

ИНКЛЮЗИВНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ФАКТОР СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЦ, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

INCLUSIVE AND ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AS A FACTOR OF SOCIALIZATION OF PERSONS WITH HEALTH DEFECTS

Физическая культура. Спорт. Здоровье. 2022. № 1
Physical Education. Sport. Health, 2022, no. 1

Научная статья

УДК 378.14+376.3+796.011

Формирование профессионально значимых физических качеств студентов с сенсорными нарушениями

Гончарова Марина Сергеевна¹, Рябцев Сергей Михайлович²

¹Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия, prep_goncharova@mail.ru

²Севастопольский государственный университет, Севастополь, Россия,
ounce2014@gmail.com

Аннотация. *Введение.* Профессионально значимые физические качества, формируемые средствами профессионально-прикладной физической подготовки, обеспечивают возможность студентам лучше подготовиться к будущей профессиональной деятельности: повысить функциональные возможности организма, уровень физической подготовленности применительно к будущим условиям работы. При этом вопросы формирования профессионально значимых физических качеств студентов с инвалидностью и ОВЗ в системе профессионального обучения практически не исследованы. *Методология.* Проведенный анализ литературных источников по проблеме формирования профессиональных качеств, изучение нормативных документов в совокупности с экспертной оценкой специалистов в области адаптивной физической культуры позволили выделить основные профессионально значимые физические качества для работников, имеющих сенсорные нарушения, определить профессионально-моторные характеристики и функциональные механизмы двигательных действий, подобрать наиболее эффективные средства адаптивного физического воспитания. *Заключение.* Предложенная характеристика развития профессионально значимых физических качеств поможет педагогам расширить содержание программного материала по адаптивному физическому воспитанию студентов с сенсорными нарушениями и внедрить элементы профессионально-прикладной физической подготовки в занятия специальной медицинской группы, что позволит осуществлять развитие и коррекцию двигательных возможностей студентов с инвалидностью и ОВЗ в физической подготовке к будущей профессии.

Ключевые слова: студенты с инвалидностью и ОВЗ, сенсорные нарушения, профессионально значимые физические качества, профессионально-моторные характеристики, функциональные механизмы, средства адаптивного физического воспитания, профессионально-прикладная физическая подготовка

Для цитирования: Гончарова М. С., Рябцев С. М. Формирование профессионально значимых физических качеств студентов с сенсорными нарушениями // Физическая культура. Спорт. Здоровье. – 2022. – № 1. – С. 9–16.

Formation of professionally significant physical qualities of the students with sensory defects

Goncharova Marina Sergeevna¹, Ryabtsev Sergey Mikhaylovich²

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, prep_goncharova@mail.ru*

²*Sevastopol State University, Sevastopol, Russia, ounce2014@gmail.com*

Abstract. *Introduction.* Professionally significant physical qualities, formed by means of professionally applied physical training, provide an opportunity for students to better prepare for their future professional activities: to increase the functionality of the body, the level of physical fitness, in relation to future working conditions. At the same time, the issues of formation of professionally significant physical qualities of students with disabilities and disabilities in the system of vocational training have not been practically studied. *Methodology.* The analysis of literary sources on the problem of professional qualities formation, the study of regulatory documents with the expert assessment of specialists in the field of adaptive physical culture, made it possible to identify the main professionally significant physical qualities for workers with sensory impairments, to determine professional motor characteristics and functional mechanisms of physical capacity, choose the most effective means of adaptive physical education. *Conclusion.* The proposed characteristic of the development of professionally significant physical qualities will help teachers expand the content of the program material on adaptive physical education of students with sensory defects and introduce elements of professionally applied physical training into the classes of a special medical group, which will allow for the development and correction of motor abilities of students with disabilities and disabilities in physical preparation for a future profession.

Keywords: students with special needs and disabilities, sensory impairments, professionally important physical qualities, professional motor characteristics, functional mechanisms means of adaptive physical education, professionally-oriented physical education

For citation: Goncharova M. S., Ryabtsev S. M. Formation of professionally significant physical qualities of the students with sensory defects. *Physical Education. Sport. Health*, 2022, no. 1, pp. 9–16.

Введение. Проблемы качества подготовки специалистов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, их готовность к профессиональной деятельности и будущая конкурентоспособность являются предметом пристального внимания широкого круга специалистов, считающих, что совокупность и уровень развития профессионально значимых физических качеств выступают одним из важных компонентов подготовки будущего профессионала. Будущие специалисты должны обладать не только фундаментальными базовыми знаниями в профессиональной сфере, но и совокупностью устойчивых психофизических свойств организма, характеризующих

готовность к профессиональной деятельности в различных условиях и отвечающих требованиям работодателей [13; 14; 16; 17].

Методология. Проблема развития профессионально важных и значимых качеств специалистов остается актуальной и в настоящее время. В рамках психолого-педагогических исследований ее рассматривали В. Д. Шадриков, А. А. Деркач, Э. Ф. Зеер., В. И. Лазуткин, А. В. Карпов, А.К. Маркова, В. М. Меншиков, Д. О. Поляков, Г. В. Колошина и другие ученые. При этом исследователи разделились в подходе к определению профессиональных качеств специалиста. Одни ученые дают определение «профессионально значимым качествам», другие «профессионально важным качествам».

Сторонники подхода к определению профессионально важных качеств (В. Д. Шадриков, Э. Ф. Зеер, В. И. Лазуткин, Ю. В. Котелова и др.) выделяют психологические качества личности как основополагающие и определяющие продуктивность профессиональной деятельности: внимание, образная и двигательная память, мышление, наблюдательность, эмоциональная устойчивость, целеустремленность и т. п. [5; 7; 19]. А. К. Маркова, С. В. Кондратьева, Л. М. Митина и др. считали основной составляющей профессиограммы профессионально значимые качества [6; 9; 10]. Исследователь А. А. Деркач в своих работах разделял профессионально важные качества и профессионально значимые качества. Под профессионально важными качествами он понимает «качества, оказывающие влияние на эффективность решения задач профессиональной деятельности», а под профессионально значимыми – «качества, влияющие на эффективность задач профессионального развития» [3].

Вопросы развития профессионально значимых физических качеств отражены в трудах Степановой М.В., Жуковой Т.А., Власовой Ж.Н. [4; 18]. При этом, вопросы формирования профессионально значимых физических качеств специалистов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в системе профессионального обучения практически не исследованы.

Изучение и анализ психолого-педагогической литературы позволил сформулировать авторское понятие: «Профессионально значимые физические качества специалиста с инвалидностью и ОВЗ определяются как прикладные физические качества, обеспечивающие профессиональную надежность и работоспособность в трудовой деятельности, профилактику профессиональных заболеваний с возможностью коррекции и поддержания здоровья».

Обсуждение. На основании анализа литературных источников, исследований по проблематике формирования профессионально важных и значимых качеств, изучения профессиональных стандартов, условий труда, профессиограмм, экспертной оценки специалистов в области адаптивной физической культуры и спорта выделены основные профессионально значимые физические качества для работников, имеющих сенсорные нарушения. Литературный анализ позволил выявить профессионально-моторные характеристики двигательных действий, формирующие основные виды двигательной активности в течение рабочего дня и функциональные механизмы психофизической связи нервных центров с системами организма, обеспечивающие возможность формирования профессионально значимых физических качеств.

Обозначены средства адаптивного физического воспитания, способствующие развитию и коррекции двигательных возможностей студента с инвалидностью и ОВЗ на учебных и самостоятельных занятиях по физической культуре.

В таблице представлена характеристика развития основных профессионально значимых физических качеств специалистов с сенсорными нарушениями, способствующих повышению профессиональной работоспособности и формированию профессионального здоровья.

Таблица

Профессионально значимые физические качества специалистов с сенсорными нарушениями, формируемые средствами адаптивного физического воспитания

Профессионально значимые физические качества	Профессионально-моторные характеристики двигательных действий	Функциональные механизмы двигательных действий	Средства адаптивного физического воспитания
Общая выносливость	Поддержание общей работоспособности в процессе монотонной работы	Состояние сердечно-сосудистой и дыхательной систем Суммарная нагрузка на центральную нервную систему	Продолжительный бег, ходьба, плавание, туристический поход
Динамическая выносливость	Дозирование по величине длительности работы (например, работа на компьютере)	Состояние проприоцептивного (двигательного) анализатора	Циклические упражнения длительного характера
Статическая выносливость	Сохранение рабочей позы в продолжительной мало-подвижной деятельности	Состояние двигательного аппарата. Состояние проприоцептивного (двигательного) анализатора	Изометрические упражнения, хатхайога
Сила мышц опорно-двигательного аппарата	Способность снимать излишнее напряжение работающих мышц за счет их быстрого расслабления и напряжения	Состояние опорно-двигательного аппарата	Гимнастические упражнения с собственным весом, упражнения с утяжелениями и на тренажерах
Быстрота реакции	Время от восприятия информации, побуждающей к действию до ответной реакции на нее	Состояние двигательного аппарата	Спортивные игры, единоборства, спринтерский бег, эстафеты
Частота и быстрота движений	Быстрота перестройки двигательного действия (скорость печатания на клавиатуре)	Состояние двигательного аппарата	Спортивные игры, единоборства, эстафеты
Точность и четкость двигательных действий	Координирование движений различных частей тела. Сосредоточенность внимания одновременно на нескольких объектах	Состояние проприоцептивного (двигательного) анализатора. Уровень сенсомоторных реакций	Изометрические упражнения, танцевальные упражнения, подвижные игры, разнообразные виды метаний
Ловкость движений	Ориентирование в пространстве при изменчивости двигательных задач	Устойчивость вестибулярного аппарата. Состояние проприоцептивного (двигательного) анализатора	Спортивные и подвижные игры, единоборства, эстафеты

Общее представление о необходимости развития требуемых для работы профессионально значимых физических качеств формировалось из профиограмм специальностей, особенностей содержания и условий труда, характерных для современных профессий. При этом учитывались нозологические группы и сенсорные отклонения в состоянии здоровья лиц с инвалидностью и ОВЗ.

В определении развития профессионально-моторных характеристик двигательных действий, формирующих основные виды двигательной активности в течение рабочего дня, в расчет принимались нозология и степень поражения.

В выборе наиболее эффективных средств адаптивного физического воспитания, применяемых на организованных учебных занятиях по физической культуре в специальной медицинской группе и в рамках самостоятельных рекреативных занятиях, учитывались нозологии и степени поражения. Дополнительно изучались рекомендации медико-социальной экспертизы и психолого-медико-педагогической комиссии, отраженные в индивидуальных программах реабилитации и абилитации (ИПРА).

В соответствии с профессиональными стандартами в большинстве профессий сложные и специфические требования организации труда, студентам с сенсорными нарушениями необходимо развитие и совершенствование таких профессионально значимых физических качеств, как общая выносливость, статическая выносливость, сила мышц спины и верхнего плечевого пояса, коррекции осанки, быстрота реакции и четкость двигательных действий, координация движений.

Формирование профессионально значимых физических качеств у студентов с инвалидностью и ОВЗ возможно средствами профессионально-прикладной физической подготовки на занятиях по физической культуре. О включении в учебный процесс по адаптивному физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп упражнений профессиональной направленности раскрывают исследования В. А. Петькова, Ю. В. Бессарабовой, В. В. Дорошенко, А. Ю. Жмыховой, А. Э. Бутова, Ж. Б. Сафроновой, О. Е. Чайковской и других ученых [2; 8; 11; 15]. По мнению Ю. В. Бессарабовой, «...использование возможностей профессионально-прикладной физической подготовки значительно расширяет физический потенциал будущих специалистов с ограниченными возможностями здоровья» [1].

При этом специалисты рекомендуют учитывать уровень общей физической подготовленности студентов с отклонениями в состоянии здоровья, который, как правило, недостаточно высокий. Довольно часто у студентов, занимающихся физической культурой в специальной медицинской группе, наблюдаются сочетанные заболевания. Поэтому все эксперты придерживаются единого мнения по дозированию физической нагрузки, учитывая нозологическую группу, степень поражения и уровень здоровья занимающихся студентов с сенсорными нарушениями [12; 15].

Заключение. Таким образом, проведенный теоретический анализ специальной литературы по проблеме формирования профессионально значимых физических качеств у студентов с отклонениями в состоянии здоровья показал недостаточную степень ее изученности. Включение упражнений профессионально-прикладной физической подготовки в учебные и самостоятельные занятия по адаптивному физическому воспитанию студентов с сенсорными нарушениями способствует улучшению здоровья занимающихся, коррекции его двигательных возможностей и формирует профессионально значимые физические качества, обеспечивающие физическую подготовленность к будущей профессиональной деятельности, что повысит работоспособность в профессии и обеспечит профилактику профессиональных заболеваний.

Список источников

1. Бессарабова Ю. В., Дорошенко В. В. Профессиональная направленность физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2016. – № S1. – С. 19–22.
2. Буров А. Э., Ерохина О. А., Жмыхова А. Ю. Эффективность применения средств и методов профессиональной физической культуры для студентов СМГ // В мире научных открытий. – 2013. – № 3-3 (39). – С. 199–211.
3. Деркач А. А. Акмеология. – М.: РАГС, 2004. – 161 с.
4. Жукова Т. А., Власова Ж. Н. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по педагогическим направлениям // Вестник Бурятского государственного университета. – 2011. – № 13. – С. 85–89.
5. Зеер Э. Ф. Психология профессий: учеб. пособие для студентов вузов. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003. – 336 с.
6. Кондратьева С. В., Ковалевский П. А., Ковалев Б. П., Даукша Л. М. Профессионализм в педагогическом общении: монография / под ред. С. В. Кондратьевой. Гродно: ГрГУ, 2003. – 272 с.
7. Котелова Ю. В. Очерки по психологии труда. – М.: МГУ, 2002. – 118 с.
8. Кузнецов И. А., Буров А. Э., Качанов И. В. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп: учеб. пособие. – М.; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 178 с.
9. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М.: Знание, 1996. – 308 с.
10. Митина Л. М. Учитель как личность и профессионал. – М.: Дело, 1994. – 216 с.
11. Полозкова И. В., Сафонова Ж. Б. Прикладная физическая культура в жизнедеятельности студентов специальной медицинской группы «В» // Омские социально-гуманитарные чтения – 2018: материалы XI Междунар. науч.-практ. конференции, посвященной 25-летию факультета гуманитарного образования Омского государственного технического университета. – Омск, 2018. – С. 375–379.
12. Рябцев С. М. Здоровьесберегающие (адаптивные) технологии обучения студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья с нарушениями слуха и зрения: учеб.-метод. пособие. – Новосибирск: А-СИБ, 2017. – 112 с.
13. Рябцев С. М., Гончарова М. С. Оценка физической подготовленности студентов с сенсорными нарушениями по зрению в процессе адаптивного физического воспитания в вузе [Электронный ресурс] // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 5. – URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28097> (дата обращения: 21.03.2022).
14. Рябцев С. М., Гончарова М. С. Оценка физического развития студентов с нарушениями слуха в процессе адаптивного физического воспитания в вузе // Современные наукоемкие технологии. – 2018. – № 6. – С. 227–232.
15. Рябцев С. М., Гончарова М. С. Организационно-методические условия занятий адаптивной физической культурой в специальной медицинской группе студентов с ОВЗ и инвалидностью // Социально-педагогическая поддержка лиц с ограниченными возможностями здоровья: теория и практика: сборник статей по материалам III Междунар. науч.-практ. конференции. Ч. 2. – Симферополь: АРИАЛ, 2019. – С. 141–146.
16. Рябцев С. М., Гончарова М. С. Модель формирования профессионально значимых физических качеств студентов с сенсорными нарушениями в процессе адаптивного физического воспитания в вузе // Общество: социология, психология, педагогика. – 2019. – № 8 (64). – С. 80–86.
17. Рябцев С. М., Гончарова М. С. Оценка эффективности формирования профессионально значимых физических качеств студентов с сенсорными нарушениями в условиях вуза // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 10 (188). – С. 309–321.

18. Степанова М. В. Профессионально-прикладная физическая культура студентов гуманитарных специальностей высших учебных заведений: методические рекомендации. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2007. – 68 с.

19. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека: учеб. пособие. – М.: Логос, 1996. – 320 с.

References

1. Bessarabova Yu. V., Doroshenko V. V. Professional orientation of physical education of students with disabilities and disabled people. *Historical and Socio-Educational Thought*, 2016, №. S1, pp. 19–22. (In Russian)

2. Burov A. E., Erokhina O. A., Zhmykhova A. Y. The effectiveness of the use of means and methods of professional physical culture for students of the SMG. *In the world of scientific discoveries*, 2013, no. 3-3 (39), pp. 199–211. (In Russian)

3. Derkach A. A. *Acmeology*. Moscow: RAGS Publ., 2004, 161 p. (In Russian)

4. Zhukova T. A., Vlasova Zh. N. Features of professional-applied physical training of students studying in pedagogical areas. *Bulletin of the Buryat State University*, 2011, no. 13, pp. 85–89. (In Russian)

5. Zeer E. F. *Psychology of professions: a textbook for university students*. Moscow: Academ. Projekt Publ.; Ekaterinburg: Bisness kniga Publ., 2003, 336 p. (In Russian)

6. Kondrat'eva S. V., Kovalevsky P. A., Kovalev B. P., Dauksha L. M. *Professionalism in pedagogical communication: a monograph*. Ed. S. V. Kondratieva. Grodno: GrSU, 2003, 272 p. (In Russian)

7. Kotelova Y. V. *Essays on the psychology of work*. Moscow: MGU, 2002, 118 p. (In Russian)

8. Kuznetsov I. A., Burov A. E., Kachanov I. V. *Applied physical culture for students of special medical groups: a textbook*. Moscow; Berlin: Direct-Media Publ., 2019, 178 p. (In Russian)

9. Markova A. K. *Psychology of professionalism*. Moscow: Znanie Publ., 1996, 308 p. (In Russian)

10. Mitina L. M. The teacher as a person and professional. Moscow: Delo Publ., 1994, 216 p. (In Russian)

11. Polozkova I. V., Safonova Zh. B. Applied physical culture in the life of students of the special medical group “B”. *Omsk Social and Humanitarian Readings – 2018: materials of the XI International Scientific and Practical Conference dedicated to the 25th anniversary of the Faculty of Humanities Education of the Omsk State Technical University*. Omsk, 2018, pp. 375–379. (In Russian)

12. Ryabtsev S. M. *Health-saving (adaptive) technologies for teaching students with disabilities and disabilities with hearing and vision impairments: a teaching aid*. Novosibirsk: A-SIB Publ., 2017, 112 p. (In Russian)

13. Ryabtsev S. M., Goncharova M. S. Assessment of physical readiness of students with sensory visual impairments in the process of adaptive physical education at the university. *Modern Problems of Science and Education*, 2018, no. 5. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28097> (accessed 21.03.2022). (In Russian)

14. Ryabtsev S. M., Goncharova M. S. Assessment of the physical development of students with hearing impairments in the process of adaptive physical education at the university. *Modern High Technologies*, 2018, no. 6, pp. 227–232. (In Russian)

15. Ryabtsev S. M., Goncharova M. S. Organizational and methodological conditions of adaptive physical culture classes in a special medical group of students with disabilities and disabilities. *Socio-pedagogical support of persons with disabilities: theory and practice: a collection of articles based on the materials of the III International Scientific and Practical Conference. Part 2*. Simferopol: ARIAL Publ., 2019, pp. 141–146. (In Russian)

16. Ryabtsev S. M., Goncharova M. S. Model of Formation of Professionally Significant Physical Qualities of Students with Sensory Disorders in the Process of Adaptive Physical Education at the University. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogy*, 2019, no. 8 (64), pp. 80–86. (In Russian)

17. Ryabtsev S. M., Goncharova M. S. Evaluation of the effectiveness of the formation of professionally significant physical qualities of students with sensory impairments in the conditions of the university. *Scientific Notes of the P. F. Lesgaft University*, 2020, no. 10 (188), pp. 309–321. (In Russian)

18. Stepanova M. V. *Professional-applied physical culture of students of humanitarian specialties of higher educational institutions: guidelines*. Orenburg: GOU OGU, 2007, 68 p.

19. Shadrikov V. D. *Psychology of human activity and abilities: a textbook*. Moscow: Logos Publ., 1996, 320 p. (In Russian)

Информация об авторах

М. С. Гончарова, старший преподаватель кафедры теоретических основ физической культуры факультета физической культуры, Новосибирский государственный педагогический университет.

С. М. Рябцев, доктор биологических наук, доцент, профессор кафедры «Физвопитание и спорт», Севастопольский государственный университет.

Information about the authors

M. S. Goncharova, Senior Lecturer of the Department of Theoretical Foundations of Physical Culture, Faculty of Physical Culture, Novosibirsk State Pedagogical University.

S. M. Ryabtsev, Doctor of Biological Sciences, Professor of Department of Physical Education and Sport, Sevastopol State University.

Поступила: 18.08.2022

Принята к публикации: 28.09.2022

Received: August 18, 2022

Accepted for publication: September 28, 2022