

# ФИЗИЧЕСКО ВЪЗПИТАНИЕ НА ДЕЦА СЪС СПЕЦИАЛНИ ОБРАЗОВАТЕЛНИ ПОТРЕБНОСТИ

Теодора Давидова<sup>1</sup>, Даниела Тасева<sup>2</sup>, Катя Лазарова-Николова<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“

<sup>2</sup>МУ-Варна, Катедра „Здравни грижи“, Филиал В. Търново

## PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Teodora Davidova<sup>1</sup>, Daniela Tasseva<sup>2</sup>, Katya Lazarova-Nikolova<sup>2</sup>

<sup>1</sup>University of Veliko Tarnovo “St. St. Cyril and Methodius“

<sup>2</sup>Department of Health Care, Veliko Tarnovo Affiliate, Medical University of Varna

### РЕЗЮМЕ

Физическото възпитание, предназначено за деца със специални образователни потребности (СОП), в теорията на физическото възпитание и спорта се обозначава с термина „адаптирано физическо възпитание“. То е част от адаптираната физическа активност, която е по-обобщено понятие. Целта на АФВ се различава съществено от тази на традиционното физическо възпитание, осъществявано в масовото училище. Задачите му са твърде специфични и условно се разделят в три основни направления. Средствата на АФВ са същите, както при традиционното физическо възпитание, но прилагани с особена прецизност. Методиката на обучение и съответната учебна програма следва да са специално предназначени за немногочислена група от деца, съобразени с техните моментни психо-физически възможности.

Ползите от заниманията с физическа активност за всички деца, включително и за тези с увреждания, са безспорни. В настоящата научна разработка се отчита ефектът от проведен учебен процес по АФВ с ученици, посещаващи Дневен център за деца със СОП – гр. В. Търново, за период от четири месеца.

**Ключови думи:** деца със СОП, адаптирано физическо възпитание, методика по АФВ

### ABSTRACT

Physical education for children with special educational needs (SEN) in the theory of physical education and sport is defined by the term Adapted Physical Education. It is a part of the adapted physical activity, which is a more generalized concept.

The purpose of adapted physical education differs significantly from the one of traditional physical education implemented in mainstream schools. Its tasks are too specific and conditionally divided into three main areas. The resources of APE are the same as those of traditional physical education, but are used with precision. The teaching methodology and the relevant programme of studies should be specifically designed to small groups of children adapted to their current psycho-physical capabilities.

The benefits of practicing physical activity for all children, including those with disabilities, are indisputable. This scientific research reports the effect of the APE learning process with students attending the Day Care Center for Children with SEN in the city of Veliko Tarnovo, for a period of four months.

**Keywords:** children with SEN, adapted physical education, APE methodology

## ВЪВЕДЕНИЕ

Адаптираната физическа активност се прилага в практиката в различни институции и организации. Това определя и обхвата на адаптираната физическа активност под различни практически форми. Всички те решават различни задачи, но общото е тяхната насоченост към двигателната дейност на хора с увреждания, с което се цели да се приспособят успешно към заобикалящата ги среда и се чувстват равностойни в обществото.

АТФ е целенасочен педагогически процес, в който се решават специфични задачи при наличието на двигателна активност. То представлява адаптиране, модифициране, приспособяване на физическата дейност в учебно-възпитателния процес, така че да е подходяща за лица с увреждания.

Целта на АФВ се различава съществено от тази на традиционното физическо възпитание (ФВ), осъществявано в масовото училище. Тя е насочена към подобряване на здравословното състояние на децата със специални образователни потребности, повишаване на физическата им активност и насърчаване интегрирането им в обществото.

В хода на процеса на обучение се решават различни по вид задачи. Те са твърде специфични и условно се разделят в три основни направления:

I. Задачи, чието решаване оказва положително въздействие върху здравословното състояние на практикуващите.

II. Образователни задачи.

III. Задачи, играещи роля върху социалното поведение на подрастващите (2).

Успешното решаване на задачите зависи от разработването на специални учебни програми и методики, предназначени за конкретна група от деца със СОП. Програмите по АФВ включват дейности, гарантиращи развитието на определени умения, игри, спорт, ритмика, подходящи за интересите, възможностите и ограниченията на учениците с увреждания.

При АФВ не може да се работи със средни стойности по отношение на психо-физическите възможности на обучаваните, интензивността и обема на прилаганото натоварване, както е прието при традиционното ФВ в масовите училища. Цялата учебно-възпитателна дейност е подчинена на индивидуалния подход.

Средствата на АФВ са същите както при традиционното ФВ, но прилагани с особена прецизност, т.е. могат да се определят терминологично като адаптирани.

Ползите от заниманията с физическа активност за всички деца, включително и за тези с увреждания, са безспорни. Б. Димитрова препоръчва индивидуалното практикуване на адаптирана гимнастика за деца с ментални увреждания още от ранна възраст. От изследвания е доказано, че най-добрата терапия за хора с аутизъм е ранното и специализирано обучение със средствата на гимнастиката, насочено към специфичните дефицити на индивида (3).

## ИЗЛОЖЕНИЕ

### *Резултати и обсъждане:*

След предварителна методическа подготовка и изследвания бе разработена специална методика и изготвена учебна програма по АФВ за учениците, посещаващи Дневен център за деца със СОП – гр. В. Търново. За период от 4 месеца бе проведен учебно-възпитателен процес по АФВ с 20 деца, разделени в две групи според моментните им психо-физически възможности. Разликата между занятията на двете групи се състоеше в подбора на средствата и дозировката. За децата с по-ограничени психо-физически възможности, бяха предложени съответно упражнения с по-проста структура и по-лека дозировка. Тримата специални педагози и един кинезитерапевт осъществиха обучение по АФВ.

Чрез преките наблюдения на педагозите и предварително изготвени критерии бе проследен резултатът от проведеното обучение по АФВ.

Най-характерно за първите занимания беше, че те се провеждаха накъсано, с редица трудности, поради факта, че децата нямаха изградени навици за изпълнение на поставени двигателни задачи. Трудно се задържаха в определен строй и не спазваха необходимия ред, затрудняваха се да изпълняват устни команди и правила. Бяха превъзбудени, липсваше концентрация и устойчивост на вниманието им.

В четвъртото занятие педагозите успяха да задържат децата в строй. В следващите няколко занятия обучаваните се справиха задоволително с поставените задачи, но винаги с активна, непосредствена помощ на педагозите. Проблем остана ниската концентрация на вниманието и в двете групи. Занятията преминаваха при прекалено висока емоционалност, което също до известна степен оказваше отрицателно влияние върху насочване на вниманието им към образователната дейност.

След седмото занятие децата бяха овладени по отношение на спазване на елементарен строй и дисциплина в часа. В следващите 10 занятия

постепенно се повиши активността им, налице бяха положителни емоции от извършваната дейност, справяха се по-добре с физическите упражнения, но винаги с активната помощ на педагозите.

След 18-то занятие се наблюдаваше по-голяма активност при добра емоционална среда, напредък в усвояването на игрите, а оказаната помощ от възрастните при изпълнението на част от упражненията вече бе минимална.

След проведени 25 занятия вниманието вече беше овладяно, подобрена бе концентрацията при извършваните двигателни дейности. При някои специфични упражнения и колективни игри успяваха да работят в екип, въпреки затрудненията при съгласуваност в действията си.

Децата започнаха да привикват към ред и последователност в дейностите, в рамките на занятието по АТФ, след 30 занятия. Справяха се със задачите добре, но с непрекъснат контрол от страна на педагозите. В следващите занятия проявяваха по-голям интерес към предлаганите им дейности и демонстрираха положителни емоции при изпълнението им. Въпреки това активната помощ от страна на педагозите не бе прекратена напълно.

В последните шест занятия по АФВ обучаваните разучиха нова игра, като в началото не всички се справиха успешно. Постепенно повечето деца успяха да изпълнят добре движенията, свързани с играта. Все по-уверено се справяха и с упражненията за координация и равновесие, като в началото им бе оказвана помощ от педагозите.

В последната тема бяха предвидени упражнения за провокиране на тактилните усещания на децата. Педагозите отчетоха затруднение при изпълнението им и в двете групи. Децата не разпознаваха различните структури при допир, като ги възприемаха само зрителино. Предполагаме, че това се дължи на липсата на опит и съответно невъзможността за осъществяване на асоциации при допира с различните повърхности и разграничаването им.

Чрез беседи, педагогическо наблюдение и споделяния опит на педагозите определихме и систематизирахме трудностите и особеностите при провеждането на занятията по АФВ. Отчетохме ползата на тази дейност върху общото психо-физическо състояние на децата и как ѝ е въздействала върху поведението им.

Проблеми възникнаха още в началото на занятията, при организирането на децата в групи. Систематизирахме ги в две направления:

- от страна на децата - липса на навици за занимания с физически упражнения, бързо настъпване на умора, ниска концентрация на вниманието, неизградена нагласа за подобен тип занимания; трудности с изпълнението дори и на най-елементарни упражнения;
- от страна на педагозите - трудно структуриране на групата в рамките на занятието; организационни проблеми; трудности при спазване на предварителното времево разпределение.

С цел преодоляване на посочените затруднения бяха направени корекции и търсени алтернативи. Практиката подсказва как да бъде осъществена най-удачната организация в първите занятия по АФВ, когато все още не са създадени навици у децата за подобен вид дейност. Създадената организация на занятията навън и в помещение също изискваше различен подход и времетраене. Протичането на самото занятие при условия навън изискваше по-голяма предварителна подготовка и ангажираност на педагога, тъй като при децата със специални потребности темпът на придвижване и извършване на определена дейност е значително забавен, а трябваше да се отчитат и моментните емоционални нагласи и състояния. Проблем бе и отвличането на вниманието на част от групата от различни външни обекти.

Провеждането на часовете по АФВ в помещение също имаше своите недостатъци, които трябваше да се предвидят от педагозите. Изпълнението на упражнения при ограничено пространство трябваше да е съобразено с дейности по обезопасяване на помещението и прилагането на специфични методи за организиране на дейността.

„В движение” се наложиха и някои промени по отношение на съдържанието на учебната програма, продиктувани от условията и от възможностите на част от децата. Съгласно ограниченията в психо-физическите възможности на децата бе увеличен броят на статичните упражнения и тези с по-проста техника за сметка на тези с по-голяма динамика. Наложиха се някои от темите да бъдат повторени в занятията повече от предвиденото поради затруднения от различно естество, за да бъдат усвоени на задоволително ниво от децата. Това от своя страна доведе до редуциране на броя на някои видове упражнения и игри от програмата.

Въпреки отбелязания напредък в процеса на работата част от обучаваните все още се затруд-

няваха при концентрирането върху зададеното упражнение, което е напълно обяснимо поради спецификата на заболяванията. Предвид степента на увреждане това е допустимо и не може да бъде отчетено като недостатък в работата.

Децата проявяваха по-голям интерес към упражненията, при които са включени уреди и се изпълняват под формата на състезателни игри. Разпределението на децата по двойки бе много добре балансирано и равнопоставено. Така при изпълнение на задачите се развиваше и чувство за колективна дейност и работа в екип.

### ИЗВОДИ

В резултат от проведеня учебен процес по АФВ с децата от Дневен център - гр. В. Търново, могат да се направят следните основни заключения:

1. Налице е определен положителен ефект върху общото психо-физическо състояние на децата вследствие на проведените занимания по АФВ.
2. Определено нараснаха двигателни възможности на децата със СОП, което оказва влияние и върху ежедневните им дейности, извън АФВ.
3. При много от учениците се наблюдаваха възникващи умения за изчакване на ред и спазване на правила, което преди практикуването на АФВ не бе регистрирано.
4. Повлияна в положителна посока бе грубата моторика и стремеж за точност на изпълнение на демонстрираното от преподавателя упражнение.
5. Положителните емоции съпровождаха дейността на децата във всяко едно занятие по АФВ и бяха добра основа за тяхната активност.
6. Наблюдаваше се работа в екип и формиране на колектив.
7. Поведението на децата се подобри вследствие на проведените занятия по АФВ, както и активността им в други дейности.
8. Децата придобиха навик за занимания с физическа активност и спорт, като с нетърпение очакваха занятията по АФВ.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Давидова, Т. Адаптирано физическо възпитание - същност, цел, задачи. Сборник доклади, том 2. В. Търново, Издателски комплекс на НВУ „В. Левски”, 2013.

2. Давидова, Т. Адаптирано физическо възпитание. Методическо ръководство. В. Търново, Издателство „Ай анд Би”, 2013. с. 10-11.
3. Димитрова, Б. АФА със средствата на гимнастиката. С., Бюлид Инс, 2014, с. 41-42.