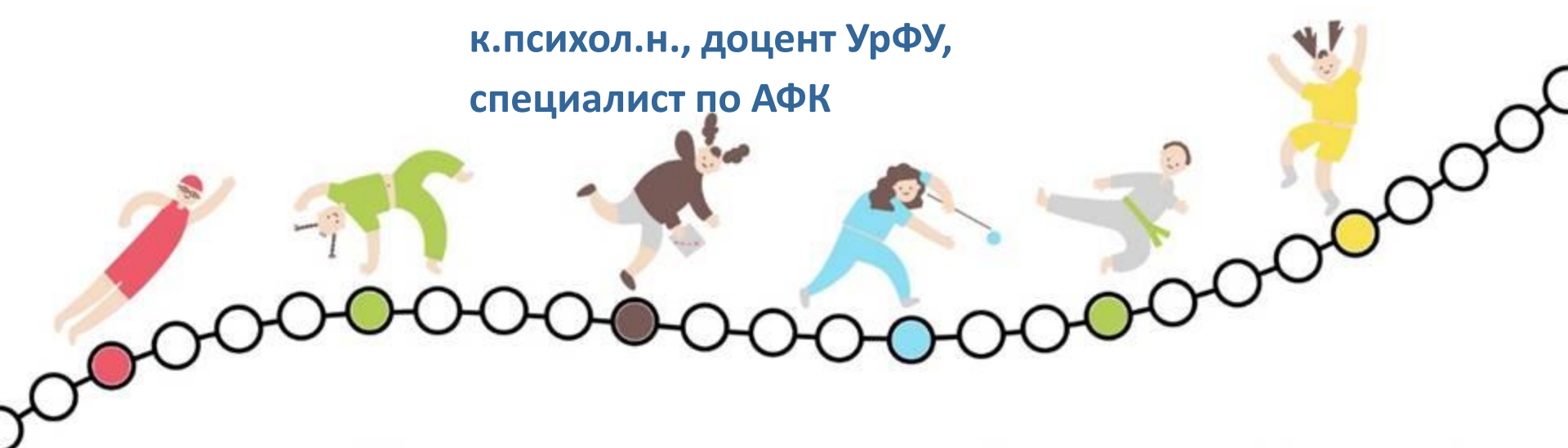
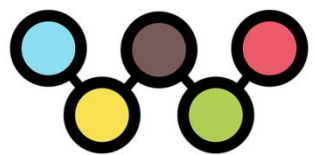


ОСОБЫЙ
СПОРТ

Диагностические методики при организации спортивных занятий для людей с РАС и ментальной инвалидностью на примере проекта «Особый спорт».

Дубровина Нина Александровна,
к.психол.н., доцент УрФУ,
специалист по АФК





**ОСОБЫЙ
СПОРТ**

Диагностические методики при организации спортивных занятий для людей с РАС и ментальной инвалидностью на примере проекта «Особый спорт».

Лялина Анастасия Сергеевна,
дефектолог, инструктор проекта
«Особый спорт», методист РРЦ РАС СО





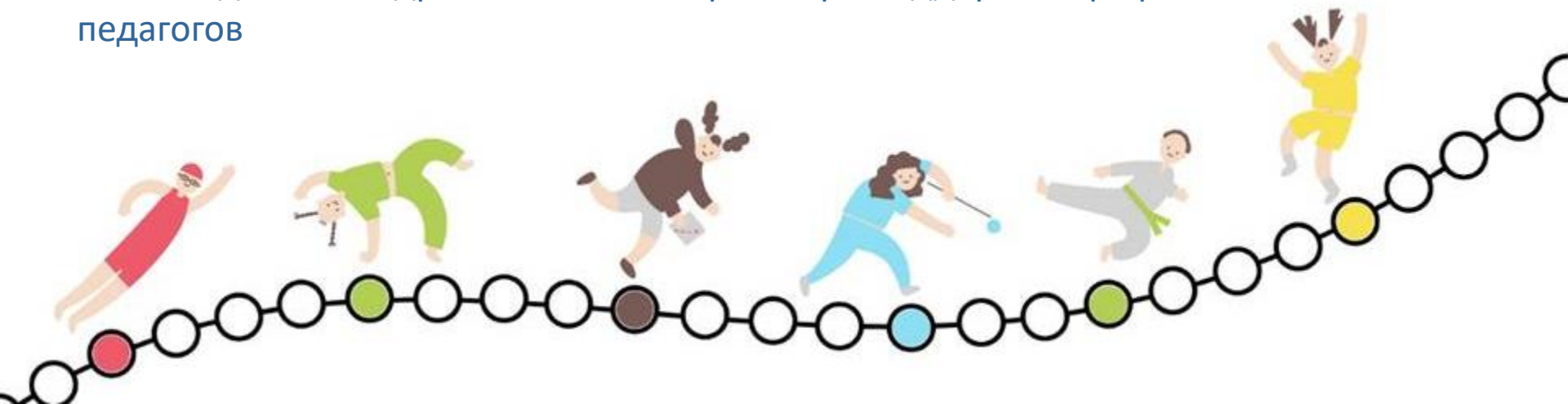
Направления работы в проекте «Особый спорт»

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ: Адаптация к жизни в обществе за счет повышения самооценки, работы в команде, понимания своего места в социуме + снижение уровня стигматизации их семей

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ: Формирование в Свердловской области пула специалистов, способных действительно эффективно работать с этой аудиторией

МЕДИЦИНСКОЕ: Деликатное содействие гармоничному физическому и умственному развитию, снятию тяжелых ментальных симптомов (тревожности, гиперактивности и пр.)

СОЦИАЛЬНОЕ: Создание общедоступных, постоянно действующих площадок для занятий детей и подростков с РАС спортом при поддержке профессиональных педагогов





Задачи диагностики «Особый спорт»

1. Определение уровня развития двигательных навыков в определенном виде спорта у лиц с РАС и ментальными нарушениями
2. Определение уровня развития социальных навыков у лиц с РАС и ментальными нарушениями
3. Определение динамики развития двигательных и социальных навыков у лиц с РАС и ментальными нарушениями в процессе занятий в проекте «Особый спорт»

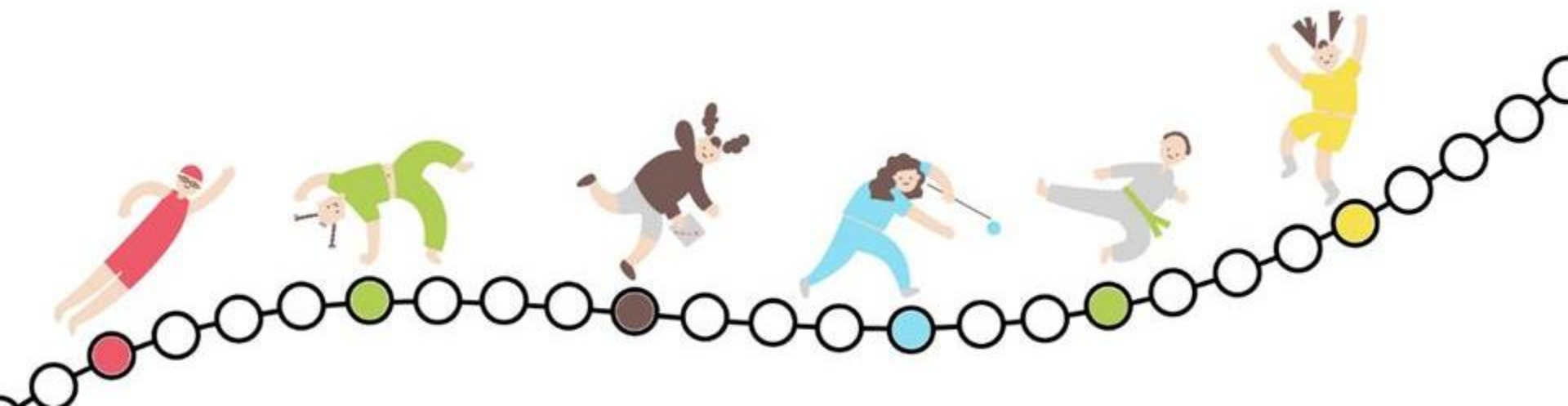




ОСОБЫЙ
СПОРТ

Методы диагностики

1. Тестирование двигательных навыков лиц с РАС
2. Тестирование социальных навыков лиц с РАС





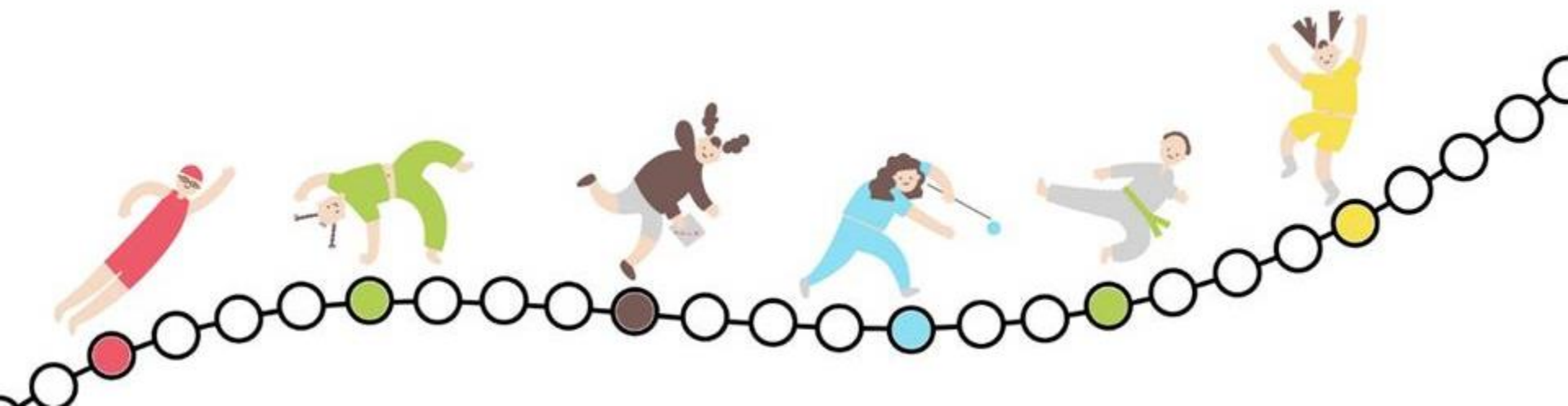
ОСОБЫЙ
СПОРТ

Время проведения диагностики

Диагностика проводится два раза в год: в начале года и в конце года.

Тестирование двигательных навыков проводится в каждом виде спорта, занятия по которому посещает спортсмен.

Тестирование социальных навыков не зависит от вида спорта.





Тестирование социальных НАВЫКОВ

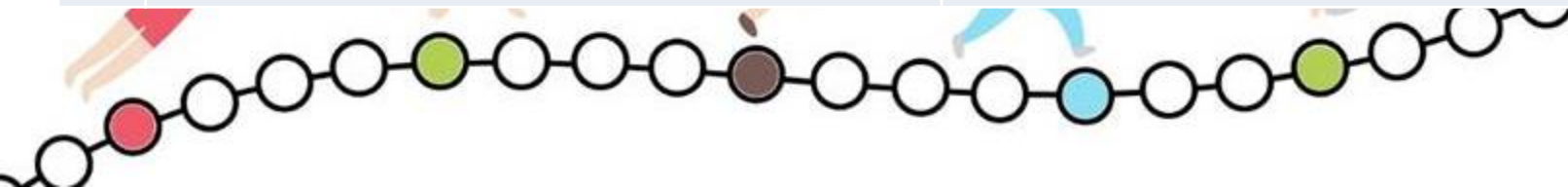
№	Навык	Баллы и пояснение
1	Смотрит на тренера, чтобы получить задание	0=ребенок не смотрит на взрослого 1=требуется подсказка 2=смотрит без подсказки
2	Быстро (в течении 3 секунд) реагирует на инструкцию после ее предоставления	0=не реагирует в течение 3 секунд 1=реагирует с подсказкой 2=реагирует в течение 3 секунд
3	Адекватно реагирует на прикосновения	0=избегает прикосновений всегда 1=избегает прикосновений иногда 2=спокойно реагирует на прикосновения
4	Выполняет простые инструкции тренера	0=не выполняет инструкции 1=выполняет с подсказкой 2=выполняет простые инструкции
5	Отвечает на приветствие	0=не отвечает на приветствие 1=отвечает на приветствие с подсказкой 2=отвечает на приветствие





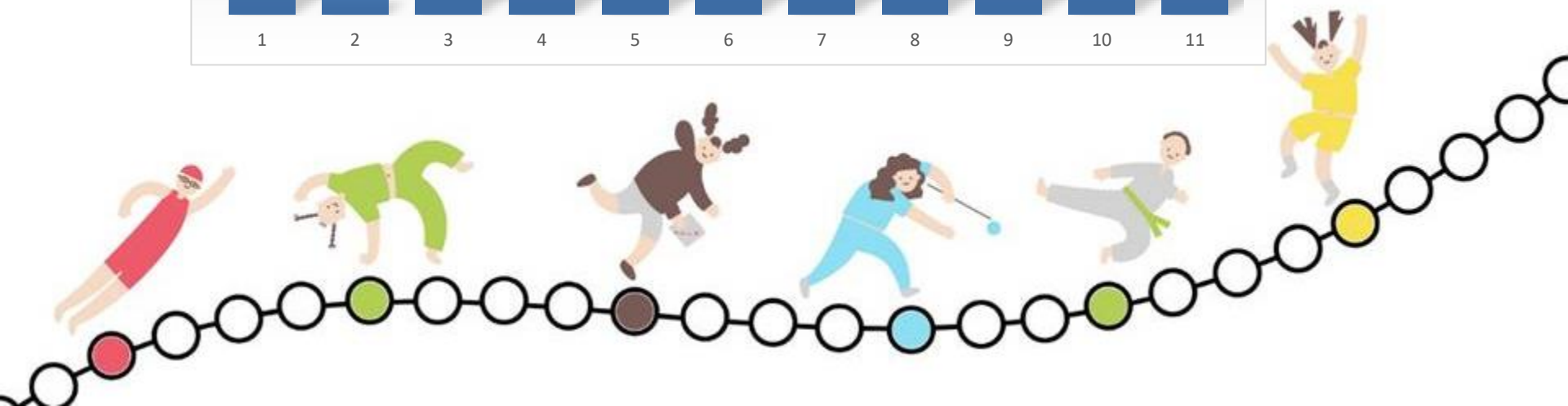
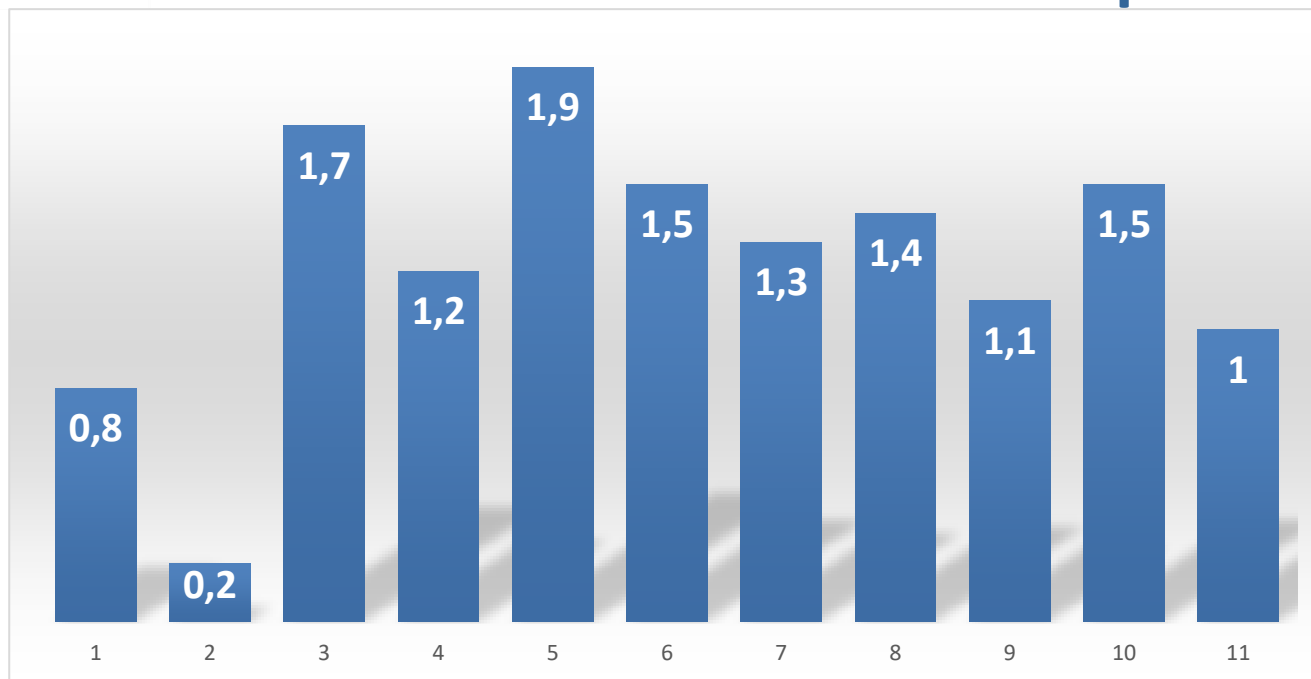
Тестирование социальных навыков (продолжение)

№	Навык	Баллы и пояснение
6	Смотрит в глаза	0=не поддерживает глазной контакт 1=поддерживает с подсказкой 2=поддерживает глазной контакт
7	Здоровается первым	0=не приветствует людей первым 1=может поздороваться после подсказки 2=приветствует людей без подсказки
8	Адекватно ситуации ведет себя в группе детей.	0=ведет себя неадекватно в группе 1=ведет себя адекватно часть времени 2=ведет себя адекватно всю тренировку
9	Следует инструкциям тренера, обращенным ко всей группе	0=не выполняет инструкции к группе 1=выполняет с подсказкой 2=выполняет инструкции к группе
10	Ждет своей очереди, чтобы выполнить действие	0=не может ждать 1=ждет с подсказкой 2=ждет самостоятельно
11	По инструкции может встать в строй или строиться по линии с другими детьми	0=не выполняет 1=выполняет с подсказкой 2=выполняет самостоятельно



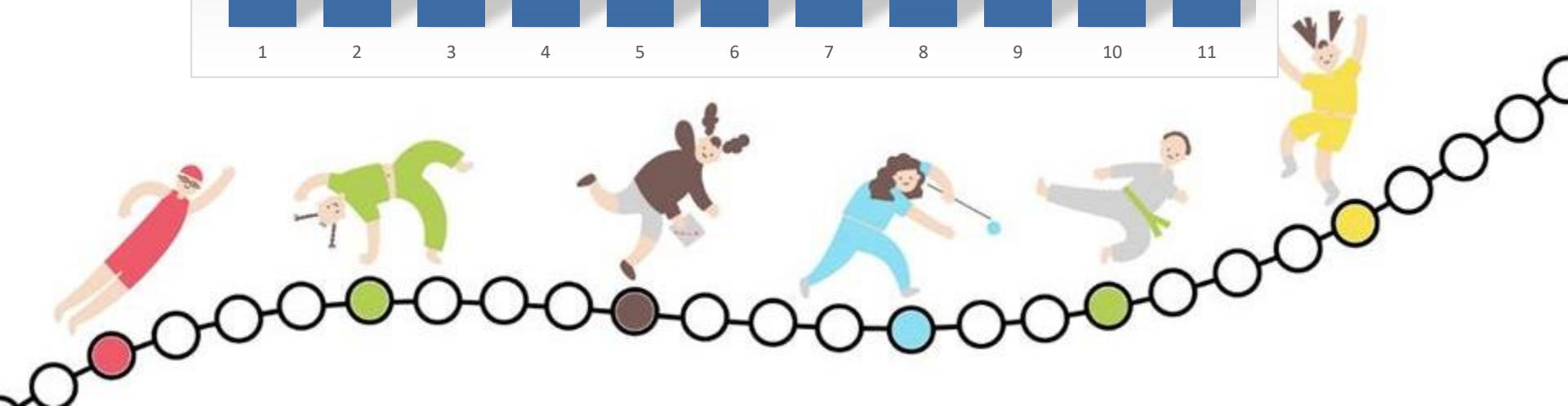
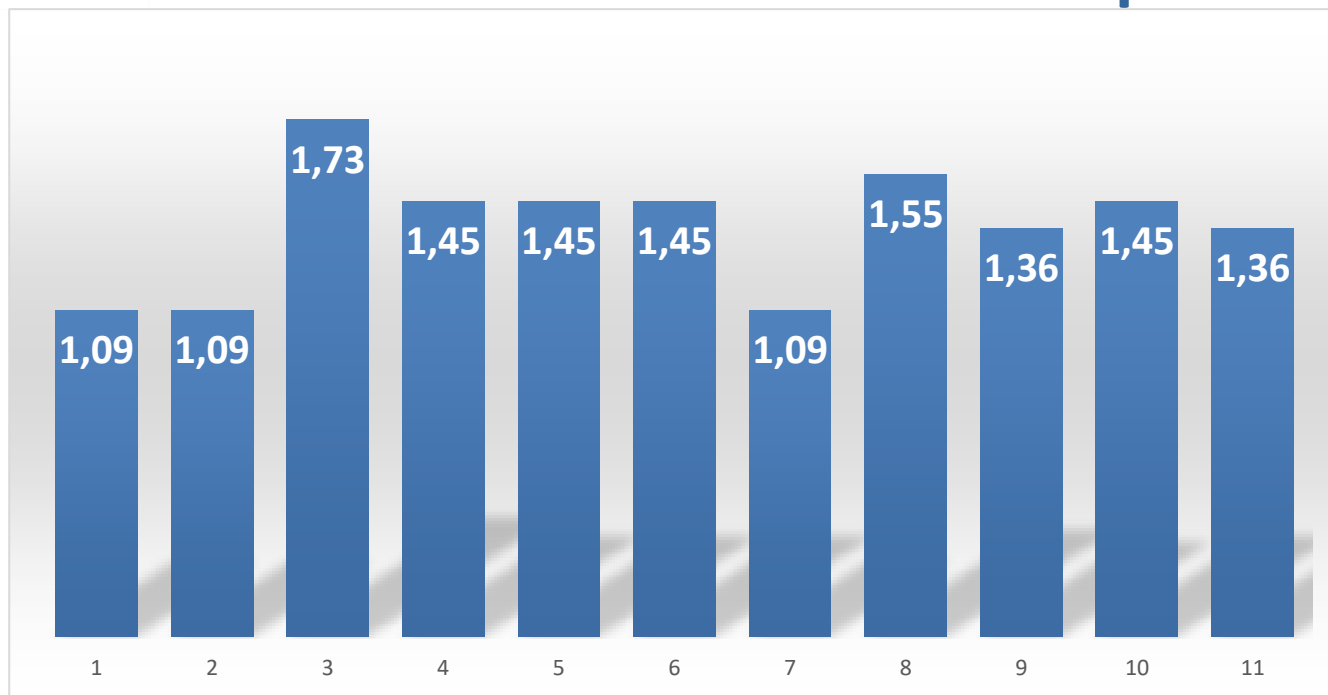


Уровень социальных навыков (на примере группы по теннису, ср. знач. группы)





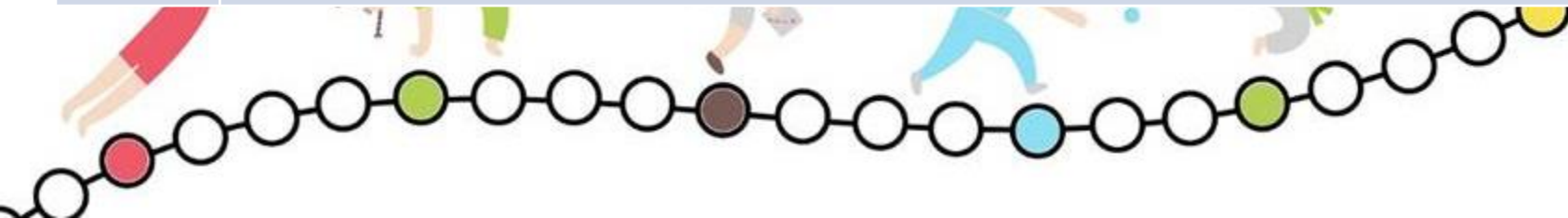
Уровень социальных навыков (на примере группы по капоэйре, ср. знач. группы)





Тестирование двигательных навыков по капоэйре

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. На один счёт: левую руку вытянуть вперёд, правую назад. На второй счёт: опустить руки вниз.
	И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. По команде тренера. Шаг вперёд (левой или правой ногой), обратно в И. П. Шаг назад (левой или правой ногой), обратно в И. П.
2	И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. По команде тренера. Шаг в сторону (левой или правой ногой), обратно И. П.
3	И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. Поднять левую ногу, согнутую в колене. Коснуться колена локтем правой руки. Вернуться в И. П. Повторить с правой ногой.
4	И. П. - стоя, ноги шире плеч. Наклон вперёд, руки на пол. Идём руками по полу, ноги остаются на месте и ложимся животом на пол. Возвращаемся обратно в И. П.
5	И. П. - стоя на коленях, руки на полу. Левую ногу вытянуть назад, правую руку вперёд. Удерживаем 10 счётов. Повторить с другой ногой и рукой.
6	И. П. - стоя на коленях, руки на полу. Левую ногу вытянуть назад, правую руку вперёд. Удерживаем 10 счётов. Повторить с другой ногой и рукой.





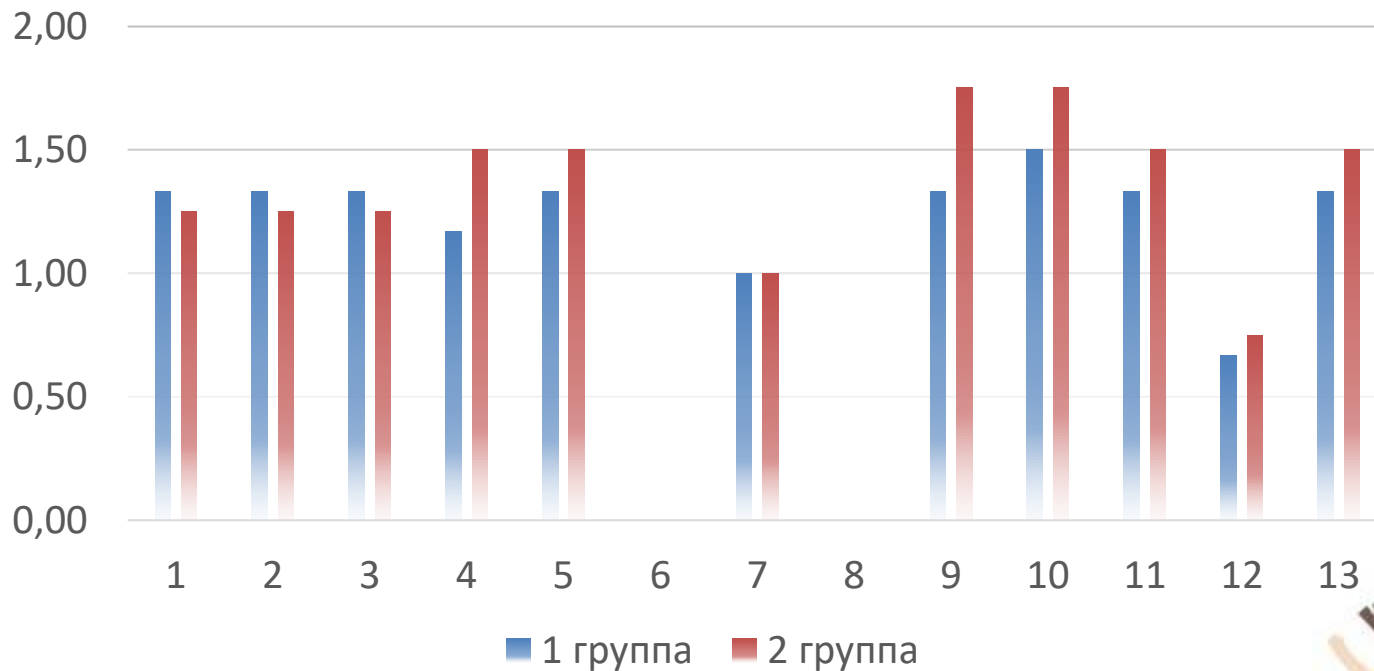
Тестирование двигательных навыков по капоэйре (продолжение)

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
7	И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. Шаг назад левой ногой, правую руку поднять перед собой, согнутую в локте. Вернуться в И. П. Также с другой ногой.
8	И. П. - сидя на полу руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях стоят на полу. Лево́й рукой берём за стопу правой ноги и поднимаем таз от пола. Удерживаем 10 счётов.
9	Перемещение в "Каракатице" Вперёд - назад, влево - вправо.
10	Перемещение в "Жирафе" Вперёд - назад, влево - вправо.
11	Смена положения из "Каракатицы" в "Жираф" в одну сторону, потом в другую.
12	"Роле". И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. Перемещение в сторону в стойку "Жираф" и дальше по ходу движения в И. П.
13	"Кокоринья" И. П. - стоя, ноги на ширине плеч. Присесть левую руку на пол, правую поднять перед собой, согнутую в локте. Вернуться в И. П. Также на другую сторону.



ОСОБЫЙ
СПОРТ

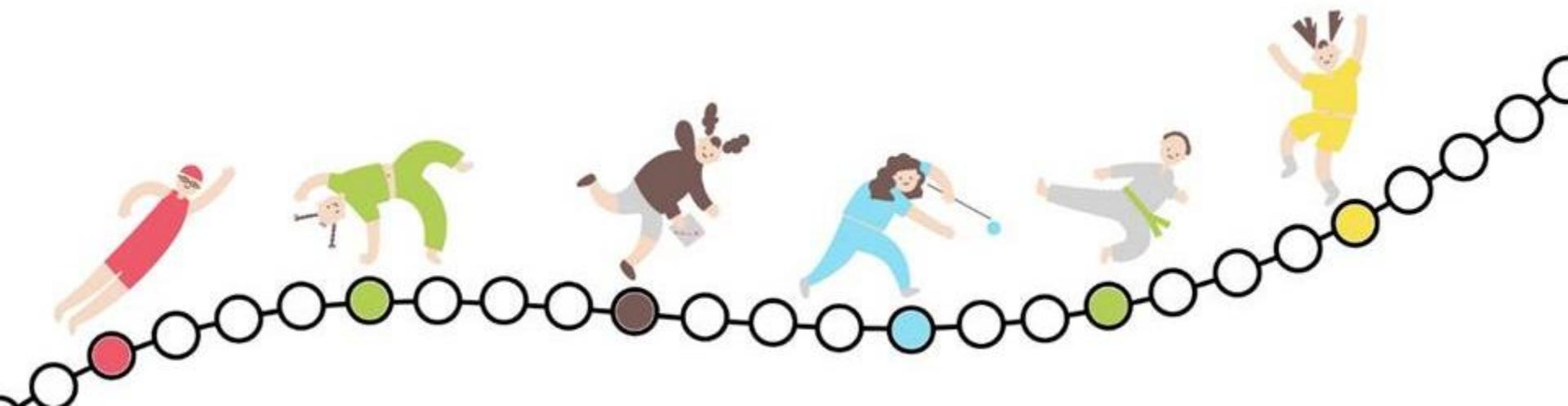
Уровень двигательных навыков по капоэйре (на примере двух групп, ср. знач. групп)





Тестирование двигательных НАВЫКОВ ПО настольному теннису

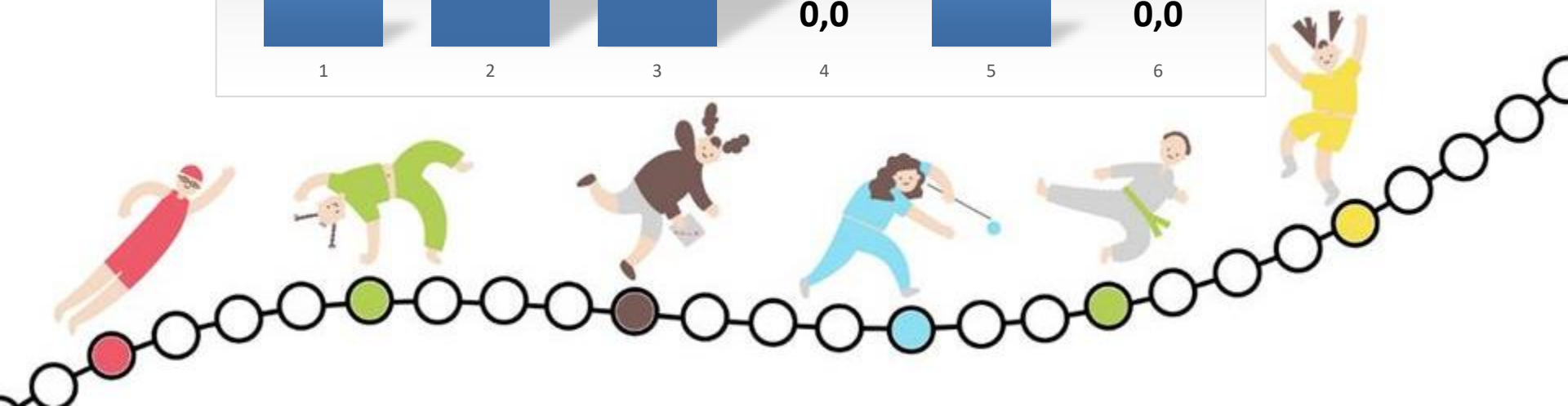
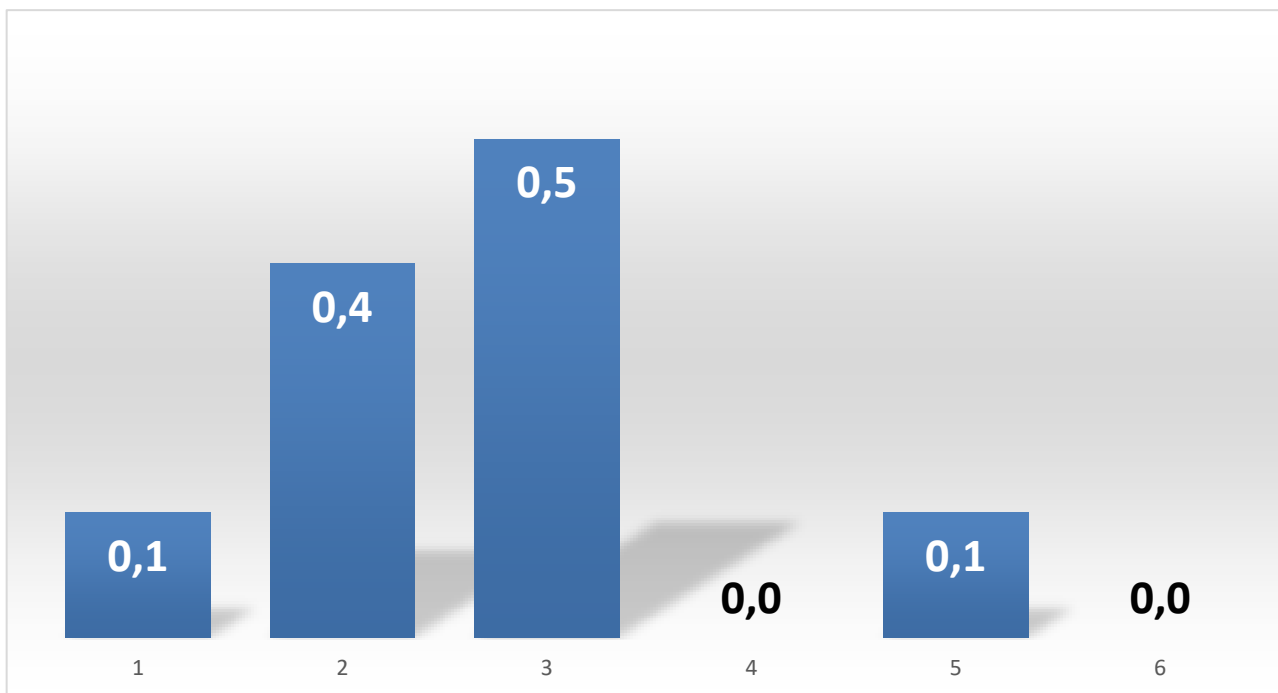
№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	Держание ракетки
2	Удержание мяча на ракетке (пронести на ракетке теннисный мяч до отметки и обратно)
3	Катание мяча (по линии и змейкой)
4	Подброс мяча: хлопок, ловля двумя руками
5	Отбивание теннисного мяча об пол (количество раз)
6	Подбивание мяча на ракетке (количество раз)





ОСОБЫЙ
СПОРТ

Уровень двигательных навыков по настольному теннису (на примере одной группы, ср. знач. группы)





ОСОБЫЙ
СПОРТ

Тестирование двигательных навыков по ушу

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	И.П стоя, ноги вместе руки прижаты к поясу в кулаках. Шаг в сторону руки скрестить внизу в нижний блок, затем поднять в верхний блок. Обрато в И.П.
2	И.П стоя, ноги вместе руки вдоль туловища. Приставной шаг влево, руки через верх в стороны. Кисти подняты.
3	И.П стоя, ноги вместе руки вдоль туловища. Приставной шаг влево в стойку "Мабу". Обрато в И.П.
4	И.П стоя, ноги вместе руки вдоль туловища. Шаг вперёд в стойку "Гунбу" с ударом кулаком противоположной рукой. Обрато в И.П.
5	И.П. стойка "Гунбу" с противоположной рукой впереди. Шаг вперёд сзади стоящей ногой с движением кулаком вперёд противоположной рукой.

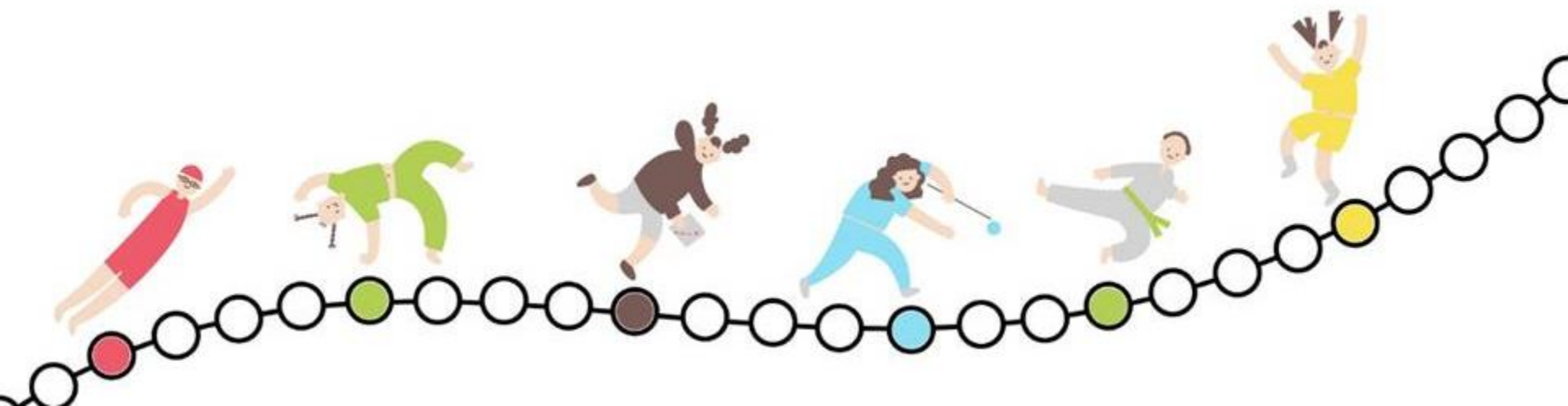




ОСОБЫЙ
СПОРТ

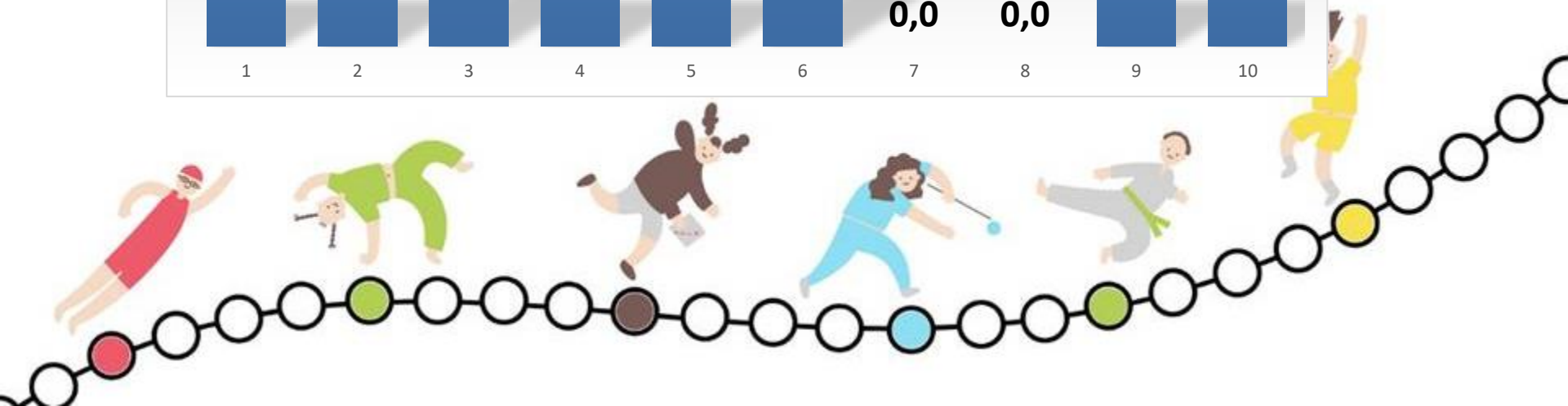
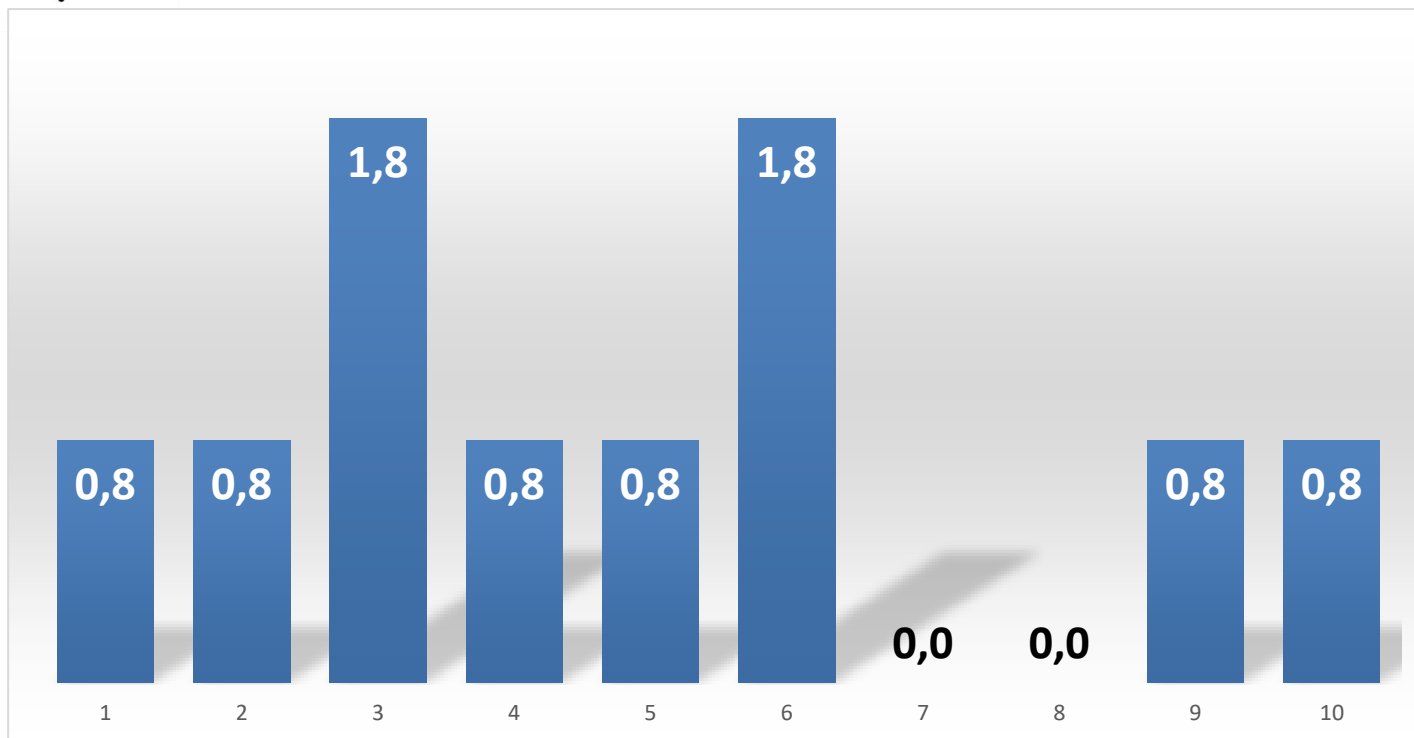
Тестирование двигательных навыков по ушу (продолжение)

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
6	И.П. упор лёжа. Поочерёдно поднимаем кисть к противоположному плечу 10 раз.
7	"Мостик"
8	Стоим "Планку" 60 секунд
9	И.П. стоя на одной ноге, вторая поднята вперёд и согнута в колене. Руки на поясе, кисти сжаты в кулаки. Удерживать 5 секунд.
10	И.П. стоя, ноги вместе, руки в стороны, кисти подняты. Мах вперёд левой ногой, потом правой.





Уровень двигательных навыков по ушу (на примере одной группы, ср. знач. группы)





ОСОБЫЙ
СПОРТ

Тестирование двигательных навыков по прыжкам на батуте

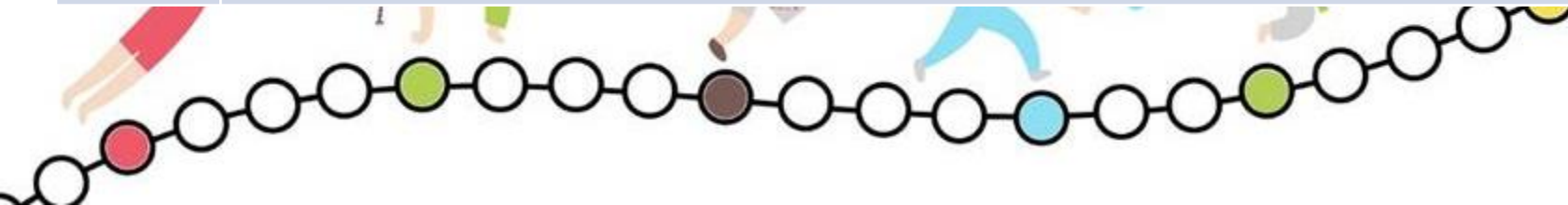
№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	Солдатык руки вдоль тела
2	Солдатык руки на поясе
3	Солдатык руки в стороны
4	Солдатык руки наверх
5	Солдатык с поворотом вокруг своей оси на 180 градусов (влево и вправо)
6	Солдатык с поворотом вокруг своей оси на 360 градусов (влево и вправо)
7	Прыжок в группировке (колени согнуты и подняты к груди)
8	Прыжок в разножке (колени прямые, ноги вытянуты вперед и в стороны)





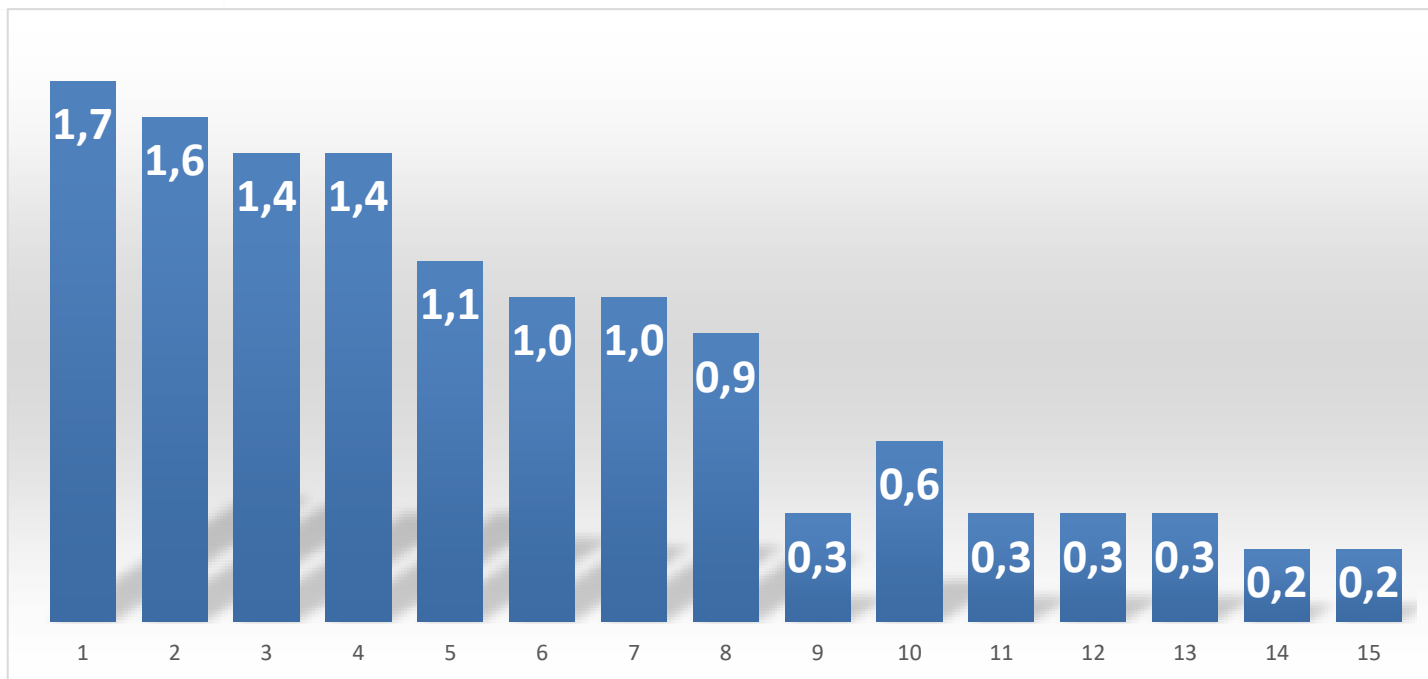
Тестирование двигательных навыков по прыжкам на батуте (продолжение)

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
9	Прыжок в складке (колени прямые, ноги вытянуты вперед и сомкнуты)
10	Прыжок в сед, из седа встать (прыжок с ног в положение сидя с обратным вставанием на ноги)
11	Прыжок в сед, встать с поворотом (прыжок с ног в положение сидя с обратным вставанием на ноги с поворотом вокруг своей оси на 180 градусов)
12	Прыжок сед-четвереньки-живот (Прыжок с ног в положение сидя, из положения сидя махом рук вперед прыжок на четвереньки, далее из этого положения прыжок на живот)
13	Прыжок на живот (Прыжок из положения стоя в положение лежа на животе)
14	Прыжок с поворотом на живот (Прыжок из положения стоя в положение лежа на животе с поворотом вокруг своей оси на 180 градусов)
15	Прыжок на спину (из положения стоя в положение лежа на спине)





Уровень двигательных навыков по прыжкам на батуте (на примере одной группы, ср. знач. группы)

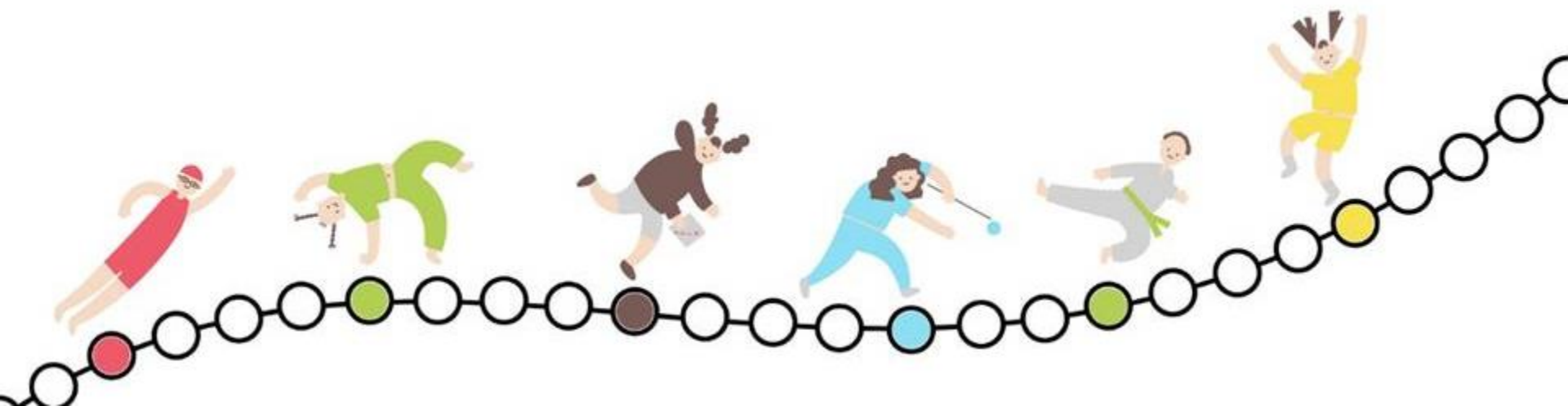




ОСОБЫЙ
СПОРТ

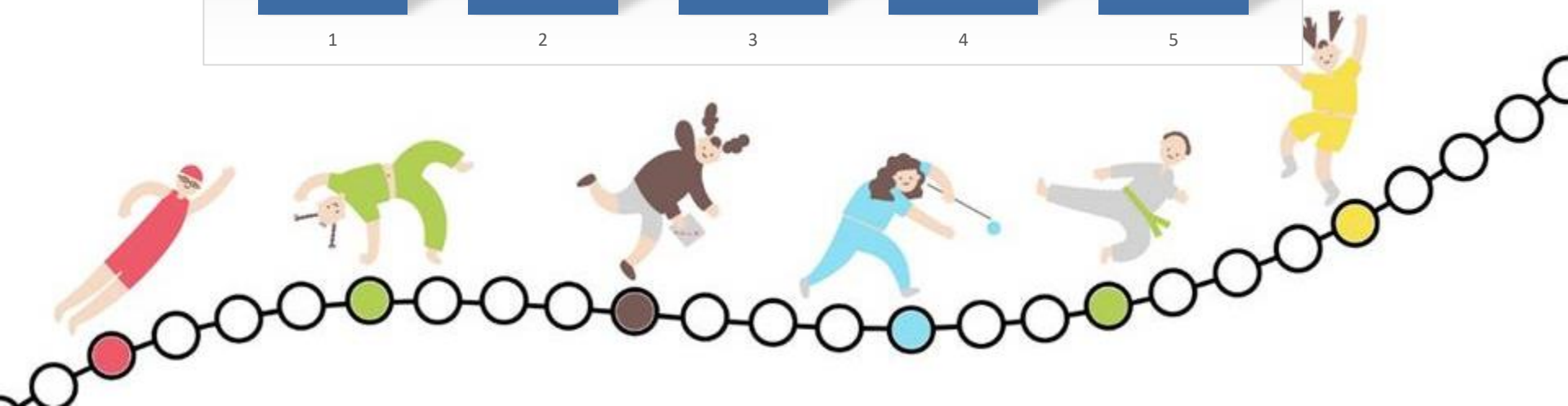
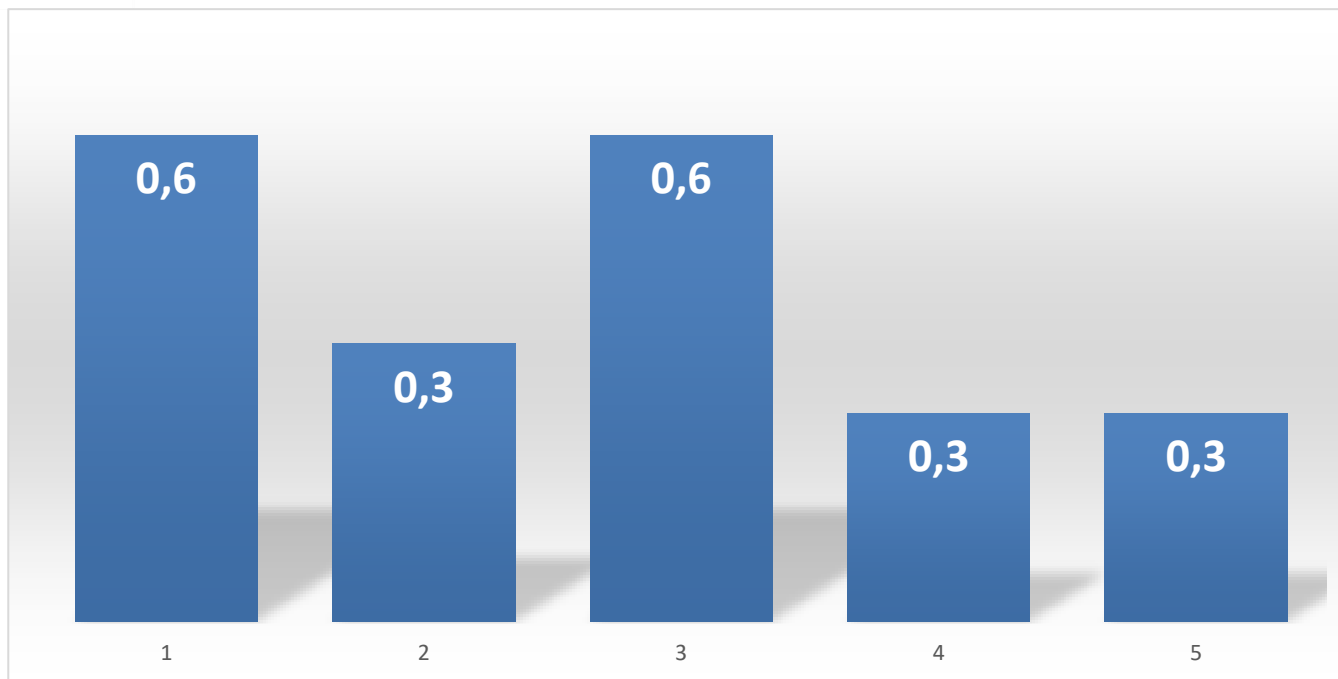
Тестирование двигательных навыков по спортивному ориентированию

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	Знать 10-15 основных знаков спорткарт
2	Определять стороны света по компасу
3	Сопоставлять карту по компасу
4	Глазомерно определять расстояние на местности до 40 метров
5	Самостоятельное прохождение простой дистанции с ориентированием





Уровень двигательных навыков по спортивному ориентированию (на примере одной группы, ср. знач. группы)

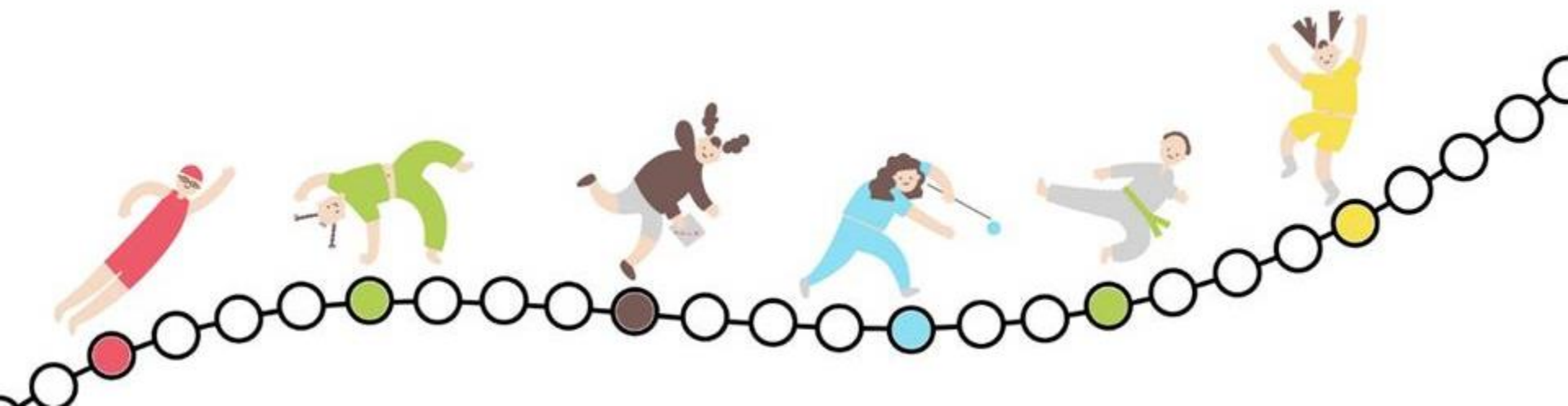




ОСОБЫЙ
СПОРТ

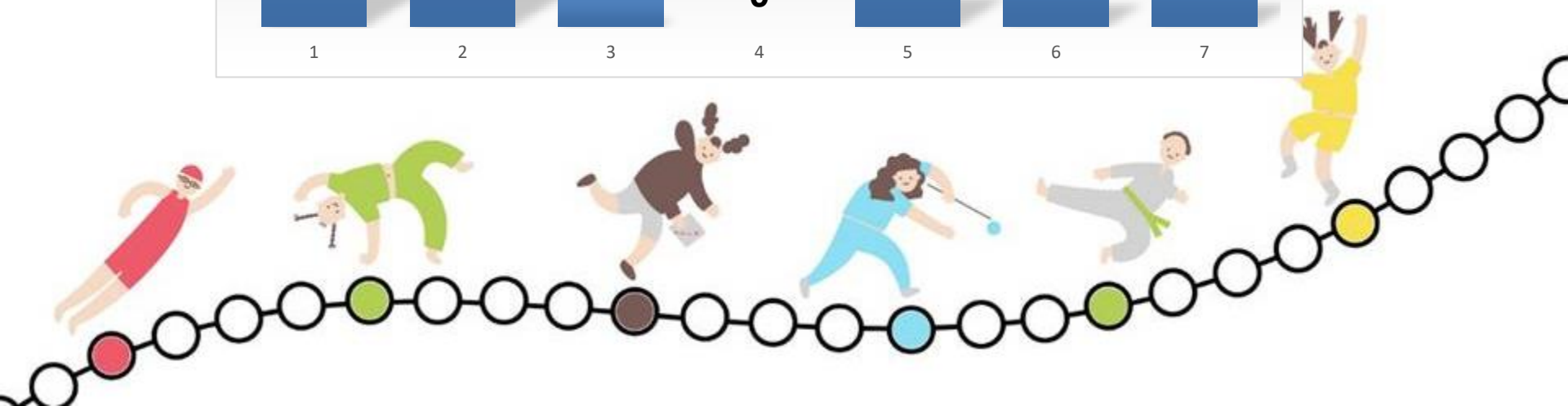
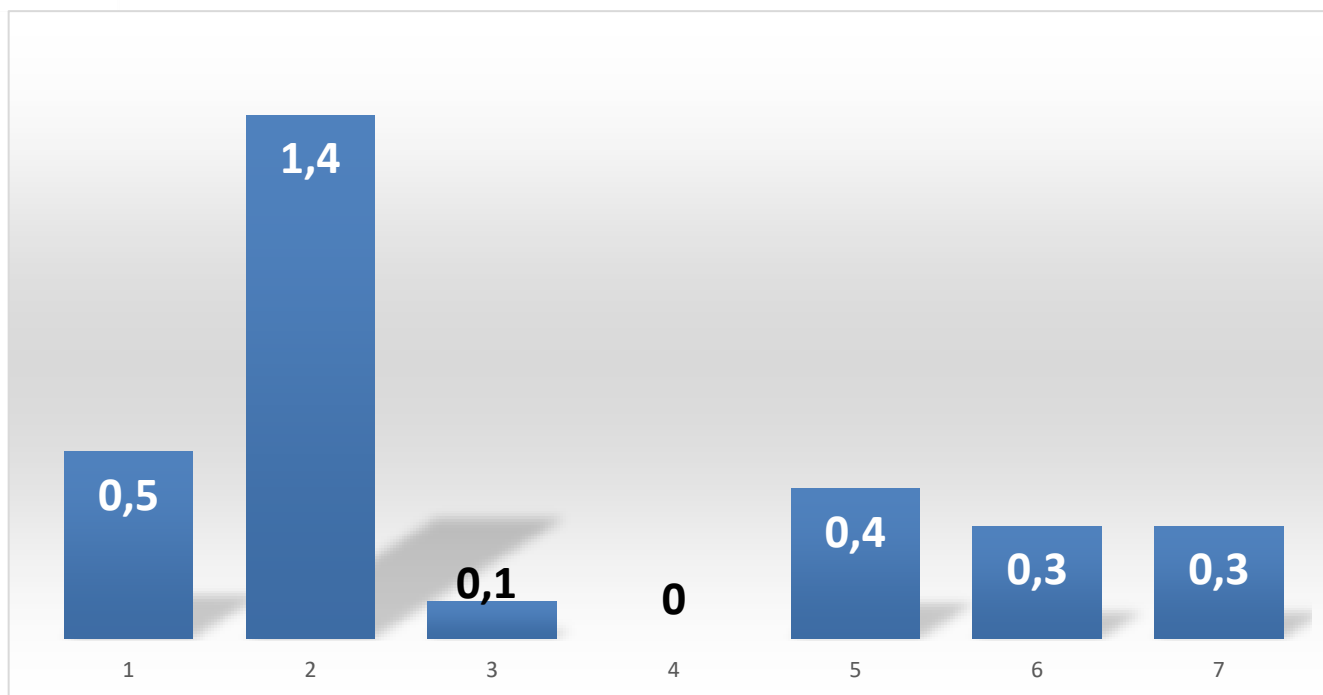
Тестирование двигательных навыков по по бильярду

№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	Принятие правильной стойки
2	Самостоятельный подход к столу
3	Правильное удержание кия
4	Правильное положение кисти
5	Правильное положение тела
6	Правильное положение руки
7	Попадание кием по шару





Уровень двигательных навыков по бильярду (на примере одной группы, ср. знач. группы)





ОСОБЫЙ
СПОРТ

Тестирование двигательных навыков по плаванию

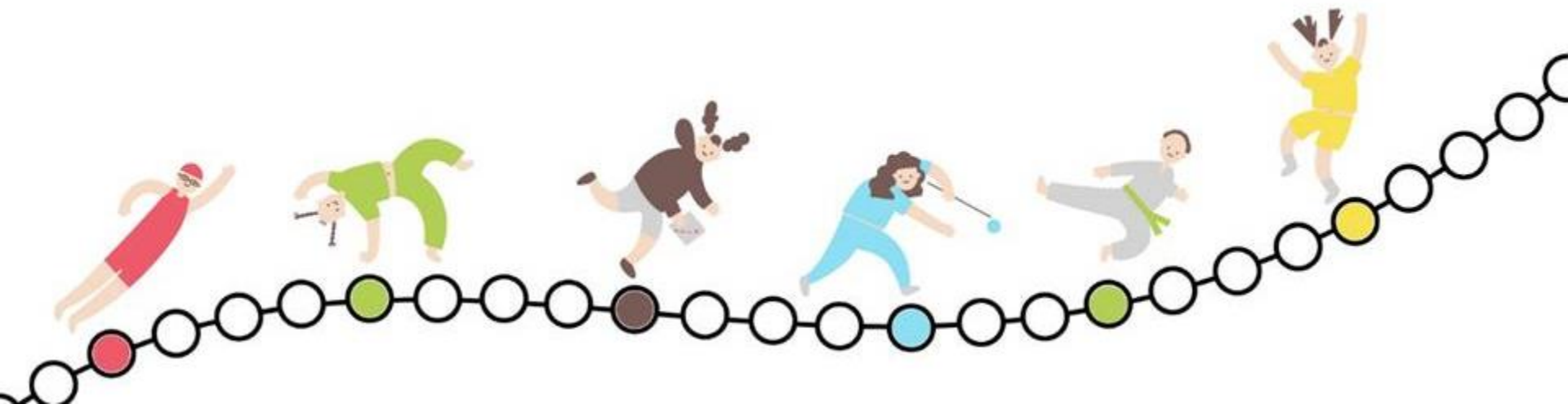
№	Навык (Баллы: 0=не выполнено, 1=с подсказкой, 2=выполнено)
1	На груди, ноги кроль
2	На спине, ноги кроль
3	На груди, руки брасс, ноги кроль
4	На груди брасс
5	На боку, ноги кроль
6	Плавание на груди с выдохами в воду
7	«Звездочка» на спине
8	«Срелочка» на груди
9	Кроль на груди
10	Прыжки в воду
11	Достать игрушку со дна
12	Плавание на груди с дыханием под руку в воде
13	Кроль на груди с ускорением

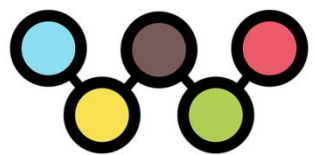


ОСОБЫЙ
СПОРТ

Информационные ресурсы

1. Официальная страница проекта на сайте Ассоциации «Особые люди»
<http://osobyeludi.com/sport/>
2. Официальная страница проекта в Facebook
<https://www.facebook.com/osobiysport/>
3. Официальная страница проекта ВКонтакте <https://vk.com/club130849294>
4. Персональная страница в Инстаграм @dubrovina_afk





ОСОБЫЙ
СПОРТ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

