

Путь к успеху!

Филимонова Тамара Сергеевна,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «Центр детского творчества»,
объединение «Путь к успеху».

В Щекинском районе более 10 000 тыс. инвалидов, из них детей особой заботы 313 человек. К сожалению, численный состав таких детей увеличивается с каждым годом, если в 2017-ом году их насчитывалось 250 человек, то сейчас на учете в комитете соц. защиты состояло на январь 2019 - 314 человек. Важным фактором, определяющим состояние здоровья как критерия качества жизни населения, является поддержание оптимальной физической активности в процессе жизнедеятельности каждого человека.

Поэтому роль, которую играет в общественном развитии физическая культура и спорт постоянно возрастает, особенно в наше время, когда усиливается влияние гиподинамии на здоровье детского и взрослого населения.

В настоящее время в РФ физическая культура оценивается в качестве ведущего фактора социальной политики и критерия повышения качества жизни россиян. Средства ФК и спорта так же эффективны для реабилитации инвалидов и людей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья).

Центр детского творчества города Щекино не смог остаться безучастным и равнодушным к такой актуальной детской проблеме. Поэтому на базе физкультурных комплексов поселка Первомайском и г.Щекино (п.Станционный) ЦДТ организовал регулярные занятия плаванием и физической культурой для детей особой заботы. Основными задачами работы с такими детьми МБУ ДО «ЦДТ» ставит:

- содействие физическому и духовному воспитанию и реабилитации инвалидов средствами ФК и спорта;
- развитие и пропаганда ФК и спорта среди лиц с ОВЗ;
- укрепление здоровья и физического развития детей особой заботы;
- массовое привлечение обучающихся с ОВЗ к регулярным занятиям ФК и спорта;
- повышение мастерства обучающихся спортсменов - детей особой заботы;
- привлечение внимания государственных, общественных и других организаций к проблемам инвалидов.

Актуальность данных занятий состоит в:

- адаптации лиц с ОВЗ и детей - инвалидов к повседневной жизни;
- коррекции имеющихся отклонений в состоянии здоровья;
- развитию социально-бытовых навыков.

Широкий диапазон воздействия плавания делает его эффективным средством разностороннего физического развития и совершенствования организма человека, а так же средством оздоровления и лечения, поэтому занятия с такими детьми проводятся регулярно: 5 раз в неделю (в бассейне дома спорта "Юбилейный" и "ФОК").

Начальное обучение плаванию предусматривает овладение подготовительными упражнениями для знакомства с водой и облегченными способами плавания. В дальнейшем процесс формирования навыка плавания осуществляется в три фазы:

- в первой фазе изучаются отдельные плавательные движения, а затем соединяют их в одно целое действие;
- во второй фазе устраняют излишние движения и излишнее мышечное напряжение;
- в третьей происходит совершенствование навыков плавания путем уточнения и изменения техники движения.

К занятиям по плаванию допускаются дети особой заботы только с разрешением врача, поэтому я, как педагог, регулярно провожу предварительные беседы с врачами по диагнозам детей, обучающихся объединения «Путь к успеху» (невролог, педиатр, терапевт, окулист и психолог).

Основными организационными формами учебно-воспитательного процесса являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные занятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- медико-воспитательные мероприятия;
- работа по индивидуальным планам;
- групповые и индивидуальные теоретические занятия.

Численный состав групп определяется по принципу: чем меньше функциональные возможности обучающихся, тем меньше занимающихся должно быть в группе. Кроме того, численный состав занимающихся зависит от индивидуальных (возрастных, половых и других) особенностей и уровня подготовки (см. Типовая программа по плаванию (для организаций и учреждений, занимающихся с детьми особой заботы). Поэтому физкультурно - оздоровительная группа и группа начальной подготовки состоит не более 6-

ти человек, а учебно-тренировочная группа включает не более 4 человек. (см. Типовая программа по плаванию (для организаций и учреждений, занимающихся с детьми с отклонениями в развитии)).

Все обучающиеся, занимающиеся в объединении «Путь к успеху» распределяются по классам. Класс, в который определяется спортсмен, может со временем меняться в зависимости от улучшения или ухудшения функциональных возможностей здоровья. Все обозначения класса начинаются с буквы – S:

- S1-S10- спортсмены с физическими поражениями опорно-двигательного аппарата
- S11-S13- спортсмены с нарушениям зрения (В1. В2. В3).
- S14 - спортсмены с индивидуальными отклонениями.

Использование метода диагностики, изложенного в типовой программе для детей с ОВЗ, является возможным перевод с одного класса в другой, а так же переход с одного этапа обучения на другой.

Специфика занятий с детьми с ОВЗ и детьми - инвалидами, требует от педагога должного внимания и мастерства в профессиональной подготовке.

За время работы в МБУ ДО «ЦДТ» с 2011 года, мной было обучено плаванию более 40 детей с различными отклонениями в здоровье.

Многие воспитанники стали победителями областных, Всероссийских соревнований по плаванию, в 2016-ом году мы были участниками Всероссийской спартакиады детей до 17-ти лет в городе Санкт- Петербург. В данное время несколько обучающихся объединения «Путь к успеху» готовятся к выступлению на Всероссийской спартакиаде в июле месяце 2019-го года в городе Йошкар-Ола. Также хочется отметить, что один из воспитанников объединения «Путь к успеху» является студентом второго курса в Московской государственной академии физического воспитания.