Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа-интернат № 1 им. К.К.Грота Красногвардейского района Санкт-Петербурга

**Атройнова Н.В., Чикун Д.А.**

**Школа - колыбель звезд: от ученика-инвалида детства**

**к чемпиону адаптивного спорта**

1. «Колыбель звезд»… Разве можно так сказать о школе? Тем более о школе, в которой учатся дети с тяжелым нарушением зрения! А мы не случайно назвали так свое выступление. Ведь будущие спортсмены «рождаются» не в детских спортивных учреждениях и не в университетах физкультуры. Наибольшую роль в становлении атлетов играет именно промежуточное звено – общеобразовательная «школа-колыбель», целенаправленная работа которой позволяет многим учащимся в дальнейшем становиться чемпионами.

Нет, мы не ставим ни в коем случае перед собой задачу непременно из каждого слепого или слабовидящего ученика воспитать чемпиона адаптивного спорта. Наша задача другая – это укрепление здоровья детей, закаливание организма, повышение мотивации на активный образ жизни. И только тех, у кого появится желание стать сильным или ловким, научиться красиво двигаться или побеждать на соревнованиях, кто проявит интерес к занятиям спортом, отделение дополнительного образования приглашает в различные секции для активных тренировок. В нашей школе таких детей почему-то всегда оказывается много. Почему? Сегодня мы попытаемся вместе с вами ответить на этот вопрос.

Мы знаем, что утрата зрения играет важную роль в жизнедеятельности человека, обусловливает некоторые специфические особенности в развитии слепых и слабовидящих, а также снижает их иммунитет, повышая восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Частые болезни приводят к пропускам уроков, что сказывается на успеваемости учащихся, поэтому физическое воспитание для них имеет особое значение.

Средство, оказывающее благоприятное воздействие на здоровье организма, было найдено много лет назад – утренняя гимнастика. Это необходимая составляющая процесса укрепления здоровья обучающихся, особенно обучающихся с ОВЗ. Чтобы каждый ученик почувствовал прилив бодрости перед уроками, в нашей школе уже много лет для всех учащихся каждый новый день начинается с зарядки. Такая возможность есть не только у детей–сирот и иногородних, проживающих в школе, но у всех учеников школы Грота. Ведь утренняя гимнастика, пусть даже она проводится и не сразу после пробуждения, а перед началом занятий, полезна для всех.

Зарядка – это своеобразная «посевная кампания» для наших будущих звезд. Помимо специфического влияния, облегчающего процесс перехода от состояния покоя к состоянию активного бодрствования, выполнение упражнений утренней гимнастики увеличивает уровень общей физической активности человека. (видео зарядки на улице и в классе)

2. Проводя уроки физической культуры, учителя нашей школы стараются достичь главной цели– это освоение курса общеобразовательной школы согласно ФГОС. Работа осуществляется по программе, в основе которой лежит «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов» для общеобразовательных учреждений (В. И. Лях, А. А. Зданевич М.). Да, слепые и слабовидящие ученики должны получать такие же знаний, как и их зрячие сверстники. В противном случае они не смогут получить аттестат. Однако, учитывая специфические особенности их развития, мы понимаем, что реализовать программу В.И.Ляха в том виде, в каком она написана, в нашей школе нереально. Можете ли вы представить себе слепого, играющего в составе баскетбольной команды? А прыгающего в высоту? Очевидна необходимость создания адаптированной программы. В советское время для уроков физкультуры в школе слепых писались особые учебные программы. Их материалы мы использовали, составляя свою адаптированную учебную программу. В ней нашли место материалы из учебной программы для слабовидящих детей Б.В. Сермеева, Л.И, Плаксиной и методических указаний из программы специальных общеобразовательных школ для слепых детей «Физическое воспитание учащихся школ слепых детей». В результате в адаптированной программе, например, раздел «Кроссовая подготовка» частично заменен на раздел «Лыжная подготовка», так как наиболее доступный вид физических упражнений для школьников с глубоким нарушением зрения – это передвижение на лыжах. А в вариативной части раздел «Подвижные игры с элементами баскетбола, волейбола» заменен на раздел «Подвижные игры с элементами голбола, торбола, пионербола». Такие изменения, касающиеся распределения часов и содержания разделов обеспечивают всестороннее и полноценное развитие слепого школьника и в целом повышают уровень качества их жизни. (слайд титульных листов учебных программ, видео уроков физической культуры)

3. Повышая мотивацию учащихся к урокам физической культуры, воспитывая спортивную закалку, умение добиваться определенных результатов, учителя физкультуры проводят школьные соревнования по гимнастике, лыжной подготовке, легкой атлетике. Традицией стало ежегодное проведение школьной спартакиады, где дети школы Грота состязаются не только в легкоатлетических видах спорта (прыжках в длину и бегу), но в спортивных и адаптированных спортивных играх (пионербол и голбол). В конце учебного года подводятся итоги, и лучшие спортсмены награждаются грамотами и призами. (видео соревнований по голболу, гимнастике)

4. Чтобы повысить двигательную активность учащихся и их эмоциональный настрой, в школе систематически проводятся спортивные праздники, которые пропагандируют активный и здоровый образ жизни для детей любого возраста и являются прекрасным развлечением. Пользу таких спортивных мероприятий сложно переоценить, ведь они развивают в ребенке всестороннюю личность и приучают к активному здоровому образу жизни. Учащиеся всегда очень трепетно ждут всевозможных конкурсов, так как они дают возможность воспитать дух соперничества и открыть все свои таланты.

(видео «Веселых стартов», «Сочи зовет!»)

5. Принимая участие в школьных соревнованиях, спортивных праздниках, многие учащиеся добиваются высоких результатов и проявляют интерес к занятиям спортом. Для них отделение дополнительного образования предлагает активные тренировки по плаванию, легкой атлетике, голболу, настольному теннису шоудауну. А неравнодушие и высокая заинтересованность социальных партнеров позволяют спортсменам школы Грота участвовать в соревнованиях районного, городского, Всероссийского и международного уровней. Такие соревнования для детей с ограниченными возможностями здоровья – это возможность поверить в себя, научиться ставить цель и достигать её путем приложения труда и силы воли, а самое главное - возможность быть наравне со здоровыми сверстниками (видео тренировок по плаванию, легкой атлетике, голболу) (фотографии спортсменов-победителей и интервью с лучшими спортсменами школы).

6. Если кто-то заинтересовался нашей работой и хочет узнать о ней подробнее мы всегда готовы делиться своим опытом. В течение 9 лет школа работала как экспериментальная площадка регионального уровня, три года функционирует в режиме городского ресурсного центра по теме «Реализация дополнительных общеразвивающих программ для детей с ограниченными возможностями здоровья», а в апреле 2018 года, на ММСО, состоялось открытие Федерального ресурсного центра по развитию системы комплексного сопровождения детей с нарушением зрения, в этом статусе школа-интернат работала до 31 декабря 2018 года вместе с РГПУ им. А.И.Герцена.