

УДК 37.091.212:364.694

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2023\)2.02](https://doi.org/10.14258/zosh(2023)2.02)

**НАСТОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБРАЗОВАНИИ И РЕКРЕАЦИИ СТУДЕНТОВ С
ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

Новичихина Елена Викторовна

Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физического воспитания,
Алтайский государственный университет (Барнаул, Россия).

E-mail: nowichihina_lena@mail.ru

ORCID ID: 0000-0002-6790-590X

Андреанов Александр Сергеевич

Кандидат педагогических наук, кафедры организации огневой и физической
подготовки,

Академия управления МВД России (Москва, Россия)

E-mail: vyzemsky@bk.ru

ORCID ID: 0000-0002-9263-6625

**BOARD SPORT GAMES AS A MEANS OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN
EDUCATION AND RECREATION OF STUDENTS WITH DISABILITIES AND LIMITED
HEALTH OPPORTUNITIES**

Elena Viktorovna Novichikhina

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the
Department of Physical Education, Altai State University (Barnaul, Russia).

Email: nowichihina_lena@mail.ru

Aleksandr Sergeyevich Andrianov

Candidate of Pedagogical Sciences, Department of Organization of Fire and Physical
Training, Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia (Moscow, Russia)

E-mail: vyzemsky@bk.ru

ORCID ID: 0000-0002-9263-6625

Аннотация. В последние годы в России произошли значительные изменения в области образования и организации рекреации детей с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ). Настольные спортивные игры (далее НСИ) достаточно активно в последние годы развиваются и внедряются в практику использования Всероссийским обществом инвалидов (далее ВОИ) - российской организации, которая объединяет людей с инвалидностью различных нозологий. НСИ можно использовать не только в сфере адаптивной физической рекреации - как одну из форм организации активного

отдыха людей с инвалидностью, но и в сфере адаптивного спорта – организации соревнований различного уровня. В статье представлен анализ использования НСИ с данной категорией студенческой молодежи. Раскрыта специфика использования НСИ как в сфере образования – в качестве раздела рабочей программы дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» для студентов с инвалидностью и ОВЗ (адаптивная физическая культура), так и в сфере адаптивной физической рекреации. Рассмотрены основные настольные спортивные игры и их краткие правила игры. Представлен ряд предложений по использованию НСИ в организации адаптивной физической рекреации студентов. Сформированы выводы.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, адаптивная физическая рекреация, спортивные настольные игры, студент.

Annotation. In recent years in Russia there have been significant changes in the field of education and organization of recreation for children with disabilities and limited health conditions (hereinafter referred to as DHD). Tabletop Sports Games (hereinafter referred to as NSI) are quite actively developed in recent years and introduced into the practice of use by the All-Russian Society of the Disabled (hereinafter referred to as VOI), a Russian organization that unites people with disabilities. NSI can be used not only in the sphere of adaptive physical recreation as one of the forms of organizing active recreation for people with disabilities, but also in the sphere of adaptive sports - organizing competitions of different levels. The analysis of using NSI with this category of students is presented in the article. Specificity of use of NSI as in education - as a section of the working program of discipline "Elective disciplines of physical training and sports" for students with physical disabilities (adaptive physical training), and in the sphere of adaptive physical recreation is revealed. The basic tabletop sports games and their brief rules of play are considered. A number of suggestions for the use of NSI in the organization of adaptive physical recreation of students are presented. Conclusions are formed.

Key words: adaptive physical education, adaptive physical recreation, sports table games, student.

Введение. Согласно статистическим данным количество детей с инвалидностью и / или с ОВЗ с каждым годом увеличивается. Число абитуриентов с инвалидностью, поступающих на обучения в Вузы нашей страны также с каждым годом растёт (Новичихина, 2019), что говорит, в том числе, и о доступности высшего образования среди данного контингента молодежи. В последние годы в России произошли значительные изменения в области образования и организации рекреации детей и молодежи с инвалидностью и ОВЗ. Ежегодно корректируются адаптированные рабочие программы по дисциплинам, в том числе и по «Элективным дисциплинам по физической культуре и спорту» для студентов с инвалидностью и ОВЗ. Поиск новых эффективных средств образования, развития и социализации данного контингента детей и молодежи никогда не перестанет быть актуальным.

Людам с инвалидностью и ОВЗ доступны многие адаптивные виды спорта. К таким видам относятся и Настольные спортивные игры. НСИ в последние годы активно наращивают свою популярность в России. Гунтарс Бралитис - президент Федерации настольных спортивных игр России является основателем развития НСИ в России. Именно он их привез в Россию чуть более 10 лет назад на Всероссийскую спартакиаду инвалидов в Адлере, по просьбе представителей ВОИ, которые заинтересовались играми, представленными Гунтарс Бралитис на одной из зарубежных выставок. После этого в 2014 году была создана Федерация настольных спортивных игр России (ФНСИР). НСИ сегодня активно набирают популярность как среди здоровых людей, так и среди людей с инвалидностью и / или с ОВЗ.

Благодаря освещению спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий, организованных для людей с инвалидностью с применением НСИ на диджитал арене и через СМИ, ускоряет процесс их популяризации во всех уголках России.

Всероссийским обществом инвалидов достаточно активно в последние годы внедряются в практику использование НСИ: проводятся соревнования различного уровня и турниры среди лиц с инвалидностью различных нозологий.

Настольные спортивные игры – это прекрасное средство адаптивной физической культуры (далее АФК), которые совмещают в себе и реализуют как функции АФК – педагогические (развивающие, учебно-познавательные; коррекционные; воспитательные) и социальные (социализирующие; интегративные; коммуникативные), так и функции адаптивной физической рекреации (гедонистические, оздоровительно-восстановительные, развивающие и воспитательные). Ценность игр состоит в их общедоступности, не зависимо от возраста, пола и состояния здоровья.

Цель исследования заключается в анализе использования НСИ со студентами с инвалидностью и ОВЗ в сфере образования – в качестве раздела рабочей программы дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» и в сфере их адаптивной физической рекреации.

Материал и методы исследования. Комплексный анализ научной и научно-методической литературы позволил определить безусловное положительное влияние НСИ на психофизические качества студентов с инвалидностью и ОВЗ. Они способствуют развитию координации, быстроты движений, скорости реакции, равновесию, ориентировки в пространстве, стимулируют мышечную активность, развивают мелкую моторику. Обучающиеся учатся в процессе игр справляться с сложными, напряженными ситуациями, легче переносить неудачи, контролировать процессы возбуждения и торможения.

На базе Алтайского государственного университета в 2022-2023 уч. году прошел 1 этап исследования - внедрение НСИ в учебный процесс в качестве раздела рабочей программы дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», используя имеющиеся методические наработки (Бралитис, 2018, Бралитис и др., 2021 и др.), а также участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий с применением настольных спортивных игр.

В весеннем семестре на 1 курсе было отведено 12 часов на теоретическое изучение и практическое ознакомление с настольными спортивными играми: «Корнхол», «Кульбутто», «Джакколо», «Шаффлборд», «Матрешка», «Тейбл Эластик».

Все теоретические материалы были освещены на занятиях и отражены на сопровождающем курсе для студентов адаптивного отделения на платформе Moodle в образовательном портале «Цифровой университет АлтГУ». Материалы были структурированы в следующем порядке:

- ✓ Ссылка на главную страницу официального сайта ФНСИ <https://fnsir.ru/>
- ✓ Название игры
- ✓ История происхождения
- ✓ Состав игры
- ✓ Цель игры. Правила игры
- ✓ Организация игрового процесса, правила судейства
- ✓ Обучающее видео на канале РОО «Костромская область – территория спорта» при поддержке фонда президентских грантов <https://www.youtube.com/@user-ve5kd9uh3j> и мастер-классы главного судьи ФНСИ А.Ю. Вассман на официальном сайте ФНСИ <https://fnsir.ru/>.

До начала изучения раздела «Настольные спортивные игры» было проведено анкетирование с целью определения уровня мотивации изучения настольных спортивных игр и практическое их использование на занятиях. Также студентам адаптивного отделения было предложено пройти опрос на определение уровня психоэмоционального состояния, используя опросник САН. После изучения раздела и проведения ряда вне учебных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий были повторно проведен опрос на определение уровня психоэмоционального состояния и анкетирование с добавлением нескольких вопросов, основывающихся на уже имеющийся опыт и знания.

Также весной текущего года в Алтайском крае были организованы сразу несколько мероприятий, посвящённых спортивным настольным играм. Данные мероприятия носили как спортивно-массовое, так и физкультурно-оздоровительную направленность. Основными целями мероприятий стали: популяризация СНИ среди населения алтайского края, и конечно, привлечение студентов с инвалидностью и ОВЗ, способствуя их адаптации и социальной интеграции.

Результаты. Ценность НСИ заключается в простоте и доступности. Они несут в себе психофизическое развитие, т.е. кроме развития физических качеств и способностей - быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости, способствуют развитию психологических качеств личности обучающегося (развивают коммуникативные способности, творческий потенциал, воображение, внимание (особенно его концентрацию), настойчивость, волю, повышают самооценку, психоэмоциональную устойчивость пр.)).

Анкетирование студентов адаптивного отделения, проведенное до начала изучения раздела «Настольные спортивные игры» в рамках «Элективной дисциплины по физической культуре и спорту» показало средний уровень мотивации. 56 % студентов отметили, что, если это входит в программу – то необходимо изучать. 44% опрошенных проявило интерес, как к чему-то новому, ранее не изученному, из них - 24% студентов были заинтересованы тем, что они смогут принимать участие в различных турнирах и соревнованиях различного уровня.

Опрос студентов адаптивного отделения на определение уровня психоэмоционального состояния, используя опросник САН показал следующие результаты: самочувствие в среднем – в норме (4,5%), активность- благоприятная (4,2%), настроение – доминирует хорошее (5,6%).

При повторном опросе показатели самочувствия и настроения в среднем остались прежние, активность – увеличилась в среднем на 0,7%, что свидетельствует о стимулирующем воздействии НСИ на активность студентов, что в свою очередь подтверждает существующие исследования (Мелентьева и др, 2022).

В апреле текущего года в Алтайском крае были организованы сразу несколько мероприятий, посвящённых спортивным настольным играм. Так, 9 апреля в Алтайском государственном университете была организована Спартакиада настольных спортивных игр, приуроченная к 50-летию АлтГУ. К участию приглашались студенты основного, специального и адаптивного отделения, магистранты, аспиранты, профессорско-преподавательский состав и сотрудники университета. Основная цель мероприятия – популяризация СНИ. В рамках мероприятий 10 преподавателей АлтГУ прошли обучение в федерации настольных спортивных игр РФ, по результатам которого им была присвоена III квалификационная судейская категория. Квалифицированный спортивный судья может осуществлять судейство официальных спортивных соревнований или физкультурных мероприятий, проводимых в соответствии с правилами видов спорта.

Также в апреле в Алтайском государственном педагогическом университете проходило Первенство по спортивной настольной игре «Коронхол» среди студентов с инвалидностью и/ или ОВЗ. К участию были приглашены студенты всех университетов г. Барнаул. Главной целью проведения мероприятия - вовлечение максимального количества студентов с инвалидностью и ОВЗ в спортивно-массовые мероприятия. Ведь именно на таких соревнованиях студенты с ОВЗ и инвалидностью могут понять, что у них есть все возможности заниматься спортом.

26 апреля в рамках VIII чемпионата Алтайского края «Абилимпики» в культурно-выставочной программе преподаватели кафедры физического воспитания представили настольные спортивные игры «Коронхол», «Кульбутто», «Джакколо», которые предоставляют возможность людям с инвалидностью реализовать свой потенциал в мире спорта, позволяют расширить круг социальных связей, адаптироваться, участвуя в соревнованиях подобного типа.

Выводы. Настольные спортивные игры обеспечивают возможность психофизического развития студентов с инвалидностью всех нозологических групп (с нарушением слуха и

зрения, опорно-двигательного аппарата, соматическими заболеваниями). Включение настольных спортивных игр в рабочую программу дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» для студентов с инвалидностью и ОВЗ способствует повышению мотивации студентов к практическим занятиям физической культурой, улучшению показателей психоэмоционального состояния.

Библиографический список

Бралитис Гунтарс. Многоборье НСИ. Новус, джакколо, шаффлборд, кульбуто, корнхол / Г. Бралитис - «Издательские решения», 2018. - 42с.

Бралитис Г., Кохан С. Т., Серёдкин А. К. Популяризация и развитие настольных спортивных игр: практическое пособие. Чита : ЗабГУ, 2021. 104 с.

Мелентьева Н.Н., Лопухина А.С., Сверкунова Н.С. Настольные спортивные игры: возможности в адаптивном физическом воспитании студентов с ограниченными возможностями здоровья // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2022. Т. 7, № 2. С. 93–98.

Новичихина Е.В. Эффективность практических занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках освоения дисциплины "Элективная дисциплина по физической культуре и спорту". // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. – № 1(12), 113-126. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37013884>

Новичихина Е.В., Ульянова Н. А. Новые направления в работе по дисциплине "Физическая культура и спорт" (Элективная) для студентов специальной медицинской группы // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 1. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=28513>

References

Bralitis, G., NSI Multisport. Novus, jaccolo, shuffleboard, kulbuto, kornhol / G. Bralitis - "Publishing Solutions", 2018. - 42с.

Bralitis, G., Kokhan, S. T., Sereckin, A. K. (2021). Populyarizaciya i razvitie nastol'nyh sportivnyh igr: prakticheskoe posobie [Popularization and development of table sports games: a practical guide]. Chita: ZabGU. P. 104 (in Russian)

Melent'eva, N. N., Lopukhina, A. S., Sverkunova, N. S. (2022). Nastol'nye sportivnye igry: vozmozhnosti v adaptivnom fizicheskom vospitanii studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya [Board sports games: opportunities in adaptive physical education of students with disabilities]. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreaciya [Physical culture. Sport. Tourism. Motor recreation]. 7 (2). Pp. 93–98 (in Russian).

Novichikhina E.V. The effectiveness of practical physical education classes with students with disabilities and disabilities in the development of the discipline "Elective discipline of physical culture and sport". // Human health, theory and methodology of physical culture and sport. - 2019. - No 1(12), 113-126. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37013884>

Novichikhina E.V., Ulyanova N.A. New directions in the work on the discipline "Physical culture and sports" (Elective) for students of special medical group // Modern problems of science and education. - 2019. - № 1. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=28513>