

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГУБКИНСКИЙ ГОРНО-ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
Для занятий физической культурой лицам с  
ограниченными возможностями**

по учебной дисциплине « Физическая культура»  
адаптированной образовательной программы профессиональной подготовки  
рабочих

из числа лиц с ограниченными возможностями  
по профессии 13249 «Кухонный работник»  
19727 «Штукатур»»

Методические рекомендации созданы в помощь слушателям с ограниченными возможностями здоровья, не имеющих основного общего образования.

**РАССМОТРЕНО**

на заседании предметно - цикловой  
комиссии в сфере легкой  
промышленности и сферы услуг  
Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / Королева Е. А. /

**УТВЕРЖДАЮ**

заместитель директора

\_\_\_\_\_ **Гаркушова М.В.**

**Организация-разработчик:** ОГАПОУ «Губкинский горно-  
политехнический колледж»

**Разработчик:** Селезнева О.А ОГАПОУ «Губкинский горно-  
политехнический колледж»

## **"Методические рекомендации для занятий физической культурой лицам с ограниченными возможностями."**

### ***Введение***

Основная цель привлечения лиц с ограниченными возможностями к регулярным занятиям физической культурой и спортом - восстановление утраченного контакта с окружающим миром, создание необходимых условий для воссоединения с обществом, участия в общественно полезном труде и реабилитации своего здоровья. Кроме того, физическая культура и спорт помогают психическому и физическому совершенствованию этой категории населения, способствуя их социальной интеграции и физической реабилитации. Очень популярны занятия физической активностью с целью отдыха, развлечения, общения, поддержания или приобретения хорошей физической формы, необходимого уровня физической подготовленности.

### ***Определение "лицо с ограниченными возможностями здоровья"***

Термин лицо с ограниченными возможностями здоровья появился в российском законодательстве сравнительно недавно.

В соответствии с Федеральным законом от 30 июня 2007 г. № 120-ФЗ о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу о гражданах с ограниченными возможностями здоровья употребляемые в нормативных правовых актах слова "с отклонениями в развитии", ... заменены термином "с ОВЗ".

Так было введено в действие понятие "лицо с ОВЗ". Однако, законодатель при этом не дал четкого нормативного определения этого понятия. Это привело к тому, что этот термин воспринимался как равнозначный или близкий термину "инвалиды". Необходимо специально отметить тот факт, что эти понятия не равнозначны. Наличие у человека правового статуса инвалида не означает необходимости создания для него дополнительных гарантий реализации права на образование. А лицо с ОВЗ, не будучи признанным в установленном законом порядке инвалидом, может иметь особые образовательные потребности. Они подразумевают, в т. ч. и возможность обучения в вузе по адаптированной образовательной программе. Понятие "лица с ОВЗ" охватывает категорию лиц, жизнедеятельность которых характеризуется какими-либо ограничениями или отсутствием способности осуществлять деятельность способом или в рамках, считающихся нормальными для человека данного возраста. Это понятие характеризуется чрезмерностью или недостаточностью по сравнению с обычным в поведении или деятельности, может быть временным или постоянным, а также прогрессирующим и регрессивным. Лица с ОВЗ - это люди, имеющие недостатки в физическом и (или) психическом развитии, имеющие значительные отклонения от нормального психического и физического развития, вызванные серьезными врожденными или приобретенными дефектами и в силу этого нуждающиеся в специальных условиях обучения и воспитания. Т.о., к группе людей с ОВЗ относятся лица, состояние здоровья которых препятствует освоению ими всех или отдельных разделов образовательной программы вне специальных условий воспитания и обучения. Понятие ограничения рассматривается с разных точек зрения и соответственно по-разному обозначается в разных профессиональных сферах, имеющих отношение к человеку с нарушенным развитием: в медицине, социологии, сфере социального права, педагогике, психологии.

В соответствии с этим, понятие "лицо с ОВЗ" позволяет рассматривать данную категорию лиц как имеющих функциональные ограничения, неспособных к какой-либо деятельности в результате заболевания, отклонений или недостатков развития, нетипичного состояния здоровья.

Различают следующие категории лиц с нарушениями в развитии:

- 1) лица с нарушениями слуха (глухие, слабослышащие, позднооглохшие);
- 2) лица с нарушениями зрения (слабовидящие);
- 3) лица с нарушениями речи;
- 4) лица с нарушениями интеллекта (умственно отсталые дети);
- 5) лица с задержкой психического развития (ЗПР);
- 6) лица с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП);
- 7) лица с нарушениями эмоционально-волевой сферы;
- 8) лица с множественными нарушениями.

### ***Особенности организации учебного процесса студентов с ОВЗ***

Обучение студентов с ОВЗ осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных при необходимости для обучения указанных обучающихся. Обучение по образовательным программам студентов с ОВЗ осуществляется колледжом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе, отражающегося в планах воспитательной работы в колледже, а так же при разработке индивидуальных планов обучения студентов. Обучение студентов с ОВЗ может осуществляться индивидуально, а также с применением дистанционных технологий.

Преподаватели требуют от студентов выполнения определенных специфических действий, для некоторых это невыполнимо, они испытывают трудности с передвижением или речью, преподаватели обязаны учитывать эти особенности. Для преподавателей колледжа организуются занятия в рамках повышения квалификации, в том числе по программам, направленным на получение знаний о психофизиологических особенностях студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ, специфике приема - передачи учебной информации, применению специальных технических средств обучения с учетом различных нозологий. Выбор методов и средств обучения, образовательных технологий и учебно-методического обеспечения реализации образовательной программы осуществляется

колледжем самостоятельно, исходя из необходимости достижения обучающимися планируемых результатов освоения образовательной программы, а также с учетом индивидуальных возможностей обучающихся из числа лиц с ОВЗ. При необходимости для студентов с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы и индивидуальные графики обучения. Для студентов с ОВЗ в колледже устанавливается особый порядок освоения дисциплины "Физическая культура". В зависимости от рекомендации медико-социальной экспертизы, преподавателями дисциплины "Физическая культура" разрабатывается на основании соблюдения принципов здоровья, сохранения и адаптивной физической культуры, комплекс специальных занятий, направленных на развитие, укрепление и поддержание здоровья. Это могут быть подвижные занятия адаптивной физкультурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных и плавательных залах или на открытом воздухе, которые проводятся специалистами, имеющими соответствующую подготовку. Для студентов с ограничениями передвижения это могут быть занятия по настольным, интеллектуальным видам спорта.

### ***Проведение учебных занятий по физической культуре***

Адаптированная программа включает в себя учебные занятия по физической культуре. Порядок проведения и объем указанных занятий при освоении образовательной программы лицам с ограниченными возможностями здоровья устанавливается в соответствии с их реабилитационными картами. В колледже создаются группы здоровья с учетом индивидуальных особенностей здоровья студентов с ОВЗ. Занятия проводятся в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины "Физическая культура (адаптивная физическая культура) образовательной программе. Форма проведения текущей и итоговой аттестации для студентов - инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете или экзамене.

### ***Заключение***

Физкультура и спорт должны стать толчком, который может помочь восстановлению или установлению контакта детей с ОВЗ с окружающим миром, тем самым облегчая и ускоряя их возвращение в общество, признание в качестве равноправных граждан. Действительно, существуют такие виды спорта, в которых дети с ОВЗ могут принять участие настольный теннис, баскетбол, волейбол, плавание, футбол.

### ***Список использованной литературы***

1. [http://aupam.narod.ru/pages/invasport/in\\_mepofksport/oglavlenie.html](http://aupam.narod.ru/pages/invasport/in_mepofksport/oglavlenie.html)
2. <http://bukvi.ru/obshchestvo/fizkultura/fizkultura-i-sport-kak-ozdorovitel'naya-sreda-v-socialno-sredovoj-reabilitacii-invalidov.html>
3. [http://www.invalife.ru/board/reabilitologija\\_i\\_fizioterapija/publikacii\\_statii/fizkultura\\_i\\_sport\\_v\\_reabilitacii\\_invalidov/101-1-0-1042](http://www.invalife.ru/board/reabilitologija_i_fizioterapija/publikacii_statii/fizkultura_i_sport_v_reabilitacii_invalidov/101-1-0-1042)
4. <http://www.eurolab.ua/restorative-medicine/3354/3355/28714/>
5. <http://www.osu.ru/doc/3654>