

Министерство образования Республики Мордовия  
Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Республики Мордовия  
«Саранский строительный техникум»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель Ресурсного учебно-методического центра

 / О.Ю. Учайкина  
8 сентября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ РМ «ССТ»

 / С.М. Ведяйкин  
8 сентября 2023 г.



## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

к спортивной базе, обеспечивающих доступность и безопасность  
занятий физической культурой обучающимися с инвалидностью и  
ограниченными возможностями здоровья

Саранск

## Содержание

|   |   |
|---|---|
| 1. Обучающиеся с нарушениями слуха .....                        | 3 |
| 2. Обучающиеся с нарушениями зрения.....                        | 3 |
| 3. Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата..... | 5 |

## 1. Обучающиеся с нарушениями слуха.

При реализации программы по адаптивной физической культуре для обучающихся с нарушениями слуха образовательная организация наряду с общим материально-техническим обеспечением реализации программ по физической культуре обеспечивает следующее.

Электронная бегущая строка, печатные таблицы, электронное устройство для обмена текстовой информацией, монитор с функцией субтитров, устройство вывода информации с функцией субтитров, звукоусиливающая аппаратура коллективного пользования.

Наглядный материал: схемы человеческого тела, муляжи скелета, оборудованное место для просмотра видеоряда, карточки для составления визуального расписания и технологических карт, большое зеркало, наличие текстовой информации, представленной в виде печатных таблиц на стендах или электронных носителях.

Оборудование: спортивный инвентарь с различными сенсорными характеристиками.

## 2. Обучающиеся с нарушениями зрения.

На уроках физкультуры со слепыми и слабовидящими обучающимися широко используется специальный инвентарь:

- озвученные мячи для игры в голбол, футбол, торбол;
- звуковые мишени, для метания мяча в цель;
- разноцветные «парашюты» для игровой деятельности;
- «колокольчики», звуковые браслеты и бубны для ориентировки в пространстве;
- шарнирные куклы для создания представлений у учащихся с депривацией зрения о различных статичных положениях, используемых на уроках физической культуры;
- волейбольная сетка с яркими желтыми границами для игры в пионербол и волейбол и т.д.

Такой инвентарь способствует развитию физических качеств, коррекции недостатков физического развития, повышению интереса к занятиям, создает на уроке благоприятный эмоциональный фон.

Дидактический материал для проведения уроков физкультуры также должен соответствовать тифлопедагогическим требованиям:

| Слабовидящие обучающиеся                                     | Слепые обучающиеся  |
|--|---|
| Наглядность должна:<br>– представлять собой крупные и четкие | Наглядность должна:<br>– адекватно передавать форму, размер (по |

|  |  |
|--|--|
| <p>изображения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– содержать меньшее количество деталей, чем наглядность для нормально видящих;</li> <li>– быть выполнена с использованием небольшого количество ярких контрастных цветов, в некоторых случаях в черно-белой гамме, чтобы обучающий эффект был максимальным даже для цветоанамалов;</li> <li>– предъявляться на контрастной фоне: черное на желтом, синее на желтом, черное на белом и т.п.</li> <li>– печататься (карточки, схемы и таблицы) шрифтом без насечек (Arial, Tahoma и т.п.), при выборе кегля с учетом индивидуальных особенностей, в большинстве случаев кегль 14-16 через 1,15-1,5 интервала;</li> <li>– важнейшие детали по возможности должны быть особо выделены: обведены черным контуром, ширина которого не более 5 мм;</li> </ul> <p>В целом, изображения должны быть качественными, яркими, контрастными, при этом важнейшие детали по возможности должны быть особо выделены: обведены черным контуром, ширина которого не более 5 мм.</p> | <p>возможности), пропорции и свойства изображаемого объекта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– быть удобной для обследования;</li> <li>– содержать небольшое количество деталей (только существенно важные);</li> </ul> |
|--|--|

При использовании рельефно-графических пособий и шарнирных кукол для формирования правильных представлений о позе и движении следует:

- работать с ними в условиях достаточной освещенности, на контрастном фоне, предусматривать для обучающихся возможность подойти на расстояние, удобное для восприятия и т.п.;

- комментировать восприятие (называть цвет, размер, положение в пространстве, форму, взаиморасположение объектов и т.п.).

При формировании навыков правильной осанки, обучающиеся знакомятся с плакатами, на которых изображен человек с правильной осанкой и с ее различными нарушениями; для слепых обучающихся – осязательно-рельефные изображения.

При профилактике плоскостопия обучающиеся демонстрируют изображения правильной стопы, а также ее болезнь.

Для слепых обучающихся предлагает Азбука движений для формирования зрительных представлений об основных исходных положениях рук, ног, туловища.

Осязательно-тактильный альбом-пособие с рельефными изображениями и с брайлевским текстом используются для ознакомления с некоторыми видами спорта и создания представлений о спортивных площадках, некоторых они проходят.

### **3. Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.**

В связи с тем, что обучающиеся с НОДА физически и соматически ослаблены, имеют различные нарушения здоровья, бедный двигательный опыт, необходимо выделять в образовательной организации специально оборудованный физкультурный зал и место для физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, подвижных игр, доступных обучающимся с двигательными нарушениями спортивных развлечений и других видов двигательной активности.

Должна быть обеспечена адекватная организация пространства для реализации программ по адаптивной физической культуре: специально оборудованные физкультурные и тренажерные залы, плавательные бассейны, специальные спортивные площадки на открытом воздухе.

Помещения спортивного комплекса должны отвечать общим принципам создания безбарьерной среды.

При физкультурном зале необходимо оборудовать отдельные для мальчиков и девочек помещения раздевалок с душевыми и санитарными узлами. Для хранения спортивного инвентаря необходимо оборудовать отдельное помещение.

При выборе спортивного инвентаря необходимо учитывать степень тяжести двигательных нарушений, а также сочетание двигательных нарушений с нарушениями зрения.

Для обучающихся с НОДА в сочетании с нарушениями зрения рекомендуется использовать озвученный спортивный инвентарь (озвученный мяч, свисток, бубен, колокольчик, метроном, погремушки и др., яркий контрастный инвентарь, как правило, используются желтый, зеленый, оранжевый и коричневые цвета).