

УДК 37.037.1

Распругина Нина Викторовна
Ассистент кафедры «Физическая культура»
Rasprugina N.V.
E-mail:raspruginanina25@gmail.com

Нижегородский государственный инженерно-
экономический университет
Nizhny Novgorod State University of
Engineering and Economics
Нижегородская обл., г. Княгинино,
ул. Октябрьская, д. 22А, Россия, 606340
Тел: +7 (83166) 4-15-50

**МЕТОДИКА ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ОБУЧЕНИЯ НА
ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ КАК ОСНОВА
ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В КОЛЛЕДЖЕ**

**METHODOLOGY OF DIFFERENTIATED INSTRUCTION IN PHYSICAL
EDUCATION CLASSES AS A BASIS FOR INCLUSIVE EDUCATION IN
COLLEGE**

Аннотация

Система среднего профессионального образования на современном этапе ее развития переживает глубокую модернизацию. Одним из направлений данного процесса является необходимость активного внедрения в учебно-воспитательный процесс инклюзивного подхода. Деятельность колледжей должна быть направлена на то, чтобы обеспечить равные возможности для реализации себя в профессиональной сфере для всех обучающихся, вне зависимости от состояния их здоровья.

Цель статьи – теоретически обосновать, разработать и экспериментально проверить эффективность методики дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как базового дидактического условия построения инклюзивной образовательной среды в системе среднего профессионального образования (СПО).

Методология и результаты исследования. Исследование опирается на положения, отраженные в концепции гуманизации физического воспитания, а также на принципы развития физических возможностей студентов в рамках адаптивной физической культуры (АФК).

Результаты исследования: данные, полученные в первичной диагностике, позволили сделать вывод о том, что более половины студентов СПО первого курса имеют низкий соматический статус и обладают

дезадаптивными реакциями. После внедрения в учебно-воспитательный процесс методики дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основы инклюзивного образования в колледже в результате проведения повторного среза было зафиксировано улучшение функциональных показателей здоровья у испытуемых студентов.

Практическая значимость определена проведенным педагогическим экспериментом изучения функциональных показателей развития студентов, а также разработанными планами-конспектами занятий (по разделам «Волейбол», «Гимнастика», «Легкая атлетика»), на которых были применены такие приемы дифференциации заданий, как модификация инвентаря, визуальное дублирование сигналов, статико-динамические упражнения.

Ключевые слова: инклюзивное образование, СПО, физическая культура, дифференцированное обучение, адаптивная физическая культура, студенты с ОВЗ, личностно-ориентированный подход.

Abstract

The system of secondary vocational education at the present stage of its development is undergoing deep modernization. One of the directions of this process is the need for active introduction of an inclusive approach into the educational process. The activities of colleges should be aimed at ensuring equal opportunities for self-realization in the professional sphere for all students, regardless of their state of health.

Purpose of the article is to theoretically substantiate, develop, and experimentally test the effectiveness of the methodology of differentiated instruction in physical education classes as a basic didactic condition for building an inclusive educational environment in the system of secondary vocational education (SVE).

Methodology and results of the study. The study relies on the provisions reflected in the concept of humanization of physical education, as well as on the principles of developing students' physical capabilities within the framework of adaptive physical education (APE).

Results of the study: the data obtained in the primary diagnostics allowed concluding that more than half of first-year SVE students have a low somatic status and possess maladaptive reactions. After the introduction into the educational process of the methodology of differentiated instruction in physical education classes as a basis for inclusive education in college, as a result of a repeated assessment, an improvement in the functional health indicators of the tested students was recorded.

Practical significance is determined by the conducted pedagogical experiment studying the functional indicators of students' development, as well as by the developed lesson plans (for the sections «Volleyball», «Gymnastics», «Track and Field Athletics»), in which such techniques of differentiation of tasks as modification of equipment, visual duplication of signals, and static-dynamic exercises were applied.

Keywords: inclusive education, SVE, physical education, differentiated instruction, adaptive physical education, students with disabilities, personality-oriented approach.

Введение

Система среднего профессионального образования переживает в настоящее время этап модернизации. С. П. Евсеев отмечает, что одним из ее направлений является внедрение инклюзивного подхода в учебно-воспитательный процесс. Связано это с тем, что колледжи, входящие в систему СПО, рассматриваются как важнейший институт личностной и профессиональной социализации молодежи, ее самоопределения в жизни [1, с. 8].

Колледжи призваны обеспечивать всем категориям обучающихся равные стартовые возможности. Исключением в этом процессе не являются и студенты, у которых зафиксированы ограниченные возможности здоровья (ОВЗ) и инвалидность.

С. М. Ахметов подчеркивает тот факт, что инклюзивные практики в учебно-воспитательном процессе любого образовательного учреждения могут быть рассмотрены как наиболее сложные для формирования дидактического пространства учебного заведения [2, с. 41]. Особенно это относится к реализации такой учебной дисциплины, как «Физическая культура». По мнению ученого связано это с тем, что в системе образования в целом, и в системе СПО в частности сложилась и прочно укоренилась нормативно-стандартизированная модель физического развития студентов. Ее отличительной особенностью является единый подход к выполнению нормативов физического развития. Однако в условиях инклюзивного образования данный подход противоречит тем реальным возможностям, которыми обладают многие студенты.

В. В. Андреев считает, что при традиционном подходе студенты делятся на тех, кто относится к основной группе здоровья, и тех, у кого есть специальная медицинская группа здоровья. Именно эта группа студентов подвергается скрытой изоляции, то есть их физическим развитием в учебном заведении целенаправленно не занимаются. Инклюзивное же образование направлено на то, чтобы удовлетворить образовательные и воспитательные потребности всех студентов, не зависимо от того, к какой группе здоровья они относятся [3, с. 12]. Для этого проводится специальная работа для интеграции данной группы студентов в активную двигательную деятельность, которая им под силу. На занятиях физической культурой для данной работы наиболее подходит методика дифференцированного обучения.

Л. И. Лубышева выдвинула гуманистическую парадигму образования, в основе которой лежит идея внедрение спортизации и гуманизации в систему физического воспитания [4].

С. А. Белохорт отмечает, что инклюзивное физическое образование должно быть построено в соответствии с принципами адаптивной физической культуры. Инклюзия рассматривается автором как создание образовательной

среды, в которой студенты в независимости от того, на каком уровне развития находится их здоровье, вовлекаются в совместный учебный процесс, построенный на гибкой трансформации дидактических условий обучения и воспитания [5, с.1005].

Физическое воспитание студентов СПО в этом случае проводится дифференцированно. Для этого преподаватель, по мнению Е. Г. Ермаковой, должен провести работу по целенаправленному отбору учебного материала, а также методов, форм и средств обучения при учете индивидуальных особенностей обучающихся, их потенциала к адаптации к изменяющимся условиям, сформированности уровня мотивации [6, с. 124].

И. В. Манжелей считает, что физкультурно-образовательное пространство в учебном заведении должно быть вариативным и доступным для разных групп студентов. Дифференцированный подход к ним при проведении учебных занятий строится на личностно-ориентированных заданиях, что способствует формированию личностных качеств студентов СПО [7].

Материалы и методы исследования

Изучение особенностей дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основе инклюзивного образования в колледже основано на применении ряда теоретических и практических методов исследования.

К теоретическим методам исследования, применяемым в процессе изучения рассмотренной темы, относятся:

- анализ научной литературы по теме исследования;
- синтез полученной информации, ее обработка и обобщение в соответствии с темой исследования.

К эмпирическим (практическим) методам исследования можно отнести:

- антропометрический метод;
- педагогический эксперимент;
- метод математической обработки полученных экспериментальных данных.

В рамках антропометрического метода исследования нами были проведены функциональные пробы студентов колледжа, которые позволили оценить состояние различных систем их организма: центральной нервной системы, дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Функциональное состояние центральной нервной системы студентов мы оценивали с помощью модифицированной пробы Ромберга. Испытуемому предлагается поднять одну ногу до уровня коленного сустава, вытянуть руки вперед, раздвинуть пальцы и закрыть глаза. Необходимо засечь время, в течение которого испытуемый сможет сохранить равновесие. Испытание заканчивается, если испытуемый начинает пошатываться, у него появляются тремор рук или же век.

Функциональное состояние дыхательной системы студентов мы оценивали с помощью пробы Штанге. Испытуемый садится, делают глубокий,

но не максимальный вдох, и после этого задерживают дыхание. Время фиксируется секундомером.

Функциональное состояние сердечно-сосудистой системы студентов мы оценивали с помощью теста Руфье. Испытуемому предлагается присесть на стул и после 5 минут происходит подсчет его пульса. После этого испытуемому предлагается выполнить 30 приседаний (присед максимальный, руки вперед) в течение 45 секунд. Сразу же после выполнения приседаний у испытуемого вновь подсчитывается пульс по следующей схеме – в первые 15 секунд и в последние 15 секунд. Затем в соответствии с формулой подсчитываются результаты.

Следующим методом практического изучения предложенной темы стал метод педагогического эксперимента.

В представленном исследовании эксперимент использовался для практического обоснования теоретических знаний, представленных в работе. Цель эксперимента - изучить особенности дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основа инклюзивного образования в колледже.

Проведенное нами экспериментальное исследование достоверно, так как оно отвечает ряду требований, основными среди которых можно назвать:

- ориентацию на проверку теоретических положений, представленных в исследовании;
- применение комплекса методик, а также реализация нескольких направлений практической деятельности по дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основе инклюзивного образования в колледже;
- эксперимент состоял из нескольких частей: диагностики уровня физической подготовленности студентов и проведения функциональных проб для того, чтобы выявить уровень развития у юношей ЦНС, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Полученные данные позволили применить методику дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основа инклюзивного образования в колледже;
- проведение эксперимента происходило под нашим контролем, правила его реализации опирались на требования к проведению диагностик и внедрению практических направлений работы;
- эксперимент описан детально, что предполагает возможность его повторного проведения.

Математическая обработка данных. Данный метод, как правило, используется в комплексе с другими методами. В нашей работе математическая обработка данных была представлена графическим методом – с помощью диаграмм. Такое представление результатов характеризуется наглядностью, чёткостью и простотой восприятия полученных данных.

Результаты исследования

Нами были проведены функциональные пробы, которые позволили оценить состояние различных систем организма студентов: центральной

нервной системы, дыхательной и сердечно-сосудистой систем в инклюзивном образовании в колледже. Полученные данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты первичной диагностики функциональных проб студентов

Название функциональной пробы	Что изучает	Уровень функционального состояния				
		Отличное	Хорошее	Удовлетв.	Неудовлетв.	Слабое
Проба Ромберга	Состояние ЦНС	2 чел. (10 %)	3 чел. (15 %)	4 чел. (20 %)	4 чел. (20 %)	7 чел. (35 %)
Проба Штанге	Состояние дыхательной системы	1 чел. (5 %)	2 чел. (10 %)	4 чел. (20 %)	5 чел. (25 %)	8 чел. (40 %)
Тест Руфье	Состояние сердечно-сосудистой системы	2 чел. (10 %)	2 чел. (10 %)	5 чел. (25 %)	5 чел. (25 %)	6 чел. (30 %)

Данные, представленные в таблице 1, позволяют говорить о том, что более половины испытуемых студентов имеют функциональные проблемы со здоровьем.

Так, согласно пробе Ромберга, состояние центральной нервной системы у 20 % студентов оценено как неудовлетворительное, у 35 % как слабое. Это означает, что они имеют нарушения вестибулярного аппарата и мозжечка, у них низкие координационные способности, что делает для них затруднительным выполнение многих упражнений, в том числе и контрольных, показывающих физическое развитие.

Согласно пробе Штанге, состояние дыхательной системы у 25 % студентов оценено как неудовлетворительное, у 40 % как слабое. Такие низкие показатели позволяют говорить о низкой способности тканей организма студентов получать кислород и эффективно справляться с его дефицитом; о низкой мощности дыхательных мышц и неполной работе легких; о низком уровне тренированности и физической подготовки. Проблемы, связанные с дыхательной системой у студентов связаны в том числе с тем, что практически все они курят (сигареты, вейпы).

Согласно пробе Руфье, состояние сердечно-сосудистой системы у 25 % студентов оценено как неудовлетворительное, у 30 % как слабое. Это говорит о том, что у испытуемых студентов сердечно-сосудистая система плохо реагирует на стресс, сердце медленно восстанавливает свою нормальную работу после получения физической нагрузки, а весь организм в целом плохо приспосабливается к нагрузкам.

Данные о результатах первичной диагностики функциональных проб студентов представлены на рисунке 1.

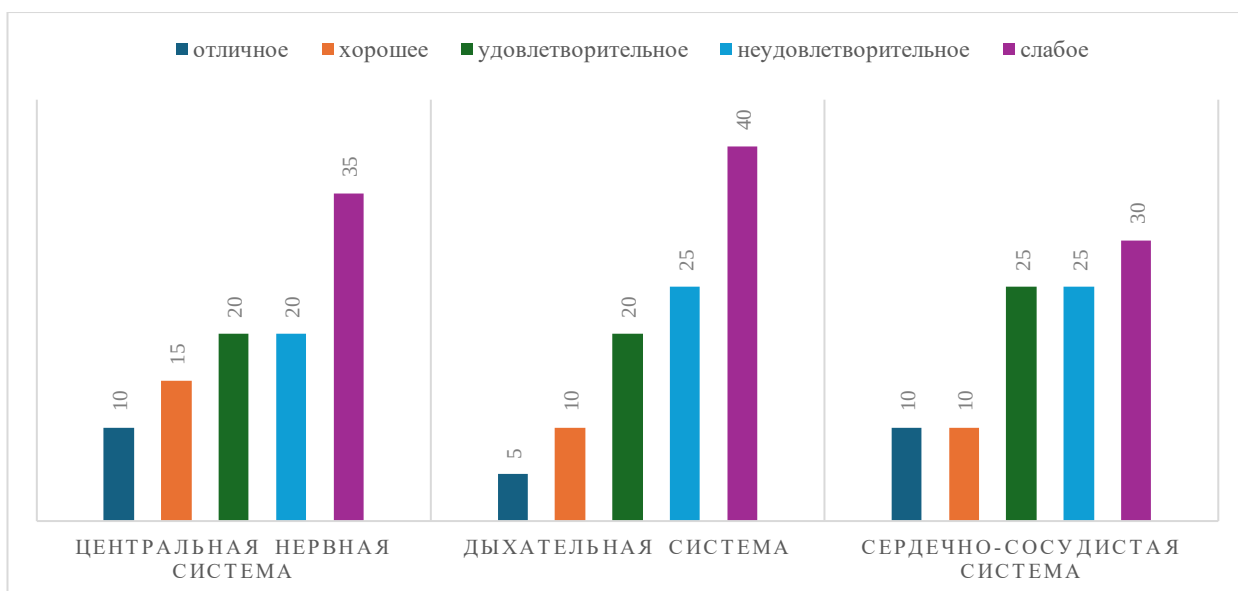


Рисунок 1 – Результаты первичной диагностики функциональных проб студентов

Данные о функциональных пробах студентов, полученные в первичной диагностике, говорят о том, что предлагаемые им физические упражнения должны быть направлены на развитие центральной нервной системы, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. В соответствии с этим нами была разработана система занятий по физической культуре в инклюзивной среде СПО.

Основная задача при работе с инклюзивными группами состоит в том, что необходимо продумать распределение нагрузки в зависимости от состояния здоровья студентов, а также адаптировать упражнения для того, чтобы все студенты могли их выполнить.

При подготовке занятий нами были использованы методические рекомендации по адаптивной физкультуре. Согласно им, студенческая группа была разделена на подгруппы:

- Группа А (специальная медицинская группа / Студенты с ОВЗ). Сюда были включены студенты, у которых выявлены легкие ментальные нарушения, нарушения органов зрения, слуха или же опорно-двигательного аппарата. Для данных студентов физическая нагрузка была снижена, им предлагались упрощенные задания, использовался прием визуализации выполнения физических упражнений;

- Группа Б (основная и подготовительная группа). Сюда вошли те студенты, у которых нет ограничений для занятия физической культурой по состоянию здоровья. Они выполняли стандартные требования программы ФГОС СПО;

- Группа В (спортивно-ориентированная группа). В нее вошли студенты, имеющие высокий уровень физической подготовки. Они не только выполняли усложненные нормативы, но и были наставниками (тьюторами) для студентов группы А.

Рассмотрим примеры занятий физической культурой в инклюзивной среде СПО.

Занятие 1. Раздел: Спортивные игры (Волейбол). Тема: «Обучение технике приема и передачи мяча сверху двумя руками».

В качестве инвентаря использовались как стандартные волейбольные мячи, так и облегченные мячи, для проведения игрового момента волейбольная сетка была опущена на высоту 200 см.

В процессе разминки (15 минут) студенты группы А выполняли ходьбу с фиксацией правильной осанки, бег в умеренном темпе по дорожке из ярких фишек. В задании для этих студентов были исключены резкие прыжки и ускорения.

Студенты групп Б и В выполняли упражнение «Бег с изменением направления (змейкой)», при этом использовали приставные шаги и прыжки.

В основной части занятия студенты группы А выполняли упражнения стоя на месте, работая при этом с облегченным мячом. Им было предложено поймать мяч над головой в «баскетбольное кольцо» из пальцев, при этом они должны были правильно зафиксировать положение кистей, а затем вытолкнуть мяч вверх-вперед. Также они работали в парах на близком расстоянии (2–3 м).

Студенты группы Б отрабатывали стандартную стойку волейболиста с волейбольным мячом в упражнениях «Верхняя передача мяча», «Передача мяча партнеру в паре без ловли» на расстоянии 4 метра.

Группа В отрабатывала динамическую стойку со стандартным мячом, чередуя верхнюю и нижнюю передачу, работая в парах, передавая мяч друг другу после перемещения.

Далее группам была предложена подвижная игра:

- Группа А играла в «Мяч в воздухе». В их задачу входило удержание мяча как можно дольше, при этом им разрешался один перехват или же ловля мяча руками;

- Группы Б и В провели учебную игру по упрощенным правилам волейбола. При этом студенты группы В выступали в ролях судей, капитанов команд, определяли тактику и стратегию игры.

В заключительной части занятия подводятся итоги, студенты группы А поощряются за успехи в выполнении координационных упражнений.

Занятие 2. Раздел: Гимнастика. Тема: «Развитие силовой выносливости и гибкости с элементами фитнеса».

Для занятия необходимы гимнастические палки и коврики, шведская стенка, секундомер.

Во вводной части занятия студентам всех групп предлагается к выполнению комплекс общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками. При этом для студентов группы А все упражнения и команды дублирует визуальный показ (студент-тьютор из группы В).

В основной части занятия студентам предлагается круговая тренировка:

- на мышцы пресса: группа А – из положения лежа подъем согнутых ног; группа Б – скручивания; группа В – подъем прямых ног к перекладине на шведской стенке;
- приседания: группа А – с опорой руками на стул или шведскую стенку для того, чтобы удерживать баланс; группа Б – приседания с руками за головой; группа В – «пистолетик»;
- планка: группа А – опора на колени и предплечья (20-30 секунд); группа Б – классическая планка (45-60 секунд); группа В – смена точки опоры при выполнении упражнения.

В заключительной части все студенты выполняют дыхательные техники и стретчинг).

Занятие 3. Раздел: Легкая атлетика. Тема: «Обучение технике высокого старта и развитию скоростно-силовых качеств».

Для занятия необходимы яркие стартовые колодки, конусы, свисток, эстафетные палочки.

На разминке студенты выполняют бег с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени. При этом студенты группы А делают упражнение с меньшей амплитудой по специально разметке.

В основной части занятия со студентами отрабатывается высокий старт и стартовый разгон:

- для группы А команды «На старт!», «Внимание!», «Марш!» происходит в медленном темпе. При этом используется взмах ярким флажком (визуальный сигнал) вместо свистка. Время выполнения не учитывается. Дистанция - 20 метров;
- группа Б выполняет упражнение по свистку, дистанция - 30 метров, фиксируется правильный наклон туловища;
- группа В выполняет упражнение, стартуя из различных положений (например, из упора лежа), дистанция 40 метров, с фиксацией времени.

Далее студентам предлагается поучаствовать в линейной эстафете. Для этого необходимо сформировать смешанные команды: группа А бежит 20 метров, задача - передать палочку партнеру в руки; группа Б бежит 30 метров; группа А бежит финишные 40 метров, прием палочки – вслепую.

Заканчивается занятия спокойной ходьбой по кругу, измерением пульса и фиксацией самочувствия.

В конце первого семестра первого курса обучения было проведено повторное тестирование физической подготовленности студентов по рассмотренным выше методикам.

Нами было проведено повторное измерение функциональных проб, которые позволили оценить динамику состояния различных систем организма юношей: центральной нервной системы, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Полученные данные представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Сравнительные результаты диагностики функциональных проб студентов в инклюзивной среде коллежа

Название функциональной пробы	Что изучает	Уровень функционального состояния									
		Отличное		Хорошее		Удовлетв.		Неудовл.		Слабое	
		1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез
Проба Ромберга	Состояние ЦНС	2 чел. 10 %	3 чел. 15 %	3 чел. 15 %	4 чел. 20 %	4 чел. 20 %	5 чел. 25 %	4 чел. 20 %	3 чел. 15 %	7 чел. 35 %	5 чел. 25 %
Проба Штанге	Состояние дыхательной системы	1 чел. 5 %	3 чел. 15 %	2 чел. 10 %	3 чел. 15 %	4 чел. 20 %	5 чел. 25 %	5 чел. 25 %	4 чел. 20 %	8 чел. 40 %	5 чел. 25 %
Тест Руфье	Состояние сердечно-сосудистой системы	2 чел. 10 %	3 чел. 15 %	2 чел. 10 %	3 чел. 15 %	5 чел. 25 %	7 чел. 35 %	5 чел. 25 %	3 чел. 15 %	6 чел. 30 %	4 чел. 20 %

Данные, представленные в таблице 2, позволяют говорить о том, что у испытуемых студентов произошло улучшение функционального состояния организма.

Так, согласно пробе Ромберга, состояние центральной нервной системы у 15 % студентов (20 % в первом срезе) оценено как неудовлетворительное, у 25 % студентов (35 % в первом срезе) как слабое. Показатели развития ЦНС у студентов улучшились что говорит о развитии их координационных способностей, что существенно влияет на их умение выполнять различные упражнения, в том числе и контрольные, показывающие уровень физического развития. Сравнительные результаты 1 и 2 срезов представлены на рисунке 2.

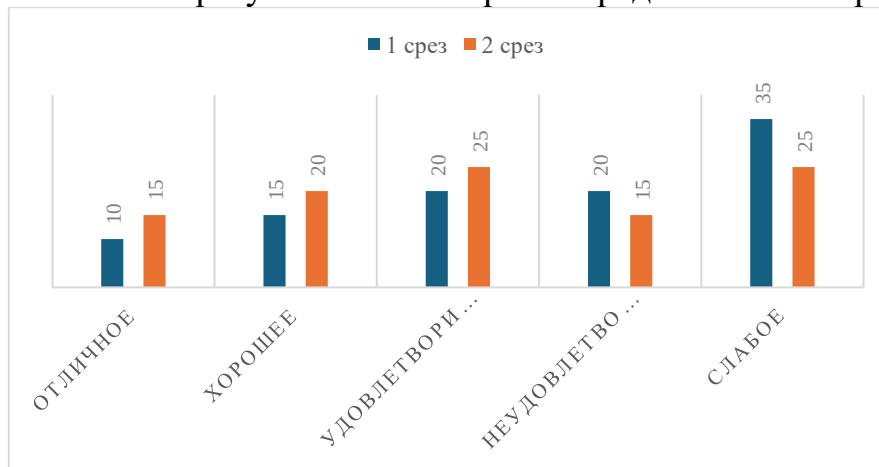


Рисунок 2 – Сравнительные результаты по пробе Ромберга (центральная нервная система)

Согласно пробе Штанге, состояние дыхательной системы у 20 % студентов (25 % в первом срезе) оценено как неудовлетворительное, у 25 % студентов (40 % в первом срезе) как слабое. У студентов повысилась способность тканей организма получать кислород и эффективно справляться с его дефицитом; произошло увеличение мощности дыхательных мышц и улучшение работы легких; у студентов повысился уровень тренированности и физической подготовки. Сравнительные результаты 1 и 2 срезов представлены на рисунке 3.

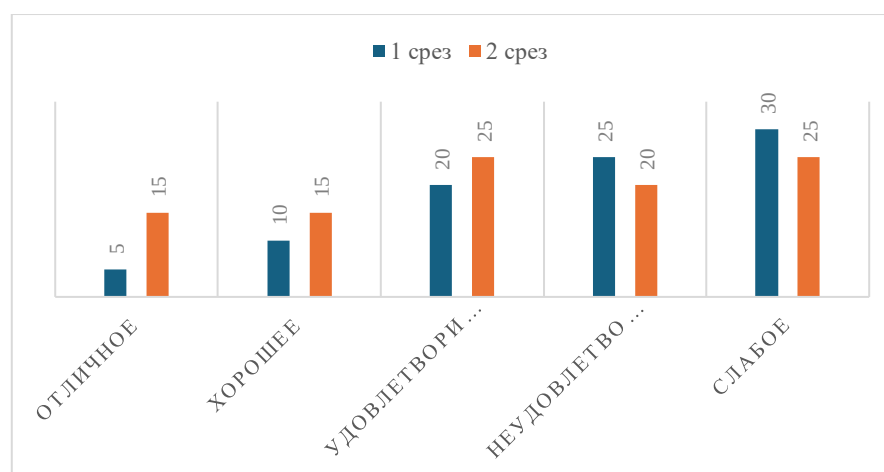


Рисунок 3 – Сравнительные результаты по пробе Штанге (дыхательная система)

Согласно пробе Руфье, состояние сердечно-сосудистой системы у 15 % студентов (25 % в первом срезе) оценено как неудовлетворительное, у 20 % студентов (30 % в первом срезе) как слабое. Это говорит о том, что у испытуемых студентов произошли положительные изменения в развитии сердечно-сосудистой системы: она стала лучше реагировать на стресс, сердце стало быстрее восстанавливать свою нормальную работу после получения физической нагрузки, а весь организм в целом стал лучше приспосабливаться к нагрузкам. Сравнительные результаты 1 и 2 срезов представлены на рисунке 4.

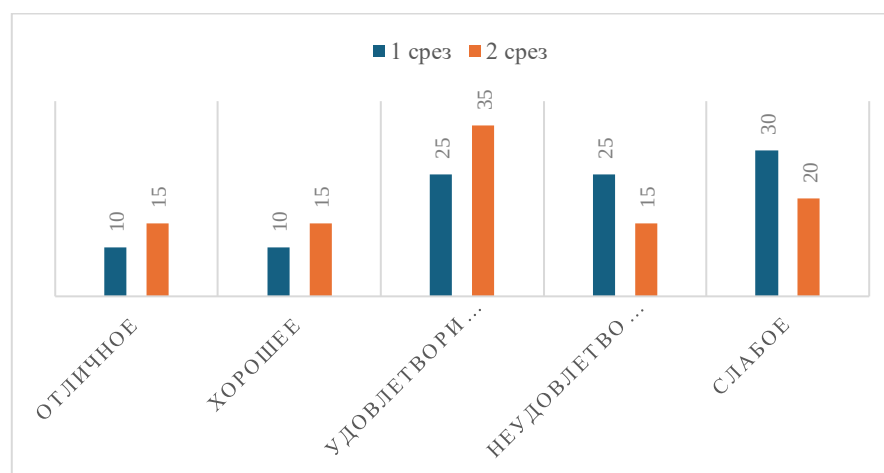


Рисунок 4 – Сравнительные результаты по тесту Руфье (сердечно-сосудистая система)

Обсуждение результатов

Результаты проведенного исследования подтверждаются теоретическими и практическими выводами, полученными учеными, занимающимися вопросами внедрения методики дифференцированного обучения на занятиях физической культурой как основе инклюзивного образования в колледже.

Методика дифференцированного обучения в инклюзивных группах СПО может быть представлена следующими взаимосвязанными компонентами:

1. целевым, который предполагает, что цель урока состоит в формировании у студентов мотивации к постоянной двигательной активности.

При этом мотивация должна быть внутренней и устойчивой, что будет способствовать приобретению студентами навыков сбережения своего здоровья, а также позволит компенсировать при их наличии дефициты физического развития через освоение новых двигательных умений [8, с. 71];

2. содержательным, который предполагает модификацию учебного материала через гибкое варьирование объемов и интенсивности физических нагрузок, адаптацию структуры различных двигательных действий к возможностям здоровья различных обучающихся [9, с. 49]. При данном подходе учебный материал представляет собой общую для всех часть (ознакомление студентов с теорией физической культуры и методикой выполнения различных упражнений, усвоения правил безопасного их выполнения, приобщения к здоровому образу жизни) и часть дифференцированную, которая разрабатывается для каждой конкретной группы студентов исходя из особенностей их развития. Так, например при освоении основных техник работы с мячом в волейболе основная часть занятия направлена на отработку приема и передачи мяча. При этом студенты с основной группой здоровья отрабатывают приемы в динамике (в прыжке, в работе через сетку), а студенты инклюзивной группы - в статике (у стены, стоя на месте). Также им можно предложить использовать фитнес-мяч, что существенно снизит ударную нагрузку на суставы и кисти [10];

3. технологическим, предполагающим использование различных методических приемов и форм организации работы. Инклюзивный урок предполагает сочетание различных видов работы: фронтальной, групповой и индивидуальной [11].

Рассмотрим методические приемы дифференциации, имеющие наибольший эффект при инклюзивном подходе к урокам физической культуры в СПО:

1. модификация пространственно-временных характеристик площадки (например, уменьшение высоты сетки) и инвентаря (например, эспандеры различного сопротивления);

2. снижение кардио и координационной нагрузки студентов, имеющих низкий адаптационный потенциал. Они могут выполнять упражнения в статическом режиме (пилатес, стретчинг), а также осваивать различные дыхательные комплексы» [12];

3. применение метода «командного шефства» и игровых ролей, который позволяет решать воспитательные задачи в группе студентов. Для этого важно соблюдать основное правило: не разделять группу пространственно. Так, если студенты не могут непосредственно участвовать в игровых видах спорта, то они могут быть судьями, ассистентами, тактическими координаторами. Также можно организовать игру по адаптированным правилам, что позволит всем студентам принять в ней участие на приблизительно разных условиях (например, поиграть в волейбол сидя). Применение данного метода способствует формированию у студентов

не только навыков командного взаимодействия, но и развивает эмпатию и толерантность [13];

4. контрольно-оценочным. Данный компонент при работе в инклюзивной группе предполагает, что преподаватель отойдет от традиционной оценки по пятибалльной системе, а будет ставить оценку, исходя из индивидуального прироста показателей, то есть, той динамики, которая присуща личным достижениям каждого студента [14].

Также преподаватель может оценить уровень освоения студентом навыков самоконтроля (например, ведение дневника здоровья), дать оценку прилежанию студентов, регулярности посещения ими занятий, их активности в процессе проведения урока. Данный подход к оцениванию деятельности студентов имеет личностную ориентацию, что способствует реализации воспитательного потенциала уроков физической культуры [15].

Применение в системе СПО методики дифференцированного обучения на занятиях физической культурой может быть рассмотрено как базовое дидактическое условие для работы по построению в учебном заведении инклюзивной образовательной среды.

Заключение

Таким образом, подход к инклюзивному образованию в учебно-воспитательном пространстве СПО должен быть основан на отказе от жестких нормативов выполнения тех или иных физических упражнений. Инклюзивное образование должно быть построено на принципе гибкого варьирования различных физических нагрузок, на постоянной модификации инвентаря, на подборе различных критериев оценивания. Все это позволит сформировать у студентов СПО с разными возможностями здоровья внутреннюю мотивацию к занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Евсеев С. П. Технологии адаптивной физической культуры в инклюзивном образовании: учебное пособие для вузов и колледжей / С. П. Евсеев. - 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2024. - 284 с.
2. Ахметов С. М. Проектирование инклюзивного образовательного пространства в учреждениях физической культуры и спорта / С. М. Ахметов // Теория и практика физической культуры. - 2022. - № 9. - С. 41–43.
3. Андреев В. В. Базовые концепции преподавания дисциплины «Физическая культура» в условиях инклюзивного образования / В.В. Андреев, А.В. Фоминых // Спорт и спортивная медицина. - 2020. - С. 11-17
4. Лубышева, Л. И. Гуманистическая парадигма физкультурного образования студентов в условиях современных цифровых и инклюзивных вызовов / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2023. - № 2. - С. 2–5.
5. Белохорт С. А. Инклюзивный подход к обучению студентов по дисциплине физическая культура / С.А.Белохорт // Вестник науки. - № 5 (62). - 2023. - С. 1004-1008.

6. Ермакова Е. Г. Инклюзивный подход к обучению студентов по дисциплине «Физическая культура» / Е.Г. Ермакова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. - 2020. - № 5-3 (44). - С. 123-125
7. Манжелей, И. В. Вариативность и доступность физкультурно-образовательной среды как условие реализации инклюзивного образования / И. В. Манжелей // Образование и наука. - 2021. - Т. 23, № 5. - С. 143–167.
8. Бегидова Т. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. - М.: Юрайт, 2026. – 182 с.
9. Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. / Н.Л.Литош - М.: Юрайт, 2020. - 170 с.
10. Методические рекомендации для преподавателей по проведению занятий физической культурой для людей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья/ Матвеева М. В., Карамзина С. А. – г. Тюмень, 2021. – 9 с.
11. Михалина, Е. В. Методические приемы дифференциации и командного взаимодействия на уроках физической культуры в инклюзивных группах СПО / Е. В. Михалина, А. А. Петров // Среднее профессиональное образование. - 2023. - № 11. - С. 34–38.
12. Светличная Н. К. Развитие инклюзивного образования в области адаптивного физического воспитания детей / Н.К. Светличная // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. - 2022. - Т. 27. - №. 3. - С. 705-713
13. Пястолова Н. Б. Инклюзивная физическая культура: состояние, проблемы, перспективы / Н. Б. Пястолова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2021. - Т. 6 - № 1. - С. 118-124
14. Семенов С. А. развитие инклюзивной среды при занятиях физической культуры / С. А.Семенов // Проблемы современного педагогического образования. - № 85-1 - 2024. - 324-326.
15. Чедова Т. И. Физическая культура. Инклюзивное образование: физическая культура как ресурс для реализации инклюзии в высшем образовании: учебно-методическое пособие / Т. И.Чедова // Пермский государственный национальный исследовательский университет. - Пермь, 2021. - 167 с.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

Распругина Нина Викторовна – ассистент кафедры «Физическая культура» ГБОУ ВО «Нижегородский государственный инженерно-экономический университет» г. Княгинино, Россия, E-mail: raspruginanina25@gmail.com, ORCID: 0009-0002-2768-7618