

УДК 376.4

Закирова Альбина Зинуровна

инструктор-методист

АНО ДО “Спортивно-адаптивная школа Удмуртской Республики”

Россия, Ижевск

Zakirova Albina Zinurovna

Sports manager

Adaptive sports school of the Udmurt Republic

Russia, Izhevsk

Ключевые слова: дети с ОВЗ, адаптивный спорт

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ ПО АДАПТИВНОМУ СПОРТУ НА РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У ДЕТЕЙ С ОВЗ

Аннотация

В статье раскрывается положительное влияние посещения занятий по адаптивным видам спорта, а именно – тренировок по адаптивному хоккею на личностное развитие детей и подростков с интеллектуальными нарушениями.

Исследование было проведено в Удмуртской Республике в 2025-2026 г.

Key words: kids with disabilities, adaptive sports

A STUDY OF GROUP ADAPTIVE SPORTS SESSIONS FOR DEVELOPING SOCIAL SKILLS IN CHILDREN WITH DISABILITIES

Abstract

The article examines the positive impact of participating in adaptive sports activities—specifically adaptive hockey training—on the personal development of children and adolescents with intellectual disabilities.

The study was conducted in the Udmurt Republic during 2025–2026.

В ходе исследования были сформированы две группы испытуемых – экспериментальная (подростки с легкой умственной отсталостью, посещающие групповые занятия по адаптивному спорту) и контрольная (подростки с легкой умственной отсталостью, посещающие занятия по адаптивному хоккею). В каждую группу вошло 50 человек из г. Ижевска и Удмуртской Республики.

Исследование проводилось летом 2026 г.

Для оценки эффективности реализации программы сопровождения формирования социальной компетентности была проведена повторная диагностика по тем же методикам, что и на констатирующем этапе эксперимента.

В контрольной и экспериментальной группах проводилась диагностика уровня развития социальной компетентности по методике А.М. Прихожан.

Перед диагностикой проводилась беседа с родителями. Родители и педагоги обучающихся из экспериментальной группы, то есть подростков, посещавших групповые занятия, помимо ответов на вопросы опросника также отметили, что у их детей появился интерес к адаптивному спорту. Они понимают, что такое адаптивный спорт, для чего нужно заниматься физической культурой, знают правила адаптивного спорта. Им интересно узнавать про известных спортсменов-паралимпийцев, у многих появился пример для подражания: известный спортсмен, тренер-преподаватель, товарищ по команде.

Подростки обрели новое хобби. У них есть четкое расписание занятий, каждую тренировку они ждут с нетерпением. Понимают, почему важно заниматься регулярно, почему нельзя пропускать занятия без уважительной причины. Появилась мотивация к занятиям, а вместе с ней – уверенность в себе, своих силах. У подростков повысилась самооценка, произошли изменения в осознании своей идентичности – дети воспринимают себя как спортсменов, а не как людей с инвалидностью.

На тренировочных занятиях ребята учились преодолевать трудности: выполнять новые упражнения, совершенствовать свою технику катания на коньках и роликах. Увеличилась устойчивость ребят к погодным условиям. Теперь они хорошо понимают, что не бывает плохой погоды, бывает неправильная одежда. У ребят расширился круг общения, появились новые друзья: товарищи по команде, соперники из других команд. Во время, свободное от тренировок, ребята продолжают общаться, те, кто учатся в одной школе, встречаются на переменах и обсуждают результаты тренировок и соревнований. Ребята, посещающие тренировки по специальному хоккею, проживающие в СРЦН с. Каракулино стали примером для своих одноклассников, повысился авторитет ребят в школьном коллективе. Ребята стали чаще принимать участие в делах класса и школы.

Регулярное участие в тренировках и турнирах научило ребят правильному отношению к победе и поражению. До начала посещения групповых занятий большинство ребят из экспериментальной группы очень тяжело переживали любой проигрыш. Неудачи и критика могли даже стать причиной отказа посещать занятия. Участвуя в спортивных мероприятиях, ребята получили соревновательный опыт и поняли, что каждые соревнования – это шаг к совершенству в спорте. На соревнованиях ребята учились сопереживанию, поддерживали своих товарищей по команде, если тех постигла неудача и, наоборот, искренне радовались, если кто-то из их команды выступил удачно. Концентрация – важная составляющая победы. Ребята поняли, что перед стартом необходимо всю энергию направить на спортивную мотивацию, а не на страхи, сомнения. Важно настроиться на победу, а не опасаться допустить ошибку.

Основное приобретаемое качество во время участия в соревнованиях и спортивных тренировках – это желание добиться положительных результатов в деятельности, т.е. появление мотива достижения, наличие самоконтроля и саморегуляции поведения в зависимости от обстоятельств, общая средовая адаптация – интеграция в общество.

Таким образом, в ходе беседы родители отметили наиболее важные для них изменения в формировании социальной компетентности их детей – подростков с легкой умственной отсталостью: появился интерес к занятиям адаптивным спортом; появилось новое хобби, улучшилось понимание необходимости соблюдать режим дня и расписание занятий; улучшилась самооценка, появилась уверенность в своих силах; повысился уровень социальной успешности, авторитет в школьном коллективе; ребята научились легче относиться к победам и поражениям, поддерживать товарищей по команде и концентрироваться на результате.

После беседы с родителями и педагогами проводилась повторная диагностика уровня развития социальной компетентности по методике А.М. Прихожан. Результаты контрольного эксперимента в сравнении с констатирующим представлен на рисунках.

На рисунке 2 представлены результаты контрольного эксперимента в сравнении с констатирующим представлены в экспериментальной группе.

На рисунке 1 представлены данные результатов контрольного эксперимента по методике А.М. Прихожан у юношей из экспериментальной группы.

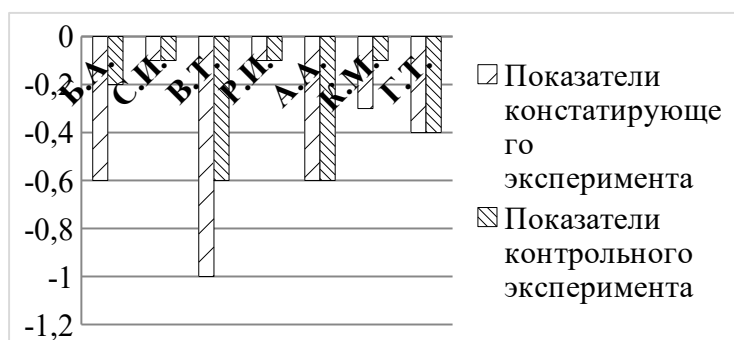


Рисунок 1 - Сопоставление результатов контрольного эксперимента и констатирующего эксперимента в экспериментальной группе по методике А.М. Прихожан

По итогам реализации методики формирования социальной компетентности посредством адаптивного спорта у двух юношей сохраняется

отставания уровня развития социальной компетентности от возрастной нормы, но у одного из них ранее было выявлено значительное отставание, по итогам контрольного эксперимента отставание сократилось. У трех участников не произошло изменения в динамике уровня социальной компетентности. У одного из них уровень изначально был близок к возрастной норме (-0,1), этот мальчик активно принимает участие в жизни команды и школьного коллектива.

У другого, напротив, было выявлено отставание уровня развития социальной компетентности, которое сохранилось на этапе контрольного эксперимента. Мы связываем такой результат с частыми пропусками тренировочных занятий.

На рисунке 2 представлены результаты констатирующего эксперимента в экспериментальной группе по методике А.М. Прихожан.

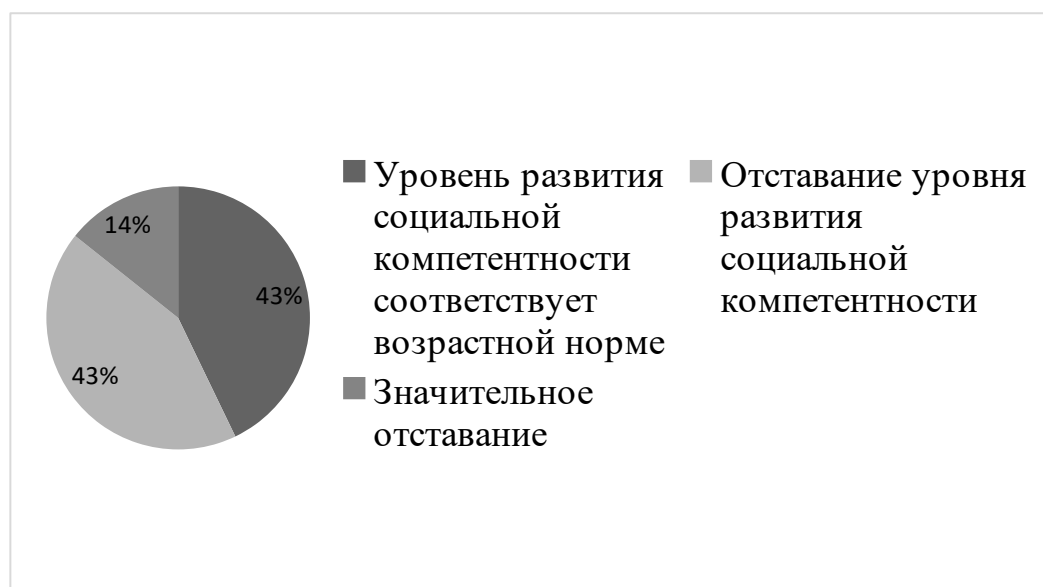


Рисунок 2- Результаты констатирующего эксперимента в экспериментальной группе по методике А.М. Прихожан

На рисунке 3 представлены результаты контрольного эксперимента в экспериментальной группе по методике А.М. Прихожан.

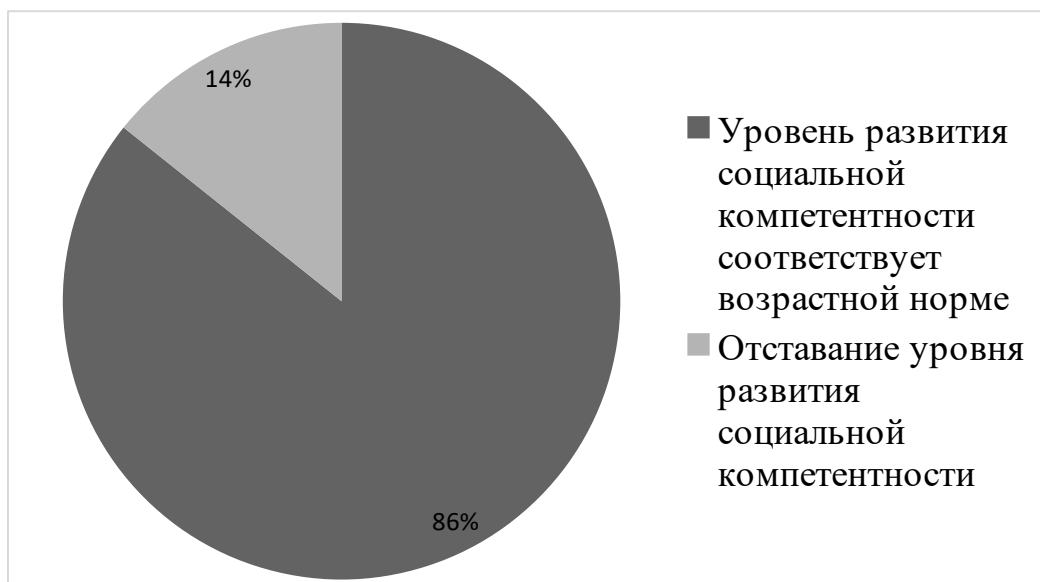


Рисунок 3 - Результаты констатирующего эксперимента в экспериментальной группе по методике А.М. Прихожан

Из представленных данных видно, что в целом, в экспериментальной группе количество испытуемых, чей уровень социальной компетентности находится в пределах возрастной нормы, вырос на 43%.

Далее рассмотрим результаты контрольного эксперимента по отдельным шкалам. По субшкале «Самостоятельность» у 26 испытуемых определен рост уровня социальной компетентности, у 18 участников значение коэффициента социальной компетентности не изменились, также у 16 участников определено снижение уровня социальной компетентности по выбранной субшкале.

У 28 участников эксперимента определен рост показателя коэффициента социальной компетентности по шкале «Уверенность в себе», у 21 участников изменения в уровне уверенности в себе не выявлено, у одного участника замечено незначительное снижение уровня по субшкале «Уверенность в себе».

По субшкале «Развитие общения» получены свидетельства о значимых изменениях в значениях изучаемых показателей ($p \leq 0.05$). У 29 участников выявлен рост показателя коэффициента социальной компетентности по

данной шкале, у 21 участника изменения показателя не выявлено, снижение показателя не выявлено.

По субшкале «Организованность, развитие произвольности» получены свидетельства о значимых изменениях в значениях изучаемых показателей ($p \leq 0.05$). У 28 участников эксперимента выявлено увеличение коэффициента социальной компетентности по данной шкале, у 22 участников изменений показателя не выявлено.

Таким образом, по итогам повторной диагностики уровня развития социальной компетентности по методике А.М. Прихожан выявлено, что уровень формирования социальной компетентности у 27 из 50 подростков с легкой умственной отсталостью, посещавших групповые занятия по адаптивным видам спорта вырос, у 23 остался на том же уровне. Наибольший рост показателя коэффициента развития социальной компетентности выявлен по шкалам «Развитие общения» (28 человек) и Организованность, развитие произвольности (27 человек).

В контрольной группе спустя 10 месяцев был проведен контрольный эксперимент. В контрольную группу вошли 50 подростков с легкой умственной отсталостью, не посещавшие тренировки по адаптивным видам спорта. Программа сопровождения формирования социальной компетентности на этих занятиях не применялась. На рисунке 4 представлена диаграмма уровня развития социальной компетентности в контрольной группе после контрольного эксперимента.

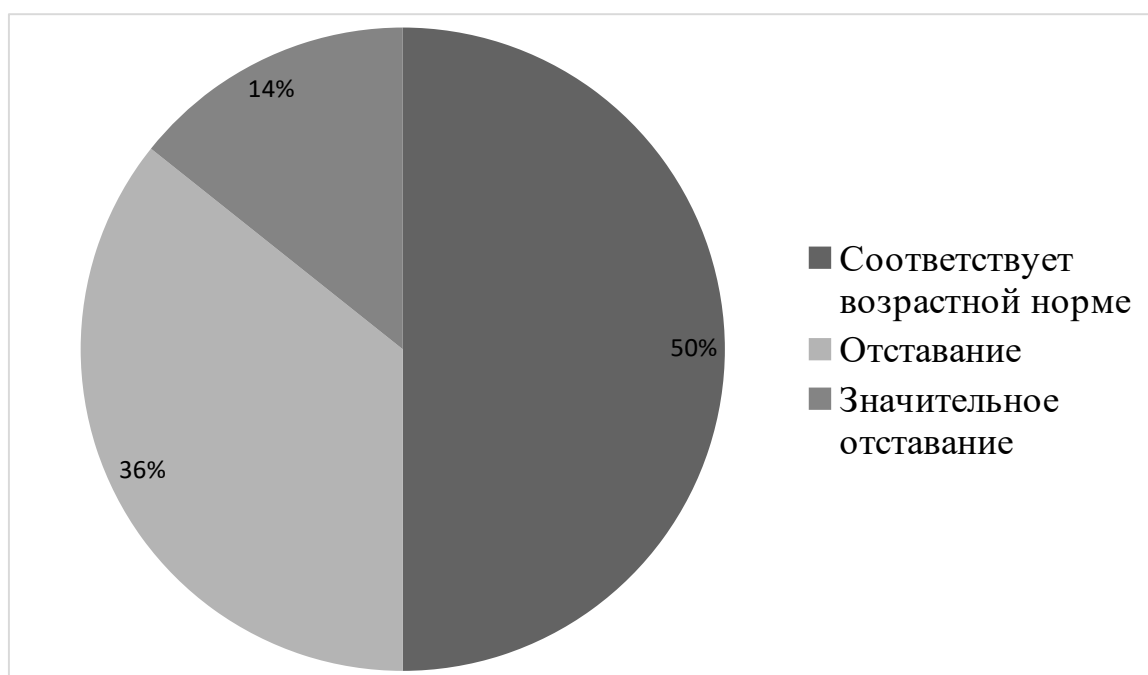


Рисунок 4 - Соотношение уровня развития социальной компетентности в контрольной группе после контрольного эксперимента

Уровень развития социальной компетентности у подростков в контрольной группе изменился незначительно, это не повлияло на соотношение уровня развития социальной компетентности в группе. По-прежнему у 25 участников уровень социальной компетентности находится в пределах возрастной нормы, у 20 фиксируется отставание, у 10 – значительное отставание.

Выводы:

После контрольного этапа исследования мы отметили наиболее важные изменения в формировании социальной компетентности у детей – подростков с легкой умственной отсталостью: появился интерес к занятиям адаптивным спортом; появилось новое хобби, улучшилось понимание необходимости соблюдать режим дня и расписание занятий; улучшилась самооценка, появилась уверенность в своих силах; повысился уровень социальной успешности, авторитет в школьном коллективе; ребята

научились легче относиться к победам и поражениям, поддерживать товарищей по команде и концентрироваться на результат.

Использованные источники:

1. Алоин, А.В. Методика абилитации подростков и молодежи с расстройствами аутистического спектра средствами адаптивной физической культуры. : дис. канд.пед.наук: 13.00.04 / Алоин Алексей Владимирович – Краснодар, 2017 – 209 с.
2. Андрюхина, Т.В. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс]: учебное пособие / Т. В. Андрюхина [и др.]; под общ. ред. Т. В. Андрюхиной. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2019. 158 с.
3. Арнст, Н. В. А84 Физическая культура. Теоретические основы адаптивного спорта : учеб. пособие / Н. В. Арнст ; СибГУ им. М. Ф. Решетнева. – Красноярск, 2020. – 18 с.
4. Беккер, Н.В. Основы формирования социальной компетентности школьников // Ped.Rev.. 2015. №2 (8). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovy-formirovaniya-sotsialnoy-kompetentnosti-shkolnikov>.
5. Белицкая, Г.Э. Социальная компетенция личности [Текст] / Г.Э. Белицкая // Сознание личности в кризисном обществе. — М., 1995. — С.42-57.