V080005191>

75. Quality physical education (QPE). Guidelines for policy-makers. UNESCO.2015. Retrieved from: <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/sites/default/files/learning/document/2017/1/231101E.pdf>

76. National Association for Sport and Physical Education (NASPE), and American Heart Association (AHA) (2012). 2012 Shape of the Nation Report: Status of Physical Education in the USA. Reston, VA, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.

77. Whitehead, 2001. Physical Literacy can be described as the motivation, confidence, physical competence, knowledge and understanding to maintain physical activity throughout life, and refers to the skills needed to obtain, understand and use the information to make good decisions for health.

78. Sport for Development and Peace International Working Group (SDP IWG) (2008). Harnessing the power of sport for development and peace: Recommendations to governments. Toronto, Right To Play.

79. UNESCO, and UNICEF (2013). “Envisioning Education in the Post-2015 Development Agenda”. Executive Summary. Global Thematic Consultation on Education in the Post-2015 Development Agenda.

80. UNESCO (1978). Charter for Physical Education and Sport. Paris, UNESCO.

81. M. Kudláček, O. Ješina, P. Flannagan. European Inclusive Physical Education Training. Advances in Rehabilitation 3, 14 – 17, 2010. <http://dx.doi.org/10.2478/v10029-010-0003-6>

82. Post-2015 Development Agenda. Retrieved from: <https://www.unodc.org/unodc/en/about-unodc/post-2015-development-agenda.html>

83. EIPET European inclusive physical education training. Retrieved from: <http://unescoitralee.com/wp-content/uploads/2015/01/final-resource-pack.pdf>

84. Florian L, Black-Hawkins K. & Rouse M. Achievement and Inclusion in Schools. 2017. London: Routledge.

85. Black-Hawkins, K. 2010. The framework for participation: A research tool for exploring the relationship between achievement and inclusion in schools. *International Journal of Research and Method in Education*, 33 (1), 21-40.
86. Black-Hawkins, K. 2014. Researching inclusive classroom practices: The framework for participation. In L. Florian (ed.) 2014. *The Sage Handbook of Special Education* (2nd edition). London: Sage.
87. Florian, K. Black-Hawkins, 2011. Exploring Inclusive Pedagogy. *British Educational Research Journal*, 37 (5), 813-828.
88. Мальцева А.С., Вдовина П.Е., Аношина Т.В., Мищенко И.В. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РАМКАХ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. <https://scienceforum.ru/2020/article/2018021086>
89. Евсеева О. Э., Евсеев С. П., Аксенов А. В. Инклюзивные занятия спортом. АФК. № 1 (69). 2017.
90. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник /С. П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.
91. Universal Design for Learning. TEAL Center Fact Sheet No. 2: Universal Design for Learning. 2010. Retrieved from: https://lincs.ed.gov/sites/default/files/2_TEAL_UDL.pdf
92. PROFILE FOR INCLUSIVE TEACHER PROFESSIONAL LEARNING. Including all education professionals in teacher professional learning for inclusion. European Agency for Special Needs and Inclusive Education 2022. Retrieved from: https://www.european-agency.org/sites/default/files/Profile_for_Inclusive_Teacher_ProfessionalLearning.pdf
93. Международный образовательный портал. URL: <https://www.maam.ru/detskijasad/razvitie-kinesteticheskogo-i-kineticheskogo-vosprijatija-polozhenija-i-dvizhenija-tela-dlja-detei-s-narusheniem-oda.html>
94. Комплекс упражнений пассивно-активной гимнастики для детей младшего возраста, страдающими спастическими формами ДЦП. Информационный ресурс Cyberpedia. URL: <https://cyberpedia.su/8x1161c.html>
95. Хрущев, Сергей Васильевич, Физическая культура детей с заболеваниями органов дыхания: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 060101 "Лечеб. дело", 060103 "Педиатрия", 060104 "Мед.-профилактик. дело"// М. 2018
96. Коняхина Г. П. Лечебная физкультура для детей с ограниченными возможностями здоровья: учебно-методическое пособие/Коняхина Г.П., Захарова Н.А. – Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2019. – 81 с.
97. Бретенкова О. О. Игры и упражнения для кинестетическое и кинетическое развития. Образовательная площадка «МультиУрок». URL: <https://multiurok.ru/files/igry-i-uprazhneniia-dlia-kinesteticheskoe-i-kineti.html>
98. Поливара, З. В. Введение в специальную психологию: учебное пособие: [16+]/З. В. Поливара ; науч. ред. Д. П. Татарчук. – 4-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2022. – 271 с. URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363724>. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9765-1666-3. – Текст: электронный.
99. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. 2005 г.
100. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Учебное пособие. М. Издательский центр. «Академия». 2001 г.
101. Нейрогимнастика в коррекционно-развивающей деятельности с детьми младшего школьного возраста. Образование, педагогика/ Журнал «Актуальные исследования» 2021 г.
102. Л. В. Былеева, И. М. Коротков. Подвижные игры. Пособия для институтов физической культуры. Москва «Физкультура и спорт». 1982 г.

103. «Типовая учебная программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с легкой умственной отсталостью 5-10 классов по обновленному содержанию» Приложение 91 к приказу Министра образования и науки Республики Казахстан от 20 сентября 2018 года № 469, Приложение 531 к приказу Министра образования и науки Республики Казахстан от 3 апреля 2013 года № 115
104. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе: Пособие для учителей и студентов дефектолог. ф-тов пед. ин-тов/ Под ред. В.В. Воронковой — М.: Школа-Пресс, 1994. — 416 с.
105. Букежанов К.А. Физическое воспитание. //Экспериментальная программа специальной (коррекционной) школы (сборник 3) - Алматы: Алматыкітап, 2002
106. Физическая культура во вспомогательной школе [Текст]: учебное пособие / Е. С. Черник. - Москва : Учебная лит., 1997. - 319 с. : ил.; 21 см.; ISBN 5-526-00002-8 (в пер.)
107. Типовая учебная программа по учебному предмету "Адаптивная физическая культура" для обучающихся с легкой умственной отсталостью 0 - 4 классов уровня начального образования по обновленному содержанию» Приложение 561 (дополнение от 05.02.2020 № 51) к приказу Министра образования и науки Республики Казахстан от 3 апреля 2013 года № 115
108. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие /Под ред. Л. В. Шапковой. — М.: Советский спорт, 2003. — 464 с, ил. ISBN 5-85009-743-0
109. Спирин Н. Н. Проблема хронической боли в спине: фасеточный синдром / Спирин Н. Н., Киселев Д. В. // Русский медицинский журнал. Медицинское обозрение. – 2015. – Т. 23. – №. 17. – С. 1025-1030.
110. Бубновский С. Методика Бубновского: краткий путеводитель./Бубновский С. // Электронная книга—ISBN978-5-04-091421-0Litres, 2017.
111. Соколов А. А. Оздоровительная физическая культура в системе реабилитации инвалидов с последствиями травматических ампутаций нижних конечностей :/Соколов А. А. //дис. – М.: автореф. дис. канд. пед. наук, 2000. – С. 27
112. Савченко Е. Л. Антропометрическое обследование как реализация компетентностного подхода в обучении студентов физкультурного вуза /Савченко Е. Л., Гричанова Т. Г. //Наука сегодня: глобальные вызовы и механизмы развития. – 2021. – С. 5-7.
113. Приказ МОН РК от 12 января 2022 года № 6 «Об утверждении Правил психолого-педагогического сопровождения в организациях образования». URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200026513>
114. Приказ МОН РК от 12 января 2022 года № 4 «Об утверждении Правил оценки особых образовательных потребностей». URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/V2200026618>
115. Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 года № 319-III. Об образовании (с изменениями и дополнениями по сост. на 26.02.2023 г.). URL: <https://adilet.zan.kz/rus/docs/Z070000319>

Долгосрочное планирование по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с легкими нарушениями интеллекта 5 «А» класса по обновленному содержанию

№ п/п	Кол-во в четверти	Разделы плана	Подразделы	Тема урока	Цели обучения	Кол. часов	Дата
1 четверть (в неделю 3 часа, всего: 25 часов)							
1	1	3) "Здоровье и здоровый образ жизни"	3.4 определение и представление возможности для участия в физической деятельности внутри и за пределами школы	ТБ на уроках ФК	5.3.4.1 иметь элементарные представления о понятиях "физическая культура", "режим дня" 5.1.1.1 иметь представление об основных двигательных действиях	1	
2-3	2-3	1) "Двигательная деятельность"	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Прыжки в длину различными способами	5.1.3.3 выполнять прыжки в длину и высоту различными способами	2	
4-5	4-5			Выполнение упражнения через вертикальные препятствия	5.1.3.5 преодолевать отдельные вертикальные и горизонтальные препятствия	2	
6	6	1) "Двигательная деятельность"	1.2 Регулирование различных видов нагрузки; понимание трудностей и рисков для улучшения двигательной способности	Выполнение простых физических упражнениях	5.1.2.1 с помощью учителя преодолевать трудности, возникающие при выполнении простых физических упражнениях	1	
7	7		1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Выполнение упражнения через горизонтальные препятствия	5.1.3.5 преодолевать отдельные вертикальные и горизонтальные препятствия	1	
8	8	3) "Здоровье и здоровый образ жизни"	3.1 Знание и понимание о здоровье. Обучение умению контролировать физические изменения в организме	Восстанавливающие упражнения после нагрузок	5.3.1.1 предварительная работа по пониманию важности физической деятельности и здоровом образе жизни, необходимости в самостоятельных занятиях 5.3.3.2 иметь представление об оказании первой помощи при травмах и несчастных случаях	1	
9	9	1) "Двигательная деятельность"	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Метание малого мяча на дальность	5.1.3.2 метать мяч с помощью на дальность и в цель	1	
10	10			Метание малого мяча в цель	5.1.3.2 метать мяч с помощью на дальность и в цель	1	

11	11		1.2 Регулирование различных видов нагрузки; понимание трудностей и рисков для улучшения двигательной способности	Выполнение упражнения на расслабление мышц	5.1.2.3 выполнять по подражанию упражнения на расслабление мышц	1	
12	12		1.1 Развитие основных двигательных навыков, владение навыками основных циклических движений	Техника движения с мячом	5.1.1.2 технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации	1	
13	13	1) "Двигательная деятельность"	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Техника выполнения прыжка в длину	5.1.3.3 выполнять прыжки в длину и высоту различными способами	1	
14	14		1.1 Развитие основных двигательных навыков, владение навыками основных циклических движений	ТБ при игре в мини-футбол	5.1.1.2 технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации	1	
15-16	15-16	1) "Двигательная деятельность" (Мини-футбол)	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Техника владения мячом	5.1.3.6 учить правила, технические приемы и играть в одну из спортивных игр	2	
17	17		1.1 Развитие основных двигательных навыков, владение навыками основных циклических движений	Техника удара мяча по воротам	5.1.1.3 уметь под руководством учителя проводить занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения	1	
18	18	2) "Развитие мышления через двигательные навыки"	2.1 Развитие пространственно-временной ориентации	"Движущая мишень"	5.2.1.3 осознание особенностей двигательных упражнений и сознательная направленность на улучшение, совершенствование умений	1	
19	19		2.2 Развитие чувства коллективной работы и умения соревноваться при выполнении индивидуальных и групповых заданий во время выполнения физической деятельности	Ведение мяча с изменением скорости и направления	5.2.2.1 участвовать в играх под руководством учителя	1	
20	20	3) "Здоровье и здоровы"	3.2 Способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной	Ведение и передача мяча в парах	5.3.2.1 сформировать умение организовывать свою деятельность социально-приемлемыми способами на основе	1	

		й образ жизни"	функциональной направленностью		освоения физической культуры и правил поведения в обществе		
21	21			Ведение и передача мяча «треугольник»	5.3.2.1 сформировать умение организовывать свою деятельность социально-приемлемыми способами на основе освоения физической культуры и правил поведения в обществе	1	
22	22	3) "Здоровье и здоровый образ жизни"	3.3 Правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями	Прием и удар мяча по воротам	5.1.1.2 технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации 5.3.3.2 иметь представление об оказании первой помощи при травмах и несчастных случаях	1	
23-24	23-24		3.2 Способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью	Учебная игра в мини-футбол/	5.3.2.2 знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления	2	
25	25		3.1 Знание и понимание о здоровье. Обучение умению контролировать физические изменения в организме	Дыхательные, восстанавливающие упражнения после игр (и.у.)	5.3.1.1 предварительная работа по пониманию важности физической деятельности и здоровом образе жизни, необходимости в самостоятельных занятиях	1	
2- четверть (в неделю 3 часа, всего: 24 часа)							
26	1	1) "Двигательная деятельность"	1.1 Развитие основных двигательных навыков, владение навыками основных циклических движений	ТБ в спортивном зале (гимнастика)	5.1.1.1 иметь представление об основных двигательных действиях	1	
27-28	2-3	2) "Развитие мышления через двигательные навыки"	2.1 Развитие пространственно-временной ориентации	Выполнение простых упражнениях на гимнастических снарядах	5.2.1.1 обучать основам техники, ведущим движениям, сделав их исполнение стабильным; знать основные физические движения 5.2.2.4 определять роли, обусловленные различными контекстами движений	2	
29-30	4-5	1) "Двигательная деятельность"	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Выполнение гимнастических упражнений с обручами	5.1.3.1 уметь выполнять с помощью учителя гимнастические упражнения на снарядах, со снарядами и инвентарем	2	
31-32	6-7			Упражнение у гимнастической стенки	5.1.3.4 обучаться умению лазать по канату	2	
33	8		1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и	Выполнение упражнения с малыми мячами для	5.1.3.1 уметь выполнять с помощью учителя гимнастические	1	

			соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	развития мелкой моторики рук	упражнения на снарядах, со снарядами и инвентарем		
34	9			Выполнение упражнения с большими мячами для развития общей моторики рук	5.1.3.1 уметь выполнять с помощью учителя гимнастические упражнения на снарядах, со снарядами и инвентарем	1	
35	10			Упражнения с гимнастическими палками	5.1.3.1 уметь выполнять с помощью учителя гимнастические упражнения на снарядах, со снарядами и инвентарем	1	
36	11	1) "Двигательная деятельность" (Пионербол)	1.1 Развитие основных двигательных навыков, владение навыками основных циклических движений	ТБ и правила игры в пионербол	5.1.1.2 технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации	1	
37	12			Расстановка игроков на площадке	5.1.1.2 технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации	1	
38-39	13-14	2) "Развитие мышления через двигательные навыки"	2.2 Развитие чувства коллективной работы и умения соревноваться при выполнении индивидуальных и групповых заданий во время выполнения физической деятельности	Блокирование мяча двумя руками	5.2.2.1 участвовать в играх под руководством учителя	2	
40-41	15-16			Подбрасывание мяча над головой	5.2.2.2 уважительно относиться к товарищам во время игр	2	
42-43	17-18			Передача мяча двумя руками снизу/	5.2.2.2 уважительно относиться к товарищам во время игр	2	
44-45	19-20	1) "Двигательная деятельность"	1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрируя понимание времени, веса, пространства	Подача мяча сбоку	5.1.3.6 учить правила, технические приемы и играть в одну из спортивных игр	2	
46	21			Ведение счета падач мяча	5.1.3.6 учить правила, технические приемы и играть в одну из спортивных игр	1	
47	22			Учебная игра в пионербол.	5.1.3.6 учить правила, технические приемы и играть в одну из спортивных игр	1	
48	23			Контрольная игра в пионербол	5.1.3.6 учить правила, технические приемы и играть в одну из спортивных игр	1	
49	24	3) "Здоровье и здоровый образ жизни"	3.4 определение и представление возможности для участия в физической деятельности внутри и за пределами школы	Игры на свежем воздухе	5.3.4.2 иметь представление о значении прогулки на свежем воздухе	1	

Методические рекомендации
Коррекция основных нарушений у детей с легкими нарушениями интеллекта
Физические упражнения для коррекции ходьбы

№ п/п	Упражнения	Коррекционная направленность
1	«Рельсы». Ходьба с перешагиванием линий, расположенных на разном расстоянии друг от друга	Дифференцировка расстояния, глазомер
2	«Не сбей». Ходьба по прямой с перешагиванием через кегли, набивные мячи, гимнастическую скамейку и т. п.	Дифференцировка усилий, отмеривание расстояния
3	«Узкий мостик». А) Ходьба по полоске (узкой линии), приставляя носок к пятке впереди стоящей ноги. Б) Ходьба боком, приставными шагами, ставя носок стопы на край линии	Развитие равновесия, точности движения
4	«Длинные ноги». По команде: «Длинные ноги идут по дороге» ходьба на носках, высоко поднимая прямые ноги; по команде: «Короткие ножки идут по дорожке» ходьба в полуприседе	Быстрота переключения, дифференцировка понятий длинный, короткий
5	«Хлоп». Ходьба с хлопками на каждый четвертый счет. Вслух произносится: «Раз, два, три, хлоп!». Первый раз хлопок над головой, второй — перед собой, третий — за спиной	Концентрация внимания, двигательная память, согласованность движений, усвоение ритма
6	«Лабиринт». А) Ходьба со сменой направления между стойками, кеглями, набивными мячами. Б) То же вдвоем, держась за руки	Ориентировка в пространстве, согласованность действий
7	«Встали в круг». Ходьба по кругу, взявшись за руки, со сменой направления, собираясь в центр, расходясь в большой круг на вытянутые руки	Согласованность коллективных действий дифференцировка понятий большой – маленький, вправо – влево
8	«Гусеница». Ходьба в колонне, положив правую (левую, обе) руку на плечо впереди идущего	Координация и согласованность действий
9	«Коромысло*». Ходьба с гимнастической палкой, хватом двумя руками за плечами (на носках, на пятках), сохраняя правильную осанку	Координация движений рук, коррекция осанки, знакомство с новым словом
10	«Ходим в шляпе». Ходьба с мешочком песка на голове	Коррекция осанки

Физические упражнения для коррекции бега

№ п/п	Упражнения	Коррекционная направленность
1	Ускоренная ходьба с переходом на бег, переход с бега на ходьбу	Усвоение темпа и ритма движений, развитие выносливости
2	Бег на месте с высоким подниманием бедра со сменой темпа (от минимального до максимально возможного)	Стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем, усвоение темпа движений, дифференцирование усилий, координация движений рук и ног
3	«Бег» только руками, стоя на месте, с постепенным увеличением и снижением темпа	Коррекция техники движений рук, усвоение темпа, активизация и ритм дыхания
4	Бег «змейкой», не задевая предметов; то же — вдвоем, держась за руки	Ориентировка в пространстве, равновесие, согласованность движений
5	Бег по прямой по узкому (30—35 см) коридору (обозначенному мелом, натянутыми резинками и т. п.)	Прямолинейность движений, ориентировка в пространстве, стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
6	Бег с подскоками	Ритм движений, соразмерность усилий
7	Бег с максимальной скоростью на 10, 20, 30 м наперегонки	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
8	Бег с подпрыгиванием и доставанием предметов (отметка на стене, подвешенный шарик)	Координация движений, соразмерность усилий, скоростно-силовые качества
9	Бег по ориентирам (линиям, обозначенные мелом скакалками)	Дифференцировка усилий и длины шага
10	«Пони». Бег в различном темпе: медленно, быстро, рысью, галопом, как маленькая лошадка	Дифференцировка временных характеристик движений, регулирование ритма дыхания, воображение

Физические упражнения для коррекции прыжков

№ п/п	Упражнения	Коррекционная направленность
1	Подскоки на двух ногах с продвижением вперед, с поворотами направо, налево на 90°	Координация и ритм движений, укрепление стопы, ориентировка в пространстве
2	Прыжки поочередно на каждой ноге на отрезке 10-15 м	Согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
3	Прыжки через скакалку — на двух, на одной ноге, поочередно, на месте и с продвижением вперед и назад	Согласованность и ритмичность движений, дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
4	Прыжки «лягушка» с взмахом рук (5—6 прыжков подряд)	Координация движений рук, дифференцировка усилий, симметричность движений
5	Прыжок с места вперед — вверх через натянутую веревку на высоту 10, 20, 30 см со взмахом рук	Дифференцировка направления усилий, согласованность движений рук и ног, скоростно-силовые качества
6	Прыжки на двух ногах через набивные мячи из полуприседа с взмахом рук	Дифференцировка расстояния и усилий, согласованность движений рук и ног, развитие силы разгибателей ног
7	Выпрыгивание вверх из глубокого приседа	Согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
8	Прыжки с зажатым между стопами мячом	Координация движений, точность кинестетических ощущений
9	Прыжок в глубину из приседа (спрыгивание) на поролоновые маты с высоты 40—50 см, с последующим отпрыгиванием вверх	Преодоление страха, пружинящие свойства стопы, координация движений, скоростно-силовые качества
10	Прыжок вверх с доставанием подвешенного предмета (мяч, воздушный шарик)	Соразмерность расстояния и усилий, координация и точность движений, скоростно-силовые качества

Физические упражнения для коррекции лазанья и перелезания

№ п/п	Упражнения	Коррекционная направленность
1	Проползание под веревкой, под бревном, под скамейкой	Координация движений, соразмерность усилий
2	Перелезание через рейку лестницы стремянки	Ловкость, координация движений, точность перемещения, ориентировки в пространстве
3	Лазание по гимнастической скамейке на коленях, на четвереньках вперед и назад к краю скамейки	Согласованность движений рук и ног, дифференцировка усилий, быстрота перемещения
4	Перелезание через гимнастическую скамейку, поролоновые кубы, мягкое бревно и др.	Ориентировка в пространстве, координация всех звеньев тела
5	Перелезание через наклонную скамейку, установленную под углом 10°	Координация, приспособительная реакция на изменившиеся условия
6	Лазание по наклонной скамейке произвольным способом вверх и под уклон	Согласованность движений, ориентировка в пространстве, дифференцировка усилий
7	Лазанье по гимнастической стенке приставными шагами, по одной рейке начиная с нижней, постепенно поднимаясь выше и выше (вниз не смотреть)	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве, согласованность и последовательность движений рук и ног
8	«Корабль». Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз, наступая на каждую рейку поочередно двумя ногами	Преодоление страха высоты, координация и согласованность движений рук и ног, профилактика плоскостопия воображение
9	«Ура». Подняться по гимнастической стенке вверх, вставая на каждую ступеньку, снять ленточку, подвешенную на верхней рейке, пройти приставными шагами на соседнюю стенку и спуститься вниз тем же способом	Преодоление боязни высоты, пространственная ориентировка, двигательная память, профилактика нарушений осанки и плоскостопия

10	«Черепаша». Лазанье по гимнастической скамейке, лежа на животе и подтягиваясь на руках	Координация движений, развитие мышечной силы рук и плечевого пояса
----	--	--

Подготовительные упражнения для метания, освоение предметных действий с мячом

№ п/п	Упражнения	Коррекционная направленность
<i>С большими мячами (волейбольный, баскетбольный, пляжный)</i>		
1	а) Перекатывание мяча партнеру напротив в положении сидя б) Перекатывание мяча партнеру через ворота из набивных мячей, коридор из гимнастических палок, между двух параллельно расположенных в длину скакалок из положения сидя, присев, стоя в) Катание мяча вдоль гимнастической скамейки	Дифференцировка усилия и расстояния Глазомер, координация и точность движения, дифференцировка усилия и направления движения. Точность направления и усилия
2	а) Подбрасывание мяча над собой и ловля двумя руками. б) Подбрасывание мяча над собой и ловля после того, как он ударился об пол	Координация движений рук, точность направления и усилия. Быстрота переключения зрения
3	а) Бросок мяча в стену и ловля его. б) То же, но ловля после отскока от пола. в) То же, но ловля после хлопка в ладони. г) То же, но ловля после вращения кругом, приседания	Координация движений рук. Зрительная дифференцировка направления движения, ручная ловкость, ориентировка в пространстве, равновесие, распределение внимания
4	а) Перебрасывание мяча двумя руками снизу из-за головы партнеру и ловля двумя руками (с постепенным увеличением расстояния и высоты полета), б) То же, но ловля после отскока от пола, в) То же, но после дополнительных движений: хлопок, 2 хлопка, вращение кругом, приседание и др.	Пространственная ориентировка, дифференцировка усилий, направления, расстояния, времени, быстрота переключения внимания
5	а) Ведение мяча на мете правой, левой рукой, б) То же в ходьбе	Дифференцировка усилия и направления движения, координация движений рук, концентрация внимания и зрительный контроль
<i>С набивным мячом (1 и 2 кг)</i>		
6	Поднять мяч вверх, вперед, вправо, влево	Дифференцировка усилий, развитие силы рук, плечевого пояса, укрепление «мышечного корсета»
7	Ходьба с мячом в руках, удерживая его на груди 30 с б) Ходьба с мячом в руках, удерживая его за головой 30 с	Удержание вертикального положения при дополнительной нагрузке, статическая сила рук и плечевого пояса
8	а) Наклоны туловища вперед, вправо, влево с удержанием мяча на груди. б) То же, с удержанием мяча за головой	Координация крупной моторики, устойчивость к вестибулярной нагрузке, укрепление «мышечного корсета»
9	Лежащий слева (справа) мяч поднять вверх, подняться на носки, зафиксировать положение 5 с, опустить на пол справа (слева)	Способность воспроизводить направление и амплитуду движения. Сила мышц плечевого пояса, удержание правильной осанки
10	Приседание с удержанием мяча на вытянутых руках перед собой, над головой, сохраняя ось	Способность контролировать положение тела и его звеньев (рук с мячом) в пространстве, сила мышц рук и плечевого пояса, удержание заданной позы

Профилактика и коррекция плоскостопия

Коррекционные упражнения, выполняемые лежа

1. Лежа на спине, поочередно и вместе оттягивать носки стоп, приподнимая и опуская наружный край стопы.
2. Согнув ноги в коленях, опереться стопами в пол, развести пятки в стороны.
3. Согнув ноги в коленях, опереться стопами в пол, поочередно и одновременно приподнять пятки от пола.
4. Стопой одной ноги охватить голень другой и скользить по ней.
5. Лежа на спине поочередное и одновременное вытягивание носков стоп с поворотом их вовнутрь.

Коррекционные упражнения, выполняемые сидя

1. Максимальное подошвенное сгибание стоп с поворотом внутрь.
2. Поочередное захватывание пальцами ног гимнастической палки.
3. Подгребание пальцами матерчатого коврика или имитация подгребания песка.
4. Захватывание стопами округлых предметов (теннисного мяча, бильярдных шаров) внутренними сводами стопы и перемещение их с одного места в другое.
5. Сидя на краю стула, стопы параллельно — руками захватить коленные суставы, развести колени, одновременно поставить стопы на наружный край и согнуть пальцы.
6. Катание стопами мяча, гимнастической палки, массажного валика.
7. Максимальное разведение и сведение пяток, не отрывая носков от пола.
8. Из упора сидя сзади, колени согнуты, подтянуть пятки к ягодицам — ползающие движения стоп вперед и назад за счет пальцев ног.
9. Из положения сидя с согнутыми коленями, руки провести снаружи между бедром и голенью, захватив ладонями стопы с внешней стороны, — поочередно поднимать стопы руками.
10. То же, но захватить стопы с внутренней стороны.
11. В стойке на коленях, раздвинув стопы наружу, сесть на пол между ногами, стопы захватить руками со стороны подошвы и поочередно поднимать их.
12. В упоре сидя сзади — поочередные и одновременные круговые движения стопой.

Коррекционные упражнения, выполняемые стоя

1. Стоя на наружных сводах стоп — подняться на носки и вернуться в исходное положение.
2. Стоя на наружных сводах стопы — полуприсед.
3. Стоя, носки вместе, пятки врозь — подняться на носки, вернуться в исходное положение.
4. Стоя, стопы параллельно на расстоянии ладони — сгибая пальцы, поднять внутренний край стопы.
5. Стоя след в след (носок правой касается пятки левой), — подняться на носки, вернуться в исходное положение.

6. На пол положить две булавы (кегли), головки их почти соприкасаются, а основания направлены наружу — захватить пальцами ног шейку или головку булавы и поставить ее на основание.

7. Подкатывание теннисного мяча пальцами ног от носка к пятке, не поднимая ее.

8. Поставить левую (правую) ногу на носок — поочередная смена положения в быстром темпе.

9. Стоя, ноги врозь, стопы параллельно, руки на поясе — присед на всей ступне, сохраняя правильную осанку, вернуться в исходное положение.

Коррекционные упражнения, выполняемые в ходьбе

1. Ходьба на носках, на наружных сводах стоп.

2. Ходьба на носках, в полуприседе, носки внутрь.

3. Ходьба гусиным шагом на наружных сводах стопы.

4. Ходьба по набивным мячам.

5. Ходьба на носках по наклонной плоскости.

6. Ходьба на носках с высоким подниманием бедра.

7. Ходьба вдоль и приставными шагами боком по канату, расположенному на полу.

8. Ходьба приставными шагами по рейке гимнастической стенки, держась за рейку на уровне пояса.

9. Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз, захватывая рейку пальцами и поворачивая стопы внутрь.

10. Ходьба на носках, собирая пальцами ног рассыпанные орехи, шашки, пуговицы.

11. Ходьба на четвереньках маленькими шажками.

12. Ходьба по массажному коврику (по траве, гальке, гравию).

Упражнения для коррекции дыхания

№	Упражнения	Коррекционная направленность
1	Лежа на спине, ноги согнуты в коленях, правая рука на груди, левая – на животе – глубокое медленное дыхание через нос	Понимание механизма полного дыхания: правая контролирует грудное дыхание (грудь поднимается), левая – брюшное (поднимается живот)
2	Лежа на спине, руки вдоль туловища – глубокий вдох через нос (вдохнули «запах цветка»), медленный выдох через нос	Увеличение глубины дыхания, приучение к глубокому дыханию, образное мышление
3	Лежа на спине, руки вдоль туловища, ноги согнуты в коленях – глубокий вдох и выдох	Увеличение глубины полного дыхания в статической позе
4	То же, с заданным ритмом дыхания: вдох на 3 счета, выдох – на 4 («сдунули одуванчик»)	Усвоение ритма полного дыхания
5	Стоя, руки на пояс – глубокий вдох через нос и выдох через рот, губы трубочкой («погасили свечу»)	Увеличение глубины диафрагмального дыхания, образное мышление
6	Сидя на полу, согнув колени, локти упираются в живот, открытые ладони перед собой – глубокий вдох и длинный выдох («подули на молоко»)	Увеличение глубины грудного дыхания, образное мышление
7	Лежа на спине, поднимание рук вверх – вдох, опускание – выдох	Усиление глубины вдоха в сочетании с движением
8	Сидя на стуле, положив набивной мяч (2 кг) на живот и удерживая его руками, – глубокий вдох, медленный выдох, рот трубочкой	Увеличение подвижности диафрагмы, усиление глубины вдоха

9	Сидя на стуле, развести руки в стороны – глубокий вдох, на выдохе – наклон вперед, доставая руками носки ног	Согласование дыхания с движением, акцентированный сильный выдох
10	Стоя, руки перед грудью, после глубокого вдоха – на выдохе пружинящие отведения назад рук, согнутых в локтях	Согласование дыхания с движением, парциальный выдох (на 4 счета)

Приложение 3

Протоколы наблюдения за уровнем овладения техникой ходьбы и бега

Протокол наблюдения за уровнем овладения техникой ходьбы

ФИО ученика				
Возраст, класс				
Основной диагноз				
Характеристика техники		балл	Первичное обследование	Повторное обследование
Положение тела в пространстве	Голова прямо	1		
	Туловище прямо	1		
	Отсутствие скованности	1		
Движение рук	Согласованные	1		
	Немного согнуты в суставе	1		
Движение ног	Согласованные	1		
	Отсутствие шарканья	1		
	Прямые	1		
Улавливание звука	Отклонение не более 20°	1		
Обход препятствий	Уверенный	2		
	Неуверенный	1		
Степень самостоятельности	В помощи не нуждается	3		
	Нуждается в инструкции	2		
	Нуждается в помощи	1		
Максимальное количество баллов		14		

Протокол наблюдения за уровнем овладения техникой бега

ФИО ученика				
Возраст, класс				
Основной диагноз				
Характеристика техники		балл	Первичное обследование	Повторное обследование
Положение тела в пространстве	Голова прямо	1		
	Туловище вперед	1		
Движение рук	Согласованные	1		
	Согнуты в локтях	1		
Движение ног	Согласованные	1		
	Наличие переката	1		
Воспроизведение	Уверенное	2		
	Неуверенное	1		
Степень самостоятельности	В помощи не нуждается	3		
	Нуждается в инструкции	2		
	Нуждается в помощи	1		
Максимальное количество баллов		12		

**Список участников рабочей группы Центра инклюзивного образования НАО
им. И. Алтынсарина по разработке методических рекомендаций по реализации учебных
программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования**

№	ФИО	Наименование региона	Наименование организации образования	Должность
1	Бутабаева Лаура Аскарловна	Астана	Центр инклюзивного образования	Директор
2	Ногайбаева Гульбаршин Аскеновна	Астана	Центр инклюзивного образования	Главный эксперт
3	Темирбаева Майя Женисовна	Астана	Центр инклюзивного образования	Ведущий эксперт
4	Кияков Маргулан Талгатович	Астана	Параолимпийский тренировочный центр г. Астаны	Директор
5	Ульжекова Нургуль Туленовна	Астана	Казахская академия туризма и спорта, ОФ "Мир равных возможностей"	Преподаватель по АФК кафедры анатомии, физиологии и спортивной медицины
6	Жанкина Мариям Курмашовна	Астана	КГУ «ПМПК № 4» акимата г. Астана	Заведующая
7	Конкулов Корган Какимжанович	Астана	КГУ «КППК № 1» УО акимата города Астана	Учитель адаптивной физической культуры
8	Саятулаев Қанағат Төремұратұлы	Астана	КГУ «Школа-гимназия № 10 имени Жумабека Ташенова» акимата г. Астаны	Учитель физической культуры
9	Балмагамбетов Олжас Сагбекович	Астана	КГУ «Школа-гимназия № 83 имени Ибырая Алтынсарина» акимата г. Астаны	Учитель физической культуры, инструктор лечебной физкультуры
10	Байғалиев Адильбек Манарбекович	Алматы	КазНПУ имени Абая Кафедра НВП	Старший преподаватель, докторант
11	Кефер Наталья Эгоновна	Алматы	КГУ "Специальная школа-интернат № 2 для детей с НОДА" УО г. Алматы	Преподаватель в Академии туризма и спорта, учитель ФК
12	Танташева Кульпаршин Мусаевна	Шымкент	КГУ "Специальная школа-интернат №2 для слабослышащих детей" Шымкентского городского отдела образования	Учитель физической культуры
13	Абитова Аширкуль Жорабековна	Шымкент		Учитель физической культуры
14	Шамекешев Кайрат Ислямбекович	Кокшетау	КГУ «Специальная школа-интернат № 1, город Кокшетау» УО Акмолинской области	Учитель физической культуры
15	Самковский Виктор Борисович	Кокшетау		Учитель физической культуры
16	Нургожин Серик Газизович	Петропавловск	КГУ "Специальная (коррекционная) школа-	Учитель физкультуры

			интернат № 2 для детей с ОВ" акимата СКО	
17	Исмурзина Валентина Анатольевна	Костанай	КГУ «ОСШ № 14 отдела образования г. Костаная» УО акимата Костанайской области	Учитель физкультуры
18	Горенко Антонина Александровна	Усть- Каменогорск	КГУ «СШ № 26» отдела образования г. Усть- Каменогорск УО ВКО	Учитель физической культуры
19	Мырзабеков Батырбек Журттыбекович	Семей	КГУ «ОСШ № 42 с пришкольным интернатом» отдела образования г. Семей	физической культуры
20	Марушевская Татьяна Витальевна	Караганда	КГУ «ОШ № 25» отдела образования г. Караганды УО Карагандинской области	Учитель физической культуры, педагог- исследователь
21	Уткелбаева Гулназ Бакытжановна	Жезказган	КГУ «ОШ № 21» отдела образования г. Жезказгана УО области Ұлытау	Учитель физической культуры
22	Куанышбекова Шарбан Абилкасимовна	Жезказган	Отдел образования г. Жезказган	Методист, педагог- исследователь
23	Тастан Төлебай Нышанұлы	Туркестанская область	КГУ «ОСШ имени Б. Кенжебаева» отдела развития человеческого потенциала Ордабасынского района управления развития человеческого потенциала Туркестанской области»	Учитель физической культуры
24	Жиенбаев Ашим Шарипбаевич	Туркестанская область	КГУ «ОСШ № 6» отдела развития человеческого потенциала Толебийского района управления развития человеческого потенциала Туркестанской области	Учитель физической культуры

Содержание

Введение.....	3
1 Международный и отечественный опыт по организации физической культуры для обучающихся с учетом их особых потребностей и индивидуальных возможностей.....	4
2 Анализ содержания учебных программ предмета «Физическая культура» в казахстанских школах	77
3 Методические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования	93
Заключение.....	162
Список использованной литературы.....	164
Приложение.....	171

Инклюзивті білім беру жағдайында «Дене шынықтыру» пәнінің оқу бағдарламаларын жүзеге асыру бойынша әдістемелік ұсынымдар

Методические рекомендации по реализации учебных программ предмета «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования

Басуға 17.03.2023 ж. қол қойылды. Пішімі 60×84 1/16.
Қағазы офсеттік. Офсеттік басылыс.
Қаріп түрі «Times New Roman». Шартты баспа табағы 23.

Подписано в печать 17.03.2023 г. Формат 60×84 1/16.
Бумага офсетная. Печать офсетная.
Шрифт Times New Roman. Усл. п.л. 23.