

## **ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

**УДК 796.035**

### **Физкультурно-оздоровительная работа с семьей ребенка-инвалида**

**Аксенова Наталья Николаевна, кандидат педагогических наук**

**Кузнецова Елена Юрьевна, кандидат педагогических наук**

**Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и  
здравоохранения имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург**

**Аннотация.** Работа с ближайшим окружением ребенка-инвалида имеет важнейшее значение для формирования у него высокой приверженности к физкультурно-спортивной деятельности. Для детей с нарушением интеллекта, несмотря на развитие научной базы теории и методики адаптивной физической культуры, продолжает остро стоять вопрос воспитания самостоятельности при организации занятий физическими упражнениями. Главными трудностями работы с ближайшим окружением ребенка с нарушением интеллекта являются: синдром хронической усталости у родителя, отсутствие опыта получения положительных эмоций в процессе совместных занятий, гиперопека и страх допустить ошибки при организации занятий, отсутствие представлений о реальных возможностях ребенка проявлять самостоятельность. Подход к формированию мотивации ведения здорового образа жизни внутри семьи должен опираться на постепенный переход от опекающей модели взаимодействия родителя с ребенком к модели командного взаимодействия. Необходим учет предпочтений родителей в выборе форм двигательной активности и создание педагогических условий активизации взаимодополняющего общения.

**Ключевые слова:** физкультурно-оздоровительная работа, формирование мотивации, работа с родителями, дети с нарушением интеллектуального развития.

### **Physical education and health work with the family of a disabled child**

**Aksanova Natalya Nikolaevna, candidate of pedagogical sciences**

**Kuznetsova Elena Yurevna, candidate of pedagogical sciences**

**Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, Saint Petersburg**

**Abstract.** Working with the immediate environment of a disabled child is of great importance for the formation of a high commitment to physical culture and sports activities. For children with intellectual disabilities, despite the development of the scientific basis of the theory and methodology of adaptive physical education, the issue of fostering independence in the organization of physical exercises remains acute. The main difficulties of working with the immediate environment of a child with intellectual disabilities are: chronic fatigue syndrome in the parent, lack of experience in obtaining positive emotions in the process of joint activities, overprotection and fear of making mistakes in the organization of classes, lack of understanding of the child's real capabilities for independence. The approach to the formation of motivation for a healthy lifestyle within the family should be based on a gradual transition from the patronizing model of interaction between the parent and the child to the model of team interaction. It is necessary to take into account the preferences of parents in the choice of forms of motor activity and to create pedagogical conditions for the activation of complementary communication.

**Keywords:** physical education and health work, motivation formation, work with parents, children with intellectual development disorders.

**ВВЕДЕНИЕ.** Возрастающая в последние годы доступность спортивно-массовых объектов и мероприятий для лиц с отклонениями в здоровье, появление возможности участия в подготовке к сдаче норм ВФСК «ГТО» практически для всех категорий граждан [1, 2, 3], наращивание объемов грантовой поддержки разнообразных проектов в сфере спорта и волонтерской деятельности открывают перспективы для развития отдельного направления физкультурно-оздоровительной работы с ближайшим окружением ребенка-инвалида. Причем для детей с нарушением ин-

теллекуального развития это имеет важное значение, поскольку в настоящий момент высокая приверженность к физкультурно-спортивной деятельности для данного контингента даже после окончания школы возможна только при содействии семьи как фактора, обеспечивающего организационные функции и эмоциональную поддержку.

Из данного обстоятельства проистекает проблема нехватки свободного времени у родителей ребенка-инвалида, которые в течение 18-20 лет и более активно занимаются посещением необходимых разнообразных коррекционных занятий (логопедических, физкультурно-спортивных и др.). Родители вынуждены действовать в ущерб собственным интересам, лишая себя занятий избранным видом спорта, что неизбежно приводит к постепенному истощению их собственных ресурсов здоровья.

Соответственно, несмотря на развитие научной базы теории и методики адаптивной физической культуры, направленной на формирование мотивации к систематическим занятиям у различных категорий лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов, вопрос формирования у детей-инвалидов независимости и самостоятельности при реализации данной мотивации продолжает оставаться актуальным. До сих пор даже среди специалистов по адаптивной физической культуре распространено мнение о слабости мотивационной сферы детей с нарушением интеллекта и их высокой зависимости от ближайшего окружения. Обзор имеющихся в литературе рекомендаций показал, что они разработаны преимущественно для условий нахождения детей в образовательных учреждениях, и главным действующим лицом является педагог [4, 5]. Данное обстоятельство, в отсутствие системы преемственности от образовательного учреждения к микросоциуму ребенка с нарушением интеллектуального развития, приводит к невозможности реализовать накопленный им мотивационный и двигательный потенциал в области занятий физкультурно-спортивной деятельностью самостоятельно после окончания учебного заведения или реабилитационного курса в учреждении социального обслуживания.

Обобщая вышеизложенное, следует отметить противоречие, заключающееся в необходимости учета в равной степени интересов каждого человека при привлечении к систематическим занятиям организованной двигательной активностью и в превалировании интересов детей-инвалидов над интересами их родителей. Для разрешения данного противоречия требуется создать такие условия, которые позволили бы рационализировать использование ресурса свободного времени родителя, который он готов посвятить занятиям физической культурой, таким образом, чтобы его интересы и интересы ребенка были учтены в равной степени.

По мнению авторов статьи, необходим поиск решения существующей проблемы на основе выбора в качестве фундамента занятий такого вида двигательной активности, который будет вызывать положительный эмоциональный отклик в первую очередь у родителя. Вовлечение ребенка с нарушением интеллекта в тот же вид занятий в доступной и полезной для детей форме является задачей для специалистов в сфере адаптивной физической культуры.

Отметим, что в отечественной и зарубежной научно-методической литературе последних лет встречаются единичные публикации в данном направлении. Ос-

новной направленностью работы с родителями является просветительская деятельность, реализуемая в форме семинаров, мастер-классов и тренингов, а главным в фокусе внимания исследователей остается элемент формирования бытовой самостоятельности детей на основе изменения действий родителя [6, 7, 8].

Научная новизна исследования заключается в том, что впервые предлагаются сформировать роль родителя при занятиях выбранной им физкультурно-спортивной деятельностью как соратника ребенка-инвалида, поскольку существующая на практике тенденция формирования у него роли организатора и тренера в доступном семье виде двигательной активности не обоснована с точки зрения интересов и потребностей всех участников взаимодействия. Накопленные за последние 20 лет научные знания, практический опыт и поддержка со стороны государственных и частных структур позволяют в новом свете увидеть процесс физкультурно-оздоровительной работы с семьей ребенка-инвалида.

Цель исследования – определить трудности специалиста по массовой физкультурно-оздоровительной работе при взаимодействии с семьей ребенка-инвалида (с нарушением интеллекта), в деятельности, направленной на формирование приверженности к систематическим занятиям, и предложить пути их решения.

**МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Проведен теоретический анализ научно-методической литературы, обобщение опыта работы специалистов и опрос родителей с целью выявления положительных и отрицательных сторон современных подходов к вовлечению детей с нарушением интеллекта и их ближайшего окружения в систематические занятия физкультурно-спортивной деятельностью.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** В ходе работы с родителями детей-инвалидов с нарушением интеллекта в рамках проекта «Веселый ветер» (n=13), реализуемого в Санкт-Петербурге Ассоциацией гребно-парусных судов – победителем конкурса «Спорт для всех 2023» благотворительной программы «Сила спорта» Благотворительного фонда Владимира Потанина, было выявлено наличие факторов, препятствующих родителям активно вовлекаться в совместную с детьми физкультурно-спортивную деятельность.

Следует отдельно отметить, что ни у одного из родителей не было выявлено резко отрицательного отношения к занятиям физической культурой, однако ни один из них не занимался физическими упражнениями на систематической основе. Главными трудностями организации систематической работы с ближайшим окружением ребенка с нарушением интеллекта по формированию приверженности к самостоятельным занятиям являются: синдром хронической усталости, который подтвердили большинство респондентов; отсутствие опыта получения положительных эмоций в процессе совместных занятий у более чем половины родителей; гиперопека и страх допустить ошибки при организации занятий, а также отсутствие представления о реальных возможностях ребенка проявлять самостоятельность у трети участников опроса.

Учитывая выявленные трудности, было принято решение разработать максимально мягкую модель включения родителей в систематические занятия физическими упражнениями при одновременном решении задач формирования у их детей

навыков командного взаимодействия для облегчения в будущем перехода к совместной работе в рамках адаптивного яхтинга. Предлагаемая модель представлена следующей последовательностью компонентов:

- 1) Две отдельные группы родителей и детей не взаимодействуют между собой, и у каждой группы свой тренер. Занятия для родителей теоретические с элементами практики, для детей преимущественно практические с элементами теории.
- 2) Две отдельные группы родителей и детей взаимодействуют в рамках праздничных мероприятий с частичным обменом опытом и демонстрацией достижений в выбранном направлении физкультурно-спортивной деятельности.
- 3) Две отдельные группы на время частично объединяются в подгруппы в условиях общей материально-технической базы; однако различия в направленности подготовки сохраняются. Тренеры присутствуют на занятиях одновременно.
- 4) Группа детей оказывает помощь группе родителей в подготовке мест занятий, работе с инвентарем, снаряжении яхт и спуске их на воду. Основное занятие родителей проходит при условии участия детей в качестве помощников и болельщиков. Выявляются особенности поведения детей в эмоционально напряженных ситуациях. По мере готовности дети допускаются к выходу на воду с инструкторами на катере и проводят время занятия с родителями, осваивая практические навыки определения направления движения, ветра и др. Ближе к окончанию занятия дети раньше выходят на берег, чтобы обеспечить группе родителей помочь в швартовке яхты и уборке инвентаря.

5) Родители сдают экзамен на звание «Старшина шлюпки», разделяются на подгруппы и принимают на борт детей в качестве своих помощников в определенной части управления яхтой (в зависимости от готовности детей).

Следует отметить, что предложенная модель допускает формирование у родителя позиции тренера только при его личной инициативе.

**ВЫВОДЫ.** Подход к формированию мотивации ведения здорового образа жизни внутри семьи должен опираться на постепенный переход от модели взаимодействия родителя с ребенком «я-учитель – ты-ученик» к модели «мы-команда». Для реализации данной задачи в качестве ведущего фактора впервые были взяты предпочтения родителей в выборе форм двигательной активности. Создание педагогических условий для активизации взаимодополняющего общения в системе «родитель-ребенок» при выполнении физических упражнений, требующих для достижения результата обязательного включения всех участников процесса, должно происходить постепенно в течение года, исключая форсирование совместного выхода на воду родителя и ребенка. Для непосредственного проведения занятий необходимо привлекать не менее двух квалифицированных специалистов: первый — специалист по физической культуре для работы с родителями в избранном виде физкультурно-оздоровительной деятельности, второй — специалист в сфере адаптивной физической культуры для работы с детьми-инвалидами.

Первый опыт практической реализации предложенного подхода в течение 2023/2024 учебного года показал положительную тенденцию в формировании у родителей приверженности к регулярным занятиям при невысоком стремлении к включению элементов ежедневного выполнения физических упражнений.

Апробация дневников самоконтроля, разработанных в начале реализации проекта и предполагающих ежедневный контроль параметров самостоятельной активности детей со стороны родителей (в отношении выполнения комплекса утренней гимнастики, проявления инициативы при решении бытовых вопросов, определения и записи направления и силы ветра, учета прироста показателей сдачи нормативов ВФСК «ГТО», посещения экскурсионных мероприятий), показала, что их введение для родителей необходимо планировать не ранее второго года занятий, после формирования у них устойчивой потребности в регулярных занятиях и собственного желания выполнять задания, связанные с самоконтролем. Данное утверждение связано с выявленным фактом уклонения родителей от любых заданий, связанных с привлечением их к роли тренера и/или контролера включения детей в ежедневные занятия физическими упражнениями. Кроме того, дневники должны иметь вариативность с учетом привычной организации распорядка дня родителя.

Положительный отклик у родителей вызвали занятия по обучению плаванию в условиях совместного пребывания в воде родителя, ребенка и тренера, при котором обеспечена занятость и безопасность ребенка, с одновременным акцентом всего процесса на потребности родителя.

В ходе реализации проекта пары «родитель-ребенок» продемонстрировали высокую еженедельную посещаемость занятий на протяжении 7 месяцев, что свидетельствует о правильности выбранной стратегии в реализации физкультурно-оздоровительной работы.

#### **СПИСОК ИСТОЧНИКОВ**

1. Евсеев С. П., Аксенова Н. Н. Развитие игровых спортивных дисциплин спорта лиц с интеллектуальными нарушениями // Адаптивная физическая культура. 2018. № 1 (73). С. 4–5.
2. Евсеев С. П. Современное состояние и перспективы развития адаптивного спорта для лиц с интеллектуальными нарушениями и психологическими особенностями // Психическое здоровье и образование : сборник научных статей по материалам II Конгресса "Психическое здоровье человека XXI века", Москва, 05–07 октября 2018 года. Москва : Издательский дом "Городец", 2018. С. 460.
3. Евсеев С. П., Матвеева С. С. Определение факторов, повышающих мотивацию к систематическим занятиям адаптивной физической культурой // Адаптивная физическая культура. 2020. № 2 (82). С. 20–21.
4. Аксенова Н. Н., Вишнякова Ю. Ю., Аксенов А. В., Титова Ю. А. Формирование коммуникативных навыков у лиц с интеллектуальными нарушениями средствами спортивной игры волейбол // Инновационные технологии в системе подготовки спортсменов-паралимпийцев : Всероссийская научно-практическая конф. с международным участием, Санкт-Петербург, 29–30 июня 2016 года. Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, 2016. С. 7–9.
5. Евсеев С. П., Евсеева О. Э., Шелехов А. А. [и др.]. Формирование мотивации у лиц с ограниченными возможностями (с учетом сенсорных, двигательных и ментальных нарушений) к систематическим занятиям физической культурой и спортом на примере Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) для инвалидов : коллективная монография. Санкт-Петербург : ПОЛИТЕХ-ПРЕСС, 2023. 309 с.
6. Глызина А. М. Социальная работа с родителями, воспитывающими молодых инвалидов // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер : сборник научных статей. Витебск : Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2018. С. 116–118.
7. Халилова А. Г. Работа с родителями детей-инвалидов // Развитие воспитательного потенциала современной семьи в открытом образовательном пространстве : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Пермь, 03–04 декабря 2020 года. Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2021. С. 143–146.
8. Балькова А. В. Работа с родителями в ГБУ ССЗН «Областной социально-реабилитационный центр для детей и молодых инвалидов» Г. Пензы как часть комплексной социальной адаптации детей с ОВЗ // Молодежь. Наука. Общество - 2021 : сборник студенческих работ Всероссийской студенческой научно-практической междисциплинарной конференции, Тольятти, 20–24 декабря 2021 года. Тольятти : Тольяттинский государственный университет, 2023. С. 534–539.

**REFERENCES**

1. Evseev S. P., Aksanova N. N. (2018), "Development of game sports disciplines for people with intellectual disabilities", *Adaptive physical education*, Vol. 1 (73), pp. 4–5.
2. Evseev S. P. (2018), "State of the art and development potential of adaptive sport for individuals with intellectual disability and special psychological features", *Mental Health and Education*, Collection of scholarly articles after II Congress on Mental Health, Meeting the Needs of the XXI Century, Moscow, October. 05-07, 2018, Gorodets, Moscow, p. 460.
3. Evseev S. P., Matveeva S. S. (2020), "Determination of factors increasing motivation to systematic activities by adaptive physical education", *Adaptive physical education*, Vol 2 (82), pp. 20–21.
4. Aksanova N. N., Vishnyakova Yu. Yu., Aksakov A. V., Titova Yu. A. (2016), "Developing social skills in individuals with intellectual disability through playing volleyball", *Innovative technologies in Paralympic athletes' training*, Pan-Russian Research-to-Practice conference with international participation, Saint Petersburg, June, 29-30, 2016, Saint-Petersburg Scientific-Research Institute for Physical Culture, Saint Petersburg, pp.7–9.
5. Evseev S. P., Evseeva O. E., Shelekhov A. A. [et al.] (2023), "Creating motivation to systematic fitness and sport exercising in individuals with disabilities (considering their sensory, motor and mental disabilities) as exemplified by All-Russian Sports Complex for persons with special need "Ready for Labor and Defense", the joint monograph. POLITECH-PRESS, Saint Petersburg.
6. Glyzina A. M. (2018), "Social work with parents who raise young adults with disabilities", *Professional training quality improvement of social work and education sector experts*, Collection of scholarly articles, Vitebsk State University named after P.M. Masherov, Vitebsk, pp. 116–118.
7. Khalilova A. G. (2021), "Dealing with parents of children with disabilities", *Development of the modern family's formative resources in the open educational space*, Findings of pan-Russian Research-to-Practice conference with international participation, Perm, December 03-04, 2020, Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, pp. 143–146.
8. Balykova A. V. (2023), "Dealing with parents in Penza State-owned Institution of safety net "Regional Social Rehabilitation Center for children and young adults with disabilities" as part of all-inclusive social adaptation for children with special need", *Youth. Science. Society*, Collection of students' papers from pan-Russian student cross-disciplinary Research-to-Practice conference, Togliatti, December, 20-24, 2021, Togliatti State University, Togliatty, pp. 534–539.

**Информация об авторах:**

**Аксенова Н.Н.**, доцент кафедры теории и методики массовой физкультурно-оздоровительной работы, Aks-kor@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-6167-8988>.

**Кузнецова Е.Ю.**, доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, e\_kuzn@list.ru, <https://orcid.org/0009-0008-7068-1135>.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 15.07.2024.*

*Принята к публикации 13.08.2024.*