

# РОЛЬ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ

**Юсеф Инад Замиль Аль-Аиди**

Доктор наук, профессор,  
Университет Васум / Колледж искусств  
yinat@uowasit

**Альвади Марьям Неамах Джудах**

Аспирант, Педагогический колледж,  
Университет Аль-Мустансурия  
h1h2.m1m2@mail.ru

## THE ROLE OF PHYSICAL EDUCATION AND RECREATION ACTIVITIES IN THE PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL ADAPTATION OF VISUALLY IMPAIRED SCHOOLCHILDREN

**Yousef Inad Zamil Al-Aidi  
Alawadi Maryam Neamah Judah**

*Summary:* The article presents the results of research activities, the relevance of which is beyond doubt in view of the unresolved nature of the entire spectrum of problematic issues in the psychological and social adaptation of primary school children with visual impairment. The aim of the study was to establish the nature of the influence of physical culture and recreation activities on the psychological and social adaptation of younger schoolchildren with visual impairments. The goal was achieved through empirical research methods, which, along with the theoretical justification of the problem, ensured the adequacy of the algorithm of the pedagogical experiment and the reliability of its results. The experimental activity was carried out on the basis of two special educational institutions for one month with repeated diagnosis, implemented using the Vineland scale of adaptive behavior and analysis of variance (ANOVA) in the areas of adaptive behavior, communication, daily life skills and socialization. The adequate purpose of the study and the use of experimental tools allowed us to testify to the reliability of the results obtained and the recognition of the important role of physical education and recreation activities in the lives of younger schoolchildren with visual impairment. The obtained results can become a starting point in subsequent studies detailing the process of organizing physical education and recreation activities with primary school-age children with visual impairments in elementary school.

*Keywords:* physical education and recreation activities, primary school children, visual impairment, psychological adaptation, social adaptation.

*Аннотация:* В статье представлены результаты исследовательской деятельности, актуальность которой не вызывает сомнения в виду нерешенности всего существующего на сегодняшний день спектра проблемных вопросов в психологической и социальной адаптации детей младшего школьного возраста с нарушением зрения. Целью исследования стало установление характера влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на психологическую и социальную адаптацию младших школьников с нарушениями зрения. Достижение цели было осуществлено посредством эмпирических методов исследования, которые наравне с теоретическим обоснованием проблемы обеспечили адекватность алгоритма педагогического эксперимента и достоверность его результатов. Экспериментальная деятельность осуществлялась на базе двух специальных общеобразовательных учреждений в течение одного месяца с повторной диагностикой, реализуемой применением шкалы адаптивного поведения Вайнленда и дисперсионного анализа (ANOVA) по областям: адаптивное поведение, коммуникация, навыки повседневной жизни и социализация. Адекватные цели исследования и применение экспериментального инструментария позволили свидетельствовать о достоверности полученных результатов и признании важной роли физкультурно-оздоровительных мероприятий в жизни младших школьников с нарушением зрения. Полученные результаты способны стать отправной точкой в последующих исследованиях, детализирующих процесс организации физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми младшего школьного возраста с нарушениями зрения в начальной школе.

*Ключевые слова:* физкультурно-оздоровительная деятельность, младшие школьники, нарушение зрения, психологическая адаптация, социальная адаптация.

### Введение

В условиях современных реалий, вызванных влиянием многочисленных факторов, характер воздействий которых определяет показатели изменений, отечественная система образования наравне с другими сферами жизнедеятельности человека претерпевает существенные трансформации [6, с. 844]. Результаты изменений не всегда отвечают ожиданиям, а в реформировании образования присутствуют социальные, экономические и экологические черты реформирования. Одновременно происходящие процессы способны мно-

гоаспектно отразиться на достигнутых значениях, выраженных как положительными, так и отрицательными показателями [5, с. 301].

Несмотря на достижение результатов в различных областях знаний, современное общество продолжает поиск действенных адаптационных механизмов, посредством которых возможно нивелирование отрицательных влияний на здоровье подрастающего поколения [5, с. 303]. В случае неизбежности пагубного влияния и развития разнообразных нарушений в показателях здоровья, остается открытым вопрос психологической и

социальной адаптации «маленьких членов» общества – полноправных участников всех коммуникационных взаимодействий.

Нормативно-правовая основа действующего международного и отечественного законодательства стремится устранить возникшие в случае выявленных нарушений здоровья ребенка, тем самым включая их в обширный спектр жизнетворческих актов общества [7, с. 369]. Любая включенность такого ребенка в социальные взаимодействия предполагает наличие научно обоснованного инструментария адаптации, содержащего в себе различные методы и средства, в том числе и те, которые традиционно причисляются к физкультурно-оздоровительным инструментам влияния [3, с. 124].

Разнообразие физкультурно-оздоровительного инструментария, его вариативность и «мягкость» воздействия позволяет адаптивно встроить его в образовательную деятельность, учитывая возрастные и индивидуальные особенности развития ребенка любого возраста. Однако до настоящего времени остается открытым вопрос регулирования характера педагогических воздействий на индивидуализированные отклонения в здоровье каждого ребенка, так как существует многовариативность развития и конечного результата педагогического влияния.

Таким образом, теоретического осмысления существующих к настоящему времени результатов исследовательских работ позволил нам констатировать наличие неразрешенных вопросов, в большей степени связанных с пониманием характера влияний инструментария физкультурно-оздоровительной деятельности на процесс адаптации ребенка с отклонениями в развитии в целом и нарушениями зрения в частности [5, с. 304].

#### Теоретическое осмысление проблемы исследования

Масштабность отклонений в здоровье и разнообразие инклюзий устанавливает ограничения на научно-исследовательскую деятельность, требуя их конкретизации в поиске ответов на поставленные вопросы. В настоящем исследовании в центр внимания были поставлены дети начальных классов с выявленными нарушениями зрения, которые отрицательно влияют на характер коммуникации с окружающими учащегося людьми в силу сужения сенсорной сферы и специфики формирования зрительного образа [1, с. 52]. Совокупность ограничений, образуемых в результате сложности установления контакта, приводит к возникновению нарушений в развитии [2, с. 31]. Негативный эффект однозначно выявляется в снижении качества коммуникативных процессов, приводящих к коммуникативному избеганию ребенком общения со сверстниками и недоразвитию прогностической компетенции, в результате чего происходит развитие и

в последствии усугубление социальной дезадаптации [2, с. 32]. Затронутая проблематика до настоящего времени сохраняет свою актуальность, а вопрос роли физкультурно-оздоровительной деятельности в разрешении проблемы коммуникации как функции прогностической компетентности младшим школьникам с нарушениями зрения остается неизученным [4; 8].

**Цель исследования** в контексте сформулированных проблемных вопросов заключается в установлении характера влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на психологическую и социальную адаптацию младших школьников с нарушениями зрения.

#### Организация и методы исследования

Участниками педагогического эксперимента стали учащиеся начальных школ города Москвы в возрасте 7-8 лет, с диагностируемыми нарушениями зрения (слабовидящие). В педагогическом эксперименте с административного и родительского согласия приняли участие младшие школьники в количестве 28 ( $n=28$ ) ребенка (11 мальчиков, 17 девочек) в возрасте  $7\pm 0,6$  лет ( $M=10,47$ ,  $SD=2,60$ ) школы-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых ( $n=14$ ) и общеобразовательной школы-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых, с дошкольным отделением ( $n=14$ ). Обязательным условием для включения младшего школьника в исследование было отсутствие каких-либо дополнительных нарушений, помимо нарушения зрения. Обязательным условием для включения родителей детей в исследование была их способность предоставить исследователям точную информацию о своем ребенке.

В конечном итоге в исследовании приняли участие двадцать восемь учащихся начальной школы с нарушениями зрения (слабовидящие), которые выполнили вышеуказанные предварительные условия. Испытуемые были в возрасте от 6 лет и 4 месяцев до 15 лет и 8 месяцев ( $M = 10,47$ ,  $SD = 2,60$ ). Все участники экспериментальной деятельности были отнесены к слабовидящим (острота зрения выше 20/400). У 17 детей нарушения зрения наблюдались с рождения, у 6 человек это произошло до достижения ими трехлетнего возраста, а у остальных 5 участников педагогического эксперимента снижение зрения было выявлено после трех лет. Все дети жили с родителями.

Для сбора данных использовался опросник Вайнлендских шкал адаптивного поведения (Vineland Social Maturity Scales VABS). Также, в ходе педагогического эксперимента был использован авторский опросник, предназначенный для родителей, с целью понимания о состоянии двигательных способностей ребенка, проявленной в точности, интенсивности и характере двигательных действий.

Применение шкалы адаптивного поведения Вайнленда позволило установить общее адаптивное поведение, опираясь на результаты, свидетельствующие о состоянии его коммуникативной сферы (рецептивная, экспрессивная, письменная), владения навыками повседневной жизни (личные, домашние, общественные), двигательными навыками (грубые и мелкие) и уровне социализации (межличностные отношения, игры и досуг, навыки преодоления трудностей). Все собеседования проводились индивидуально. При составлении и оценке результатов по шкале применялись процедуры, рекомендованные в руководстве по организации.

Различия в организации педагогического эксперимента заключались в наличии у детей общеобразовательной школы-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых, с дошкольным отделением на формирующем этапе занятий с выраженной физкультурно-оздоровительной направленностью, учитывающих особенности нарушений в зрении младших школьников. Все реализованные физкультурно-оздоровительные мероприятия, длящиеся по 25 минут, осуществлялись во второй половине дня 3 раза в неделю на протяжении четырех недель (с 4 марта по 7 апреля 2024 года).

Примером одного из мероприятий, проводимых с еженедельной систематизацией, является сенсорно-моторный тренаж, реализация которого выстроена на основе круговой тренировки со станциями, предложенными детям в виде иллюстраций персонажей и сюжетов, заимствованных из народных сказок. По мере развития сюжета осуществляется смена станций, на которых младший школьник выполняет одно из предложенных упражнений. В качестве примера мы приведем два из таких упражнений:

1. синхронно-фиксируемые движения глазами головой и туловищем на протяжении 0,5 секунды с постепенным сокращением отведенного времени;
2. «бег глазами» по маршруту сюжетной линии с постепенным увеличением отводимого временного интервала до 30-40 секунд.

Диагностические мероприятия осуществлялись в одинаковых условиях с использованием одного и того же инструментария дважды – в начале (констатирующий этап) и в конце (контрольный этап) педагогического эксперимента. Результаты педагогического эксперимента фиксировались учителями начальной школы (n=4) в протоколы. После фиксирования, результаты подвергались обобщению, систематизации, математической обработке данных посредством статистического пакета SPSS Statistics, версии 23, и интерпретации. Окончательные результаты представлены в виде таблиц и графиков для визуализации достигнутых в педагогическом эксперименте значений.

### Результаты исследования

В рамках поставленной цели был проведен педагогический эксперимент, в ходе которого установлен уровень адаптивности для совокупности показателей адаптивного поведения, а также уровень адаптивности для каждой области (коммуникация, навыки повседневной жизни и социализация). В рамках анализа были приняты уровни адаптивности, представленные нечисловой, а качественной, категориальной системой классификации, включающей пять описательных категорий (высокий, умеренно высокий, адекватный, умеренно низкий и низкий уровень). В настоящем анализе эти категории оцениваются следующим образом: 1 = низкий, 1,5 = умеренно низкий, 2 = адекватный, 2,5 = умеренно высокий и 3 = высокий (см. таблицу 1).

Показатели отклонений в развитии младших школьников, были получены путем вычитания фактического уровня участников педагогического эксперимента от возрастной нормы, в результате чего были установлены задержки развития:

1. в общем адаптивном поведении
2. в каждой области (коммуникация, навыки повседневной жизни и социализация).

Для установления различий в значениях исследуемых показателей по окончании контрольного этапа педагоги-

Таблица 1.

Средние значения (M) и стандартные отклонения (SD) уровня адаптации младших школьников с нарушениями зрения на констатирующем этапе педагогического эксперимента.

Показатели	Школа-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых		Общеобразовательная школа-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых, с дошкольным отделением	
	M	SD	M	SD
Адаптивное поведение	1,50	0,41	1,48	0,42
Общение	1,63	0,40	1,59	0,44
Навыки повседневной жизни	1,46	0,45	1,52	0,46
Социализация	1,85	0,36	1,83	0,34

ческого эксперимента был использован дисперсионный анализ (ANOVA) для каждой области. По результатам анализа и значениям дисперсионного анализа был выявлен эффект от применяемых физкультурно-оздоровительных мероприятий в группе детей общеобразовательной школы-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых, с дошкольным отделением, что наглядно отражено в таблице 2 (F-критерий (1,28) = 10,124,  $p < 0,01$ ). (см. таблицу 2)

Младшие школьники школы-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых продемонстрировали по окончании педагогического эксперимента более низкий уровень в развитии навыков повседневной жизни (F-критерий (1,28) = 4,282,  $p < 0,05$ ) и социализации (F-критерий (1,28) = 7,416,  $p < 0,05$ ).

Целью настоящего исследования было установление характера влияния физкультурно-оздоровительной деятельности на психологическую и социальную адаптацию младших школьников с нарушениями зрения. Согласно результатам, общий уровень адаптивного поведения, коммуникации, навыков повседневной жизни и социализации младших школьников по окончании педагогического эксперимента, лишённого мероприятий физкультурно-оздоровительного характера, оставался первоначально «умеренно низким» по шкале, включаю-

щей категории: «низкий», «умеренно низкий», «адекватный», «умеренно высокий» и «высокий».

Уровень адаптации у младших школьников с введенными физкультурно-оздоровительными мероприятиями существенно отличался от вышеназванной группы детей с нарушением зрения. В частности, отмечается рост значений по всем показателям от «низкого» до «умеренно высокого» с результатами:

- в адаптивном поведении – 2,81;
- в коммуникации – 2,87;
- в навыках повседневной жизни – 2,77;
- социализации – 2,97.

Динамика изменений, выявленных на контрольном этапе педагогического эксперимента, представлена на рисунок 1.

### Обсуждение

Согласно нашим результатам, учащиеся младшего школьного возраста с нарушениями зрения, посещающие специальные школы, демонстрируют низкий уровень адаптивного поведения (большую задержку в развитии) по сравнению с учащимися обычных школ. Этот вывод согласуется с результатами исследований Т.П. Завьяловой и

Таблица 2.

Средние значения (M) и стандартные отклонения (SD) уровня адаптации младших школьников с нарушениями зрения на контрольном этапе педагогического эксперимента.

Показатели	Школа-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых		Общеобразовательная школа-интернат №1 для обучения и реабилитации слепых, с дошкольным отделением	
	M	SD	M	SD
Адаптивное поведение	1,50	0,41	2,81	0,40
Общение	1,63	0,40	2,87	0,34
Навыки повседневной жизни	1,46	0,45	2,77	0,43
Социализация	1,85	0,36	2,97	0,18



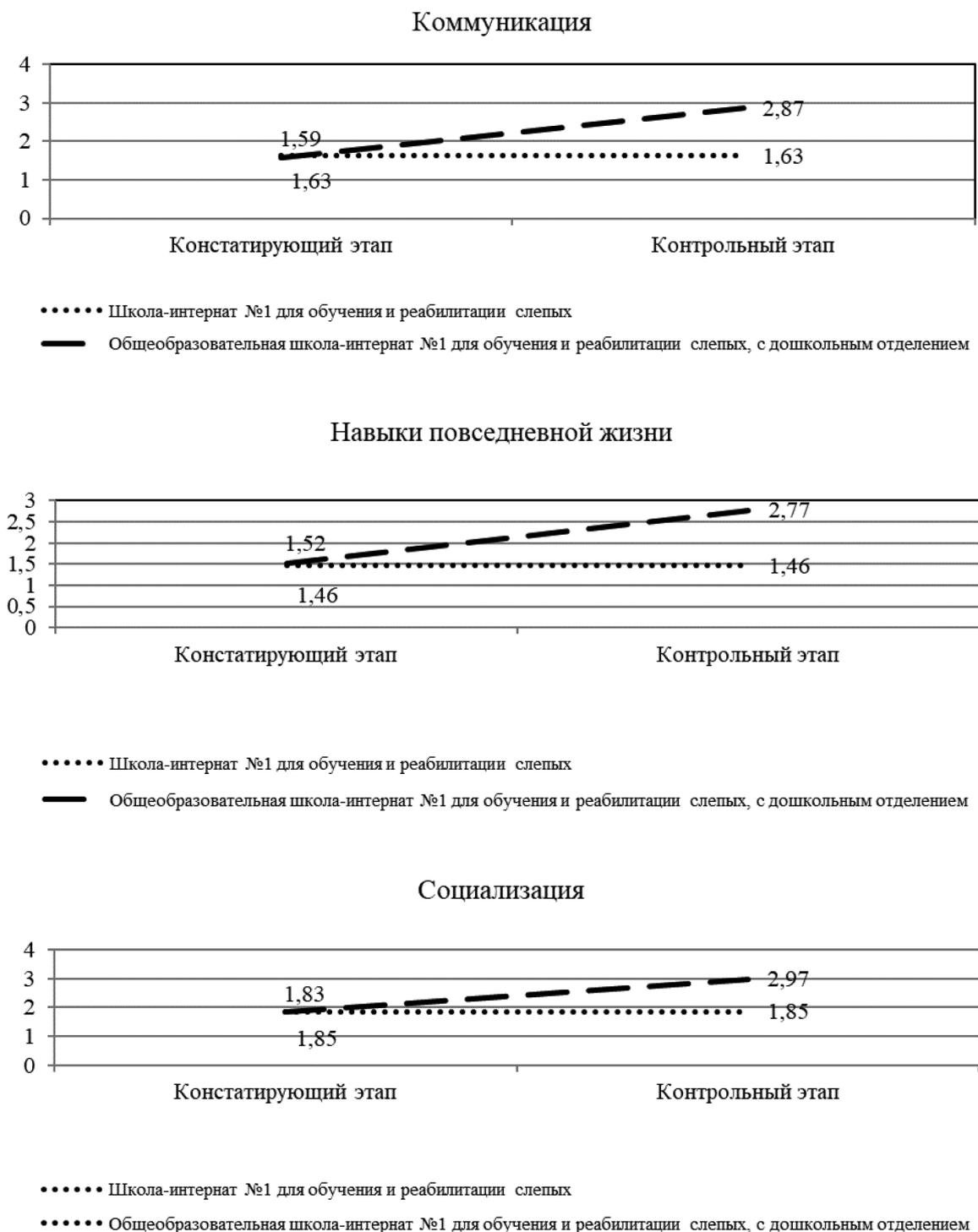


Рис. 1. Динамика значений в исследуемых показателях по окончании педагогического эксперимента

А.И. Лаптевой (2022), а также с результатами исследований, изучающих аспекты адаптивного поведения младших школьников с другими видами нарушений (например, Е.Р. Шерудило, 2024). Возможными объяснениями полученных нами результатов может быть многофакторный инструмент влияния, предоставляемый физкультурно-оздоровительной деятельностью, позволяющей воздействовать

одновременно на все выделенные в исследовании области адаптации, значимые в младшем школьном возрасте.

В настоящем исследовании младшие школьники, посещающие специальные школы, изначально демонстрируют более высокую задержку в развитии, которые отражены значениями, представленными в таблице 1. По

окончанию педагогического эксперимента нам удалось достичь значительного прироста во всех исследуемых показателях психологической и социальной адаптации при одинаковых условиях измерений и различных подходов в организации деятельности младших школьников. Адекватное цели исследования и применение экспериментального инструментария позволяет свидетельствовать о достоверности полученных результатов и признать важную роль физкультурно-оздоровительных мероприятий в жизни младших школьников с нарушением зрения.

### Заключение

Обучение на протяжении всей жизни означает предоставление возможностей для обучения в школе и за ее пределами, чтобы каждый человек мог приобрести соответствующие и значимые личные, социальные, академические и профессиональные навыки, соответствующие требованиям общества. Расширение базового учебного плана путем введения физкультурно-оздоровительной деятельности это многообещающая, хотя и сложная для организации в образовательном учреждении деятельность, позволяющая младшим школьникам с нарушениями зрения увеличить возможности для раскрытия своего личностного потенциала.

Программа, ориентированная на удовлетворение потребности детей с нарушениями зрения, должна

включать в себя дополнительные виды деятельности, включая физкультурно-оздоровительные мероприятия, позволяющие сформировать:

- компенсаторные навыки (например, способов коммуникации);
- навыки социального взаимодействия (например, зрительный контакт);
- навыки отдыха (например, игры);
- навыки ориентации (например, представление о своем теле);
- навыки самостоятельной жизни (например, гигиены);
- технологические навыки (например, доступность информации);
- навыки сенсорной эффективности (визуальное обучение);
- навыки самоопределения (например, самоощущение, принятие решений).

Представленные результаты исследовательской деятельности не претендуют на окончательное решение сохраняющей до настоящего времени актуальность проблемы об увеличении уровня психологической и социальной адаптации младших школьников с нарушениями зрения. Однако полученные результаты способны стать базовой, отправной точкой в последующих исследованиях, детализирующих процесс организации физкультурно-оздоровительной деятельности с детьми младшего школьного возраста с нарушениями зрения в начальной школе.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Борисова В.В., Архипова С.А. Оценка эффективности использования экспериментальных комплексов упражнений для предупреждения нарушений зрения у младших школьников // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 4(194). С. 49-54. DOI 10.34835/issn.2308-1961.2021.4.p49-54. EDN UCUQFU.
2. Гадышева Ю.И., Козырева Д.О. Особенности формирования лексики младших школьников с нарушениями зрения // Современная психология и педагогика: проблемы и решения: Сборник статей по материалам LXXXI международной научно-практической конференции, Новосибирск, 15 апреля 2024 года. Новосибирск: ООО «Сибирская академическая книга», 2024. С. 28-32. EDN APOXRG.
3. Грабаровская Л.В. Развитие двигательного интеллекта у младших школьников с нарушениями зрения // Актуальные вопросы психолого-педагогической кинезиологии, оздоровительной и адаптивной физической культуры: сборник материалов II Всероссийской научно-практической конференции, Москва; Ростов-на-Дону, 26–27 июня 2023 года. Ростов-на-Дону Таганрог: Южный федеральный университет, 2023. С. 123-127. EDN MNROAH.
4. Завьялова Т.П., Лаптева А.И. Применение элементов роллер-спорта в адаптивном физическом воспитании младших школьников с нарушением зрения // Теория и практика физической культуры. 2022. № 8. С. 73-75. EDN UDGWRC.
5. Князева М.А. Проблемы инклюзивного образования младших школьников с нарушениями зрения // Стратегии современной инклюзии: инновационный путь развития как ответ на вызовы нового времени: Сборник статей, Челябинск, 17 ноября 2022 года. Челябинск: ЗАО «Библиотека А. Миллера», 2022. С. 299-304. EDN GRQNBX.
6. Спиридонова В.В. Особенности абстрактного мышления у младших школьников с нарушениями зрения // Наука, образование, инновации: апробация результатов исследований: Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции, Нефтекамск, 07 февраля 2020 года / под общей редакцией А.И. Вострцова. Нефтекамск: Научно-издательский центр «Мир науки» (ИП Вострцов Александр Ильич), 2020. С. 843-847. EDN GEOTKC.
7. Стешиц И.Г. Трудности в усвоении понятия «слово» у младших школьников с нарушениями зрения // IV Машеровские чтения: Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Витебск, 28–29 октября 2010 года / Редколлегия: А.П. Солодков [и др.]. Том II. Витебск: Витебский государственный университет им. П. М. Машерова, 2010. С. 369-370. EDN RAOPJM.
8. Шерудило Е.Р. Применение игровых заданий для школьников младшего школьного возраста с нарушением зрения // Студент года 2024: сборник статей II Международного научно-исследовательского конкурса, Пенза, 05 апреля 2024 года. Пенза: Наука и Просвещение (ИП Гуляев Г.Ю.), 2024. С. 84-86. EDN SMJBSO.

© Юсеф Инад Замиль Аль-Аиди (yinad@uowasit), Альвади Марьям Неамах Джудах (h1h2.m1m2@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»