



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ ФОРМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ИНКЛЮЗИВНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Эрдонов О.Л.

доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой «Физического воспитания» Ташкентского университета информационных технологий имени Мухаммада аль-Хорезмий

Махмудов В.В.

ассистент кафедры «Физического воспитания» Ташкентского университета информационных технологий имени Мухаммада аль-Хорезмий

Таянч сўзлар: badminton, darts, mini-volleybol, stol tennisi, dinamik shaxmat, talabalar, sogʻlom turmush tarzi.

Ключевые слова: настольный теннис, бадминтон, дартс, мини-волейбол, динамические шахматы, студенческая молодёжь, здоровый образ жизни.

Key words: badminton, darts, mini-volleyball, table tennis, dynamic chess, students, healthy lifestyle.

Введение. «Сегодня каждый учитель, воспитатель, преподаватель вуза обязан обладать глубокими знаниями и широким мировоззрением, активно овладевать последними достижениями науки, образования и внедрять их в учебный процесс, одним словом, должен быть передовым представителем нашего времени и общества» [1].

Республике Узбекистан разработан ряд нормативных документов и утверждены соответствующие программы, которые являются важными шагами, предпринимаемые государством на пути к качественному образованию для всех [2]. Так, Закон Республики Узбекистан «Об образовании», гарантирует право каждого ребенка на получения образования, а Закон «О гарантиях прав ребенка» предусматривает дополнительные льготы на получение образования детей с особыми потребностями. Новые горизонты в развитии данной сферы, несомненно, открывает недавно принятый Закон



«Об образовании» (новая редакция). Согласно закону, внедряются формы дистанционного, инклюзивного образования, учебные заведения республики смогут совместно с зарубежными образовательными учреждениями открывать факультеты и учебные центры. Учителям предоставлены право на внедрение авторских программ и методов обучения, свободный выбор современных педагогических форм и методов образования и воспитания. Принятое Постановление Президента Республики Узбекистан «О мерах по дальнейшему совершенствованию системы образования и воспитания детей с особыми образовательными потребностями» (№ ПП-4860, 13.10.2020 г.). Постановлением утверждены Концепция развития инклюзивного образования в системе народного образования в 2020-2025 годах, а также «Дорожная карта» по её реализации. Таким образом, законодательная база, созданная в Республике Узбекистан в годы независимости, является необходимой основой для дальнейшего развития инклюзивного образования в республике.

Трансформация образовательной системы на всех её уровнях и развитие инклюзивного образования в этой системе становится одним из важных векторов изменений. Активное включение студентов с инвалидностью во все элементы образовательной среды содействует их социализации и профессионализации. Концепция инклюзивного образования в системе специализированного профессионального образования предполагает создание особых условий и обеспечение возможности для наиболее полной реализации потребностей для студентов различных нозологических групп. Физическое воспитание в данном случае является одним из основных учебных предметов, решающими конкретные образовательные и коррекционные задачи. Исходя из практики нашей работы, мы сделали вывод, что занятие физической культурой является одним из лучших способов реабилитации как физической, психологической, а также социальной адаптации [3].

Практической деятельности очень часто преподаватели физической культуры при занятиях со студентами, имеющими ограничения здоровья, исключают всякий элемент соревновательного характера. Конечно, принцип «не навредить» соблюден, но занятие без соревновательного процесса скорее всего будет монотонным и скучным. Эта ошибка характерна не только для педагогов с малым опытом преподавания в такой категории студенческой молодёжи. Она ведет к слабой заинтересованности занимающихся и, как следствие, низкой посещаемости занятий.



Проведение различного рода эстафет с использованием упражнений разной направленности популярно у здоровых и беспроблемных студентов. Положительные моменты от использования эстафет очевидны. К слабым сторонам эстафет можно отнести трудность дозировки физической нагрузки. Если у обычных студентов этот момент не очень существенен, то для проблемных с точки зрения здоровья обучающихся фактор четкой дозировки важен. При участии в эстафетах студентов с ограничениями здоровья следует подбирать им этапы с выполнением посильных им упражнений. Не обязательно выполнять упражнение на скорость, а можно поставить задачу правильного выполнения упражнения. Здесь широко используются разные виды мячей, баскетбольные кольца, вертикальные и горизонтальные цели. Полностью исключать эту форму проведения занятия нельзя. Кроме чисто развивающей здесь решается и коммуникативная задача. Участие в командных играх и эстафетах формирует у молодежи чувство коллективной ответственности, инициативности и смелости.

Результаты исследования и их обсуждение. Менее традиционные упражнения, например, элементы настольного тенниса, бадминтона, дартса, мини-волейбола или еще менее известные игры и упражнения при грамотном использовании внесут разнообразие, повысят интерес обучающихся к занятию.

Рассмотрим несколько таких упражнений. Игра дартс развивает координационные качества, мелкую моторику, глазомер. Особенно полезно привлекать к этой игре студентов, имеющих существенные ограничения здоровья. Игра может быть дополнением к занятию или его частью. Разнообразие вариантов и систем подсчета очков позволяет всячески комбинировать структуру и содержание занятия.

При изучении физической нагрузки у студентов специальной медицинской группы Ташкентского университета информационных технологий имени Мухаммада ал-Хоразмий во время выполнения упражнений с элементами игры дартс позволило установить, что максимальные значения пульса достигали 158 ± 5 уд./мин. В целом показатели ЧСС находились в пределах 125 ± 5 - 153 ± 5 уд./мин, в зависимости от характера заболевания студента и формы выполнения упражнения (самостоятельно, вдвоем или троим).

Бадминтон также позволяет педагогу менять физическую нагрузку в ту или другую сторону на занятии, привлекая все категории студентов, включая самые проблемные. Простое перебрасывание волана друг другу в течение нескольких минут оказывает мощное оздоровительное воздействие



на организм занимающихся. При повышении мастерства можно перейти к игре через сетку, что сразу повышает интерес к игре и вносит элемент соревнования. В то же время ЧСС игроков легко можно контролировать и дозировать. По имеющимся данным систематические занятия бадминтоном оказывают особо благотворное влияние на студентов, имеющих близорукость (рис.1).



Рис. 1. Бадминтон на закрытом помещении.

Игра в мини-волейбол предполагает участие с каждой стороны 4 участников. Используется сетка и площадка для игры в бадминтон. Мяч должен быть большего размера по сравнению с классическим волейболом и гораздо более легким. В процессе игры даже самые технически и физически неподготовленные студенты могут поддерживать темп игры, быстро разбираются в её тактике и правилах. Допускаются в игре и смешанные по половому составу команды. Варьируя продолжительность игры, состав команд, упрощая или усложняя правила, преподаватель может контролировать физическую нагрузку, внося в занятие необходимый эмоциональный компонент.

При внедрении в учебный процесс интеллектуальных видов спорта можно использовать физически усложненные варианты этих игр. Примером могут служить динамические шахматы. В процессе игры в динамические шахматы используются шахматные фигуры и шахматное поле нестандартного размера и массы, что позволяет дозировать физическую нагрузку в соответствии с физической подготовленностью. Вес фигур варьируется от 5 до 20 кг, площадь шахматной доски или поля может достигать 20-30 квадратных метров (рис. 2).

Динамические шахматы могут играть роль симбиоза интеллектуального и физического компонента комплексного упражнения. При необходимости можно ввести дополнительные усложнения в игру или, наоборот, упростить выполнение упражнения, что позволяет привлекать к игре самые физически слабые категории студентов. Единственным условием игры является знание основ шахматной игры. Сочетание физической,



Рис. 2. Динамические шахматы на закрытом помещении

психологической и умственной нагрузки в соревновательной обстановке позволяет сформировать умение аналитически мыслить, принимать коллективные решения в условиях ограниченного времени и коллективной ответственности.

По подобию динамических шахмат можно применять и динамические шашки. Изготавливать их допустимо из разных материалов. Шашки выгодно отличаются от шахмат тем, что все фигуры одинаковы и могут выглядеть как гири, блины от штанги или другие предметы различной массы и формы (рис. 3).



Рис. 3. Динамические шашки (могут служить и шахматами)

Использование специализированных упражнений и комплексов решает проблему заинтересованности студентов, повышает эмоциональный фон занятия и разнообразит само содержание учебного процесса и, в конечном счете, снимает проблему посещаемости, что ведет к укреплению здоровья студенческой молодёжи.

Заключение. Таким образом, преодоление барьеров на пути инклюзии в высшем образовании требует решения следующих задач: государственного регулирования инклюзивного образования в ВУЗе в соединении с различными формами общественной инициативы; обеспечения архитек-



турной и транспортной доступности кампусов, внутренних помещений, общежитий, спортивных и культурных сооружений; обеспечения студентов с ограниченными возможностями здоровья техническими средствами обучения и необходимыми приспособлениями в соответствии с их индивидуальными особенностями; обеспечения учебно-методическим материалом, при необходимости адаптированным к потребностям студентов; психолого-педагогической переподготовки персонала, в первую очередь преподавателей организаций высшего профессионального образования; формирования культуры толерантности в студенческом сообществе и в вузе в целом.

Литература:

1. Выступление Президента Республики Узбекистан Шавката Мирзиёева на торжественном собрании, посвященном дню Учителей и Наставников. 30 сентября 2020 года. <https://uza.uz/ru/posts/vystuplenie-prezidenta-respubliki-uzbekistan-shavkata-mirziye-30-09-2020>.
2. Кадышева О. Инклюзивное образование в Узбекистане набирает новые обороты. <https://nuz.uz/obschestvo/16523-inklyuzivnoe-obrazovanie-v-zbekistane-nabiraetnovye-oboroty.html>.
3. Черникова Н.А. Спортивные игры в инклюзивном образовательном пространстве: потенциал и возможности / Н.А.Черникова, Ю.В.Шурыгина. // Образование и воспитание. - 2023. - № 3.2 (44.2). - С.115-121.

РЕЗЮМЕ

Maqolada maxsus tibbiy guruh talabalari bilan jismoniy tarbiya darslarining raqobatbardosh shakllaridan foydalanish ko'rib chiqiladi. Taklif etilayotgan mashqlar va o'yin komplekslaridan foydalanish o'quvchilarning qiziqishi muammosini hal qiladi, darsning hissiy holatini oshiradi, o'quv darsining mazmunini diversifikatsiya qiladi va pirovardida davomat muammosini bartaraf etadi, bu esa o'quvchilarning sog'lig'ini yaxshilashga olib keladi.

РЕЗЮМЕ

В статье рассматривается использование соревновательных форм занятий по физическому воспитанию со студентами специальной медицинской группы. Использование предложенных упражнений и игровых комплексов решает проблему заинтересованности учащихся, повышает эмоциональный фон занятия, разнообразит содержание учебного занятия и, в конечном итоге, снимает проблему посещаемости, что приводит к укреплению здоровья студенческой молодёжи.

SUMMARY

The article discusses the use of competitive forms of physical education classes with students of a special medical group. The use of the proposed exercises and game complexes solves the problem of student interest, increases the emotional background of the lesson, diversifies the content of the educational lesson and, ultimately, eliminates the problem of attendance, which leads to improved health of students.