

**Опыт работы организации учебно – тренировочного процесса
(УТП) с инвалидами разных нозологических групп.**

**Автор: Савкин Дмитрий Федорович
Тренер-преподаватель ГБУ ДО «ДЮСАШ имени олимпийского
чемпиона В.А. Капитонова»**

2016 год

При организации учебно-тренировочных занятий с инвалидами мы столкнулись со множеством вопросов, которые необходимо было решить для эффективной работы.

Мы выделили основные проблемы при организации учебно – тренировочного процесса (УТП) с инвалидами разных нозологических групп. К ним относятся:

- Формирование групп
- Выбор места проведения занятий
- Количество занимающихся в группе
- Продолжительность занятий, моторная плотность.
- Выбор средств
- Выбор методов
- Решение коррекционных, компенсаторных, профилактических задач

Необходимо правильно сформировать группы для проведения учебно - тренировочных занятий. Группы должны быть сформированы из занимающихся, имеющих одинаковый уровень физической подготовки, и которые имеют аналогичные нарушения (слух, зрение) или схожие функциональные способности (ПОДА).

Решение остальных проблем будет различно для разных групп инвалидов и будет зависеть от характера и особенностей нарушения.

Опыт работы с лицами с нарушением слуха:

- Место проведения занятий тоже, что и у здоровых людей
- Минимальная численность занимающихся в группе 12 человек (при условии что нет других нарушений(ДЦП, нарушение интеллекта))
- Продолжительность занятий для групп НП – 6 часов в неделю. Моторная плотность, особенно на первых занятиях, невысокая, связано с тем, что много времени уходит на объяснения упражнения, построения.
- Тренеру необходимо знать жестовый язык, в противном случае на каждом занятии присутствует сурдопереводчик, который помогает быстро и качественно донести информацию до спортсмена, по

средствам жестов и тактильной речи. Кроме того между глухими спортсменами и тренером в процессе тренировок вырабатывается система жестов. Часто тренер во время занятий или соревнований находится на удалении от спортсмена и может дать ему указание с помощью жеста. В плавании система жестов имеет большое значение, так как спортсмены плавают в шапочках, голова практически всегда погружена в воду, и в бассейне постоянный шум от воды.

- При обучении слабослышащих детей происходит специфическое использование методов и методических приемов: **При объяснении упражнения или исправлении ошибок необходимо использовать как можно больше наглядных пособий, показа упражнений, жестов**

При обучении детей с нарушением слуха решаются те же общие задачи, что и у слышащих детей. Но есть также группа специальных задач, которая включает:

коррекционные задачи

коррекция имеющихся вторичных нарушений: совершенствование функции вестибулярного аппарата: точности, согласованности движений и ориентирования в пространстве, развитие дыхательных мышц и мышц плечевого пояса и др.

Компенсаторные задачи

Компенсация недостатка поступающей информации по средствам речи с помощью наглядных пособий, тактильной речи, жестов.

Профилактические задачи

Профилактика заболеваний дыхательной системы

Особенности проведения занятий с лицами с нарушением зрения.

Особое значение в работе с инвалидами по зрению имеет место проведения занятий.

Для слепых и слабовидящих место занятия должно быть хорошо знакомо. Поэтому предварительно обучающихся необходимо провести несколько раз по залу, раздевалке, чтобы занимающиеся запомнили месторасположение снарядов, инвентаря. Если что то в зале меняется, то спортсмен с нарушением зрения должен об этом знать, чтобы не получить травму.

Если спортсмен тотально слепой или величина остаточного зрения низкая, то на занятиях, соревнованиях должен быть сопровождающий или лидер, который подводит к месту выполнения упражнения, вместе бегают или контролирует выполнение работы.

Наполняемость групп зависит от величины остаточного зрения, уровня подготовленности.

Моторная плотность занятия невысокая, т.как требуется время, на объяснение, на перемещение, построение и подготовку к выполнению задания.

Особенность метода практических упражнений

- упражнения сложные по координации необходимо изучать по частям элементам (объединяя их в целое)
- использовать метод «проводки», когда упражнение выполняется с помощью или совместно с тренером, сопровождающим.
- При выполнении упражнений в передвижении необходимы ориентиры (звук) например тренер должен находится с той стороны в которую будет выполняться упражнение.
- Следует также отметить метод подготовки слепого спортсмена в беге с использованием лидера (который задает темп движений, длину шага, работу рук). В силу того что слабовидящие не могут в полном объеме воспринимать информацию зрительно, то в их обучении важным становится метод слова. Необходимо подробно, распространено объяснять упражнения, чтобы учащийся мог осознать и представить двигательный образ.

- При обучении плаванию, и не только, необходимо использовать большое подводных и имитационных упражнений.

К коррекционным задачам относятся:

- коррекция скованности и ограниченности движений (так как нарушение зрения ведет к снижению двигательной активности)
- коррекция точности и согласованности движений

Недостаток получаемой информации по средствам зрения, необходимо компенсировать через сохраненные анализаторы: слух, тактильную чувствительность, мышечное чувство.

Профилактические задачи: профилактика болезни органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, обмена веществ.