

университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 4 (98). – С. 183–188.

2. Симаков А.М. Развитие физического качества быстрота у тхэквондистов в сензитивном периоде 14-15 лет / А.М. Симаков, Е.А. Симакова, Абдель-Гани Ахмед Сонбол Ассим // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 4 (122). – С. 172–175.

3. Изратова, А.Е. Особенности развития скоростных способностей тхэквондистов 18-20 лет / А.Е. Изратова, С.М. Рябцев // Севастопольский экономико-гуманитарный институт. – 2020. – № 21-1 (150). – С. 63–65.

4. Борисенко, К.А. Построение специальной скоростно-силовой подготовки спортсменов-тхэквондистов 8-9 лет / К.А. Борисенко // VI Международная студенческая научная конференция Студенческий научный форум – 2014. – URL: <https://scienceforum.ru/2014/article/2014006010> (дата обращения: 13.09.2022).

#### REFERENCES

1. Shatunov, D.A. and Zotova F.R. (2013), "Features of indicators of physical development, health and physical fitness of adolescents with hearing impairment", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 98, No. 4, pp. 183–188.

2. Simakov, A.M., Simakova E.A. and Abdel-Gani Ahmed Sonbol Assim (2015), "Development of physical quality speed among taekwondo athletes in the sensitive period of 14-15 years", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 122, No. 4, pp. 172–175.

3. Izratova, A.E. (2020), "Features of the development of speed abilities of taekwondo players aged 18-20", *Sevastopol Institute of Economics and Humanities*, Vol. 150, No. 21-1, pp. 63–65.

4. Borisenko, K.A. (2022), "Construction of special speed-strength training of taekwondo athletes 8-9 years old", *Materials of the VI International Student Scientific Conference "Student Scientific Forum"*, available at: (date of the application: 13.09.2022).

**Контактная информация:** artamonova-70@bk.ru

*Статья поступила в редакцию 29.09.2022*

**УДК 796.035**

### **АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С СИНДРОМОМ ДАУНА К ШКОЛЕ СРЕДСТВАМИ ПЛАВАНИЯ**

*Наталья Владимировна Баркина, преподаватель, Наталия Вадимовна Мазитова, кандидат педагогических наук, доцент, Юрий Эдуардович Гудков, кандидат педагогических наук, доцент, Владивостокский государственный университет, Владивосток*

#### **Аннотация**

Основным содержанием статьи являются результаты мониторинга с целью выявления осведомлённости родителей, имеющих детей с синдромом Дауна в необходимости индивидуальной подготовки ребёнка к среде образовательной школы. Цель исследования: разработать программу адаптации к школе для детей с синдромом Дауна в условиях инклюзивного образования. Прежде чем включать детей с синдромом Дауна в инклюзивную образовательную среду, были предложены родителям пробные занятия по начальному обучению плаванию совместно с детьми не имеющими отклонения в состоянии здоровья в возрасте 5-6 лет. Было экспериментально доказана эффективность индивидуальной подготовки ребёнка к инклюзивному обучению по показателям устойчивости интереса к занятиям по плаванию в смешанных группах.

**Ключевые слова:** синдром Дауна, плавание, адаптация, инклюзивное образование.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2022.9.p30-33**

### **DOWN SYNDROME CHILDREN ADAPTATION TO SCHOOL BY MEANS OF SWIMMING**

*Natalia Vladimirovna Barkina, the teacher, Natalia Vadimovna Mazitova, the candidate of pedagogical sciences, docent, Yury Eduardovich Gudkov, the candidate of pedagogical sci-*

### **Abstract**

The main content of the article is the results of monitoring in order to identify the awareness of parents with Down syndrome children in the need for individual preparation of a child for an educational school environment. The purpose of the study: to develop a program of adaptation to school for children with Down syndrome in an inclusive education. Before including children with Down syndrome in an inclusive educational environment, swimming lessons were held together with children with children who do not have a deviation in health status at the age of 5-6 years. The effectiveness of the child's adaptation to inclusive learning has been experimentally proven by indicators of the stability of interest in swimming classes in mixed groups.

**Keywords:** Down syndrome, swimming, adaptation, inclusive education.

### **ВВЕДЕНИЕ**

Современный уровень развития Российского государства требует особо пристального внимания к решению образовательных проблем. Проблемы инклюзивного образования становятся одними из главных в современной образовательной политике.

В настоящее время в Российской Федерации наблюдается концепция роста детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Согласно фундаментальным исследованиям, статистические данные показали повышение частоты детской инвалидности. За последнее десятилетие в 2 раза [2]. В нашей стране насчитывается 2 миллиона детей с ОВЗ, это составляет 8% от численности всех детей [3].

Совместное (инклюзивное) обучение признано всем мировым сообществом как наиболее гуманное и наиболее эффективное. Оно способствует формированию у здоровых детей терпимости к физическим и психическим недостаткам одноклассников, чувство взаимопомощи и стремления к сотрудничеству. У детей с ОВЗ ведёт к формированию положительного отношения к своим сверстникам, адекватного социального поведения, более полной реализации потенциала развития и обучения.

Для того чтобы человек почувствовал себя полноценным членом общества, требуется создать условия для преодоления ограничений, которые возникают в его жизни, предоставить ему равные со здоровыми людьми возможности принятия участия в жизни общества [1]. Введение в нашей стране инклюзивного образования обеспечивает доступ к общему образованию для детей с особыми потребностями. Данная программа направлена на комплексную помощь детям с ограниченными возможностями здоровья в освоении основной образовательной программы школы.

В России более 80% детей с ОВЗ обучаются в инклюзивных школах [4]. По нашему мнению, дети с ОВЗ, обучающиеся в условиях инклюзивного образования, испытывают затруднение в адаптации к учёбе, к детскому коллективу и к школьной среде в целом. Именно социальная адаптация и реабилитация должны быть основой системы психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья.

Эффективность решения данной проблемы определяется многими условиями, в том числе и дальнейшим изучением специфики структуры дефекта у различных категорий детей, среди которых особый интерес проявляется к синдрому Дауна – представительной и специфической популяции среди лиц с умственной отсталостью (9-10%) [5]. Ведущей характеристикой развития детей с синдромом Дауна является наличие стойких нарушений интеллектуальной сферы. Их глубина и степень проявления может варьировать от легкой до глубокой.

На сегодняшний день проблема включения детей с синдромом Дауна в пространство общего образования становится всё более актуальной, это обусловлено тем, что их число имеет устойчивую тенденцию к увеличению (1:700). По данным Министерства здравоохранения в Российской Федерации рождается ежегодно около 1500 детей с синдромом Дауна. Они медленнее развиваются и позже, чем их ровесники, проходят общие

этапы развития. Несмотря на это, чем раньше начинается работа с ребёнком с нарушением в развитии, тем выше его шансы на адаптацию и социализацию в обществе.

Цель настоящего исследования: теоретическое обоснование и разработка программы адаптации к школе для детей с синдромом Дауна в условиях инклюзивного образования. Объект исследования: адаптивное физическое воспитание детей с синдромом Дауна.

### МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Принимая во внимание результаты исследований мониторинга потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивном образовании Е.Л. Геращенко, (2019), мы провели мониторинг родителей г. Артема Приморского края с целью выявления осведомлённости родителей, имеющих детей с синдромом Дауна в необходимости индивидуальной подготовки ребёнка к среде образовательной школы.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В результате мониторинга родителей, при ответе на вопрос «Вы хотели бы записать ребёнка в общеобразовательную школу?» 750% ответили «да», 5% – «нет», 20% ещё не определились в этом вопросе.

При ответе на вопрос «Известно ли вам о необходимости индивидуальной подготовки детей с синдромом Дауна к среде общеобразовательной школы?» 32% ответили «да», 68% ответили «нет».

При ответе на вопрос анкеты «Хотели бы вы подготовить вашего ребёнка по программе индивидуальной адаптации к пространству школы?» 63% респондентов ответили «да», 37% ещё не определились с этим вопросом.

В результате опроса нами была выявлена недостаточность осведомлённости родителей, имеющих детей с синдромом Дауна, о необходимости подготовки к школьной среде. Поэтому, прежде чем включать детей с синдромом Дауна в инклюзивную образовательную среду, мы предложили родителям пробные занятия по начальному обучению плаванию совместно с детьми, не имеющими отклонения в состоянии здоровья в возрасте 5-6 лет.

Формирующий эксперимент проводился на базе бассейна «Прометей» г. Артема Приморского края в течение трех месяцев. Занятия проводились 3 раза в неделю по 40 минут. При формировании групп были соблюдены следующие условия: положительное отношение социального окружения, в которое ребенок интегрируется, а также уровни физического развития и физической подготовленности детей, нормально развивающихся и с синдромом Дауна, не имеют больших различий в группе.

В течение пробных уроков нами были предложены игровые упражнения с использованием нестандартного инвентаря, направленные на: освоение водной среды, развитие памяти и мышления, развитие координации движений, улучшение работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепление опорно-двигательного аппарата и мышечного корсета, выполнение специальных упражнений для коррекции двигательных нарушений. Особое внимание уделялось непосредственному контакту и неформальному общению детей разных нозологических групп.

Эффективность определялась по результатам изменения плавательной подготовленности и по показателям устойчивости интереса к занятиям по плаванию в смешанных группах. После прохождения пробных занятий родителям было предложено принять участие в опросе с целью определения влияния данных занятий на физическое и психоэмоционально состояние их ребёнка.

В результате анкетирования на вопрос «Заметили ли вы улучшение в физическом и эмоциональном состоянии Вашего ребёнка?» 97% респондентов ответили «да», 3% не могут определиться с ответом. На вопрос «Хотели бы вы в дальнейшем заниматься по программе индивидуальной подготовки вашего ребёнка?» 92% ответили «да», 8% не мо-

гут определиться. В результате анкетирования выяснилось, что занятия с использованием водной среды положительно влияют на физическое и эмоциональное состояние детей с синдромом Дауна.

#### ВЫВОДЫ

В ходе реализации формирующего эксперимента улучшилось эмоциональное состояние детей. Так, на 25,8% возросло количество детей, отметивших после занятий плаванием улучшение самочувствия, на 20,4% увеличилось количество детей, заканчивающих занятия с хорошим настроением, на 36,2% увеличилось количество детей, желающих продолжить занятия плаванием.

Также улучшилось отношение социального окружения к детям со стороны здоровых детей, позитивно относящихся к совместным занятиям на 53,2%, и родителей нормально развивающихся детей — на 27,6%.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Алёхина С.В. Инклюзивное образование от политики к практике // Психология, наука и образование. – 2018. – Т.2, № 1. – С. 136–145.
2. Геращенко Е.Л. Аналитический отчёт по результатам мониторинга потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья в инклюзивном образовании / Е.Л. Геращенко. – Москва, 2019. – С. 25–32.
3. Голиков Н.А. Инклюзивное образование: новые подходы к качеству жизни детей с особыми образовательными нуждами // Сибирский педагогический журнал. – 2019. – № 6. – С. 232–240.
4. Дмитриев А.А. О некоторых проблемах интегрированного обучения детей с особыми образовательными потребностями / А.А. Дмитриев // Дефектология. – 2020. – № 4. – С. 4–8.
5. Лучинкина И.С. Особенности адаптации детей с синдромом Дауна в условиях общеобразовательной школы / И.С. Лучинкина, А.А. Кононова // Молодой учёный. – 2019. – № 52 (290). – С. 237–240.

#### REFERENCES

6. Alekhina, S.V. (2018), “Inclusive education from policy to practice”, *Psychology, science and education*, Vol. 2, No. 1, pp. 136–145.
7. Gerashchenko, E.L. (2019), *Analytical report on the results of monitoring the needs of children with disabilities in inclusive education*, Moscow.
8. Golikov, N.A. (2019), “Inclusive education: new approaches to the quality of life of children with special educational needs”, *Siberian Pedagogical Journal*, No. 6, pp. 232–240.
9. Dmitriev, A.A. (2020), “On some problems of integrated education for children with special educational needs”, *Defectology*, No. 4, pp. 4–8.
10. Luchinkina, I.S. and Kononova, A.A. (2019), “Features of adaptation of children with disabilities in a general education school”, *Young scientist*, No. 52 (290), pp. 237–240.

**Контактная информация:** [nvmazitova@mail.ru](mailto:nvmazitova@mail.ru)

*Статья поступила в редакцию 08.09.2022*

УДК 796.412:373

#### **МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ МУЗЫКАЛЬНОЙ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ**

*Елизавета Сергеевна Баширова, аспирант, Елена Дмитриевна Бакулина, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный социальный университет, Москва; Константин Викторович Троянов, кандидат педагогических наук, доцент, Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н. И. Пирогова*