

УДК 615.825

doi: 10.20310/1810-231X-2018-17-37-36-41

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ СО СЛУХОВОЙ ДЕПРИВАЦИЕЙ

Лернер Виктория Леонидовна,

Дерябина Галина Ивановна

Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина

e-mail: vikun69@yandex.ru

Филаткин Алексей Сергеевич

МБУДО «ДЮСШ единоборств № 3»

Россия, г. Тамбов

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ и Субъекта РФ (Тамбовская область) в рамках научного проекта № 18-413-680003 р_а «Разработка теоретико-методических основ развития координационных способностей у детей с нарушениями слуха средствами карате»

Статья посвящена коррекции и развитию координационных способностей младших школьников со слуховой депривацией. Проанализировано содержание физкультурных занятий, регламентированных программой адаптивного физического воспитания детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха. Приведены основные средства, рекомендованные к использованию в коррекционно-развивающей работе с глухими и слабослышащими младшими школьниками. Обосновано увеличение доли средств, направленных на коррекцию и развитие различных видов координационных способностей, и использование в качестве приоритетных обучающих средств специализированных подвижных игр и упражнений, направленных на развитие вестибулярной функции и статического и динамического равновесия. Предложено содержание рекреативных физкультурных занятий для данного контингента детей с акцентом на коррекцию и развитие различных видов координационных способностей.

Ключевые слова: младшие школьники со слуховой депривацией, адаптивная двигательная рекреация, координационные способности

Доказанная Н. А. Бернштейном в 1966 г. взаимосвязь двигательного и слухового анализаторов объясняла непосредственное влияние слуха на формирование и развитие двигательной сферы человека. При этом нарушение деятельности слухового анализатора влечет за собой не только изолированное исключение одной из сенсорных систем, а отклонение во всем ходе развития такого ребенка. В первую очередь это касается координационных способностей, так как повреждения слухового анализатора нередко влечет за собой нарушение вестибулярной функции [1].

Специфика сформированности двигательной сферы ребенка со слуховой депривацией выражается в:

- неточной координации и неуверенности движений;
- сравнительной замедленности овладения двигательными умениями и навыками;
- сложности в сохранении статического и динамического равновесия;

- низком уровне развития пространственной ориентировки;
- замедленной реагирующей способности, скорости выполнения отдельных движений и темпа двигательной деятельности в целом;
- отклонения в развитии мелкой моторики;
- несогласованности движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве;
- переключаемости нарушении дифференцировки и ритмичности движений;
- в отставании развития всех жизненно важных физических способностей (скоростно-силовых, силовых, выносливости) [2].

Коррекция и развитие всех вышеперечисленных кондиционных и координационных способностей детей с нарушениями слуха осуществляется в рамках адаптивной физической культуры, реализуемой в специализированных образовательных учреждениях для детей с ОВЗ. В то же время в настоящее время

образовательные программы по адаптивному физическому воспитанию детей, имеющих нарушения слуха, преимущественно посвящены коррекционно-развивающей работе скоростно-силовых качеств, и только четверть – коррекции вестибулярных нарушений [3].

В этой связи, мы посчитали целесообразным разработать и реализовать в рамках адаптивной физической культуры рекреации физкультурные занятия, направленные на коррекцию и развитие координационных способностей слабослышащих школьников.

При разработке содержания рекреативных занятий по физической культуре мы придерживались методических требований, которые необходимо учитывать при осуществлении работы с глухими и слабослышащими детьми:

- выбор физических упражнений зависит от уровня психофизического и двигательного состояния ребенка;

- обязательное чередование специальных коррекционных упражнений с общеразвивающими и профилактическими;

- выполнение упражнений, связанных с изменением положения головы в пространстве, должно выполняться с постепенно возрастающей амплитудой;

- усложнение упражнений на статическое и динамическое равновесие, должно осуществляться с учетом индивидуальных особенностей статокинетической устойчивости детей с обеспечением страховки;

- выполнение упражнений с закрытыми глазами начинать только после их освоения с открытыми глазами;

- обязательная активизация мышления, эмоционально-волевой сферы, понимания речи на протяжении всего физкультурного занятия [3; 4].

Итак, в соответствии с программой адаптивного физического воспитания детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха – бег, прыжки, метание, которые представляют собой упражнения скоростно-силового характера и занимают большую часть времени, как основные виды движения, относящиеся к жизненно важным двигательным умениям и навыкам. В этой связи, необходимо научить детей со слуховой депривацией правильно и уверенно выполнять эти движения в изменяющихся условиях повседневной жизни. Более

того, включение упражнений скоростно-силовой в коррекционно-развивающую работу с детьми, имеющими нарушения слуха, создает благоприятные предпосылки как для коррекции и развития базовых координационных способностей, так и для улучшения физических качеств в целом. Так как при ходьбе, беге, прыжках, выполнении учебных и бытовых действий необходимы развитые координационные способности, а также при улучшении уровня развития одного физического качества непременно влечет рост других – явление «положительного переноса» (рис. 1).

Следовательно, включение скоростно-силовых упражнений в коррекционно-развивающую работу с детьми, имеющими нарушения слуха, объясняется принципом сопряженного развития и координационных способностей. Однако, на наш взгляд, отведение четверти учебного времени на коррекцию и развитие только координационных способностей младших школьников со слуховой деприваций, является недостаточным. В этой связи, мы посчитали необходимым разработать содержание рекреативных физкультурных занятий с включением упражнений, направленных на развитие различных видов координационных способностей.

Разработанные занятия в свою структуру включали вводную, основную и заключительные части. Вводная часть, продолжительность – 10 мин., содержала – построение, приветствие, разминку, различные виды ходьбы, бега, прыжки и комплексы общеразвивающих упражнений. Основная часть (до 25 мин.) занятия представляла собой комплексы упражнений для коррекции и развития равновесия и вестибулярной функции, специально-подобранные подвижные игры, рекомендованные ведущими специалистами именно для детей со слуховой депривацией. Заключительная часть (10 мин.) занятий обязательно включала упражнения на коррекцию расслабления, построение и подведение итогов занятия.

Периодичность проведения физкультурных занятий – 2 раза в неделю во внеучебное время, место проведения – спортивный зал, продолжительность каждого занятия – 45 мин.

Схематично структура и содержание разработанных нами рекреативных занятий представлены на рисунке 2.



Рис. 1. Влияние скоростно-силовых упражнений на коррекцию и развитие координационных способностей (Шапкова Л.В., 2004)



Рис. 2. Структура и содержание рекреативных занятий со слабослышащими детьми 7-10 лет, направленных на развитие координационных способностей

Разминка вводной части включала в себя: разновидности ходьбы на носках, пятках, перекатом на носок, на внутренней и внешней стороне стопы и т. д.; бег правым/левым боком, с захлестом голени назад, с высоким подниманием бедра, с прямыми ногами, вперед/назад, спиной вперед, ускорения); различные прыжки и комплексы общеразвивающих упражнений.

Основная часть занятия по решаемым задачам разбивалась на примерно равные две половины по 10-15 мин. В первой половине основной части мы развивали либо функцию равновесия, либо корректировали вестибулярные нарушения. Данные задачи целесообразно решать в рамках отдельных занятий, отведя каждой из них приблизительно равное время.

Комплекс упражнений для коррекции и развития равновесия включал в себя: ходьбу по наклонной доске вверх и вниз, по лестнице из разновысоких кубиков, по канату (на полу) вдоль и приставными шагами поперек, руки в стороны, с мешочком на голове, по дорожке шириной 15-25 см, с перешагиванием реек гимнастической лестницы, лежащей на полу; стойку на носках и одной ноге руки вниз; бег вверх-вниз по наклонной доске или гимнастической скамейке и балансировка на набивных мячах (3 кг).

Упражнения на коррекцию и развитие вестибулярной функции начинают с разучивания техники. Например, в первом полугодии обучают технике выполнения курка на каждом занятии, а во втором только использовать в качестве средства обучения. Весь комплекс рассчитан на 10-15 мин. и использовался также в первой половине основной части занятия.

Упражнения выполнялись в трех плоскостях, как правило, в движении. Для коррекции функции фронтальных каналов вестибулярного аппарата, мы использовали упражнения с отклонением головы во фронтальной плоскости – боковые наклоны головы, повороты головы при наклоне туловища воздействуют; в целях раздражения горизонтальных полукружных каналов включали вращения туловищем, повороты на 180°, 360° на месте и прыжком, во время ходьбы и бега; на отолитовый аппарат воздействовали в начале и конце прямолинейного движения, с помощью ускорения и замедления движений. Активно применялись различные виды кувырков: вперед с открытыми и закрытыми глазами, с последующей ходьбой по линии, с последующей ходьбой боком, спиной вперед по гимнастическому бревну; перекаты со спины на живот «бревнышко» с открытыми и закрытыми глазами, с последующей ходьбой по линии (бревну, гимнастической скамейке); ходьбы, бег и подскоки с остановкой по сигналу, подскоки вперед с остановкой и движением в противоположную сторону, прыжки со скакалкой с изменением темпа.

Основные методы, которые должны преобладать на коррекционно-развивающих занятиях по адаптивной физической культуре – игровой и соревновательный. Следовательно, основными средствами выступают эстафеты, подвижные игры, повторные задания, сюжетные игровые композиции и др. Однако, из-за особенности психофизического развития детей с нарушением слуха (неустойчивость внима-

ния, замедленное и непрочное запоминание, ограниченная речь, малый запас слов, неспособность к адекватному восприятию и воображению, свойственные этим детям) существуют особые тонкости при подборе, организации и проведении подвижных игр с ними. Продуманная, хорошо организованная подвижная игра создает благоприятные условия не только для коррекции и развития двигательной сферы, в частности координационных способностей, но и для речевого общения детей, расширяет диапазон двигательных возможностей, обогащает словарный запас, развивает психические качества, приучает ребенка к осознанному поведению, стимулирует инициативу и самостоятельность, корректирует нарушения психомоторики.

Поэтому при наполнении содержания второй половины основной части физкультурных занятий, мы сделали выбор в пользу подвижных игр. Все предложенные подвижные игры, соответствуют возрасту учащихся, учитывают их слуховую депривацию, направлены на коррекцию и развитие координационных способностей [5].

Продуманная и правильно хорошо организованная подвижная игра создает благоприятные условия для речевого общения детей, расширяет диапазон двигательных возможностей, обогащает словарный запас, развивает психические качества, приучает ребенка к осознанному поведению, стимулирует инициативу и самостоятельность, корректирует координационные нарушения. Мы использовали следующие игры, во второй половине основной части разработанных нами занятий: «Три стихии. Земля. Вода. Воздух», «Печатающая машинка», «Запрещенный цвет», «Зеркало», «Веревочка», «Догони меня», «Поймай мяч», «Цветные палочки», «Часы», «Подними руку», «В шеренгу становись», «Поймать Бармалея».

Количество игр точно не регламентируется, обычно 1-2 игры в одном занятии. Время, отводимое на подвижные игры, составляет 10-15 мин.

При проведении игр со слабослышащими детьми надо учитывать, чтобы ведущий был абсолютно уверен в понимании правил игры каждым участником.

Характерной особенностью движений детей с нарушениями слуха является – избыточное мышечное напряжение при выполнении движений, так как нарушенная функция равновесия, выпадение слухового анализатора, нарушенная речевая деятельность вызывают по-

вышенный мышечный тонус в процессе физкультурных занятий и после них. Поэтому, в заключительную часть рекреативных физкультурных занятий, мы наполнили упражнениями на расслабление: «Плети», «Бабочка», «Вертолет», «Обними себя», «Стряхни воду с пальцев».

Дети с нарушениями слуха, в отличие от слышащих сверстников дольше осваивают новые движения. Компенсация слуховой депривации осуществляется обычно зрительной функцией. Данный аспект, необходимо учитывать при обучении двигательным действиям. При объяснении задания, дети должны хорошо видеть – движения губ, мимику, жесты говорящего и при показе должны повторять задание вслух. Глухой или слабослышащий ребенок должен видеть то, что ему предстоит делать, поэтому показ движений (направление, темп, скорость, последовательность действий, маршруты перемещения и т. п.) должен быть особенно точным и обязательно сопровождаться словесной инструкцией (объяснением, указанием, командой и т. п.).

Итак, как свидетельствуют результаты исследований в области адаптивной физической культуры, все виды координационных способностей у детей со слуховой депривацией в различной степени имеют отклонения в развитии и проявлении. Это, в свою очередь, непременно отразится на формировании всех двигательных навыков и неуверенном выполнении ими движений. При этом из всех координационных способностей детей дошкольного и младшего школьного возраста данной нозологии, наиболее страдает равновесие, так как нарушение функции слухового анализатора нередко сопряжено с поражением вестибулярного аппарата. В то же время, согласно типовой программе по адаптивному физическому воспитанию слабослышащих детей, большая часть времени уделяется скоростно-силовой подготовке, и только четверть – коррекции и развитию координационных способностей. Данное обстоятельство определило необходимость разработки содержания рекреативных физкультурных занятий, направленных на коррек-

цию и развитие различных видов координационных способностей слабослышащих младших школьников.

Литература

1. Бернштейн Н. А. О ловкости и ее развитии. М., 1991.
2. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры. М., 2005.
3. Филаткин А. С., Дерябина Г. И., Лернер В. Л. Особенности этапов обучения средствам карате детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2018. Т. 3. № 3. С. 9-24.
4. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры. М., 2004.
5. Фетисова С. Л., Фокин А. М., Лебедева Т. С. Подвижные и спортивные игры как средство развития координационных способностей у дошкольников с нарушением слуха // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2013. № 12(106). С. 169-172.

References

1. Bernshtejn N. A. O lovkosti i ee razvitiij [About dexterity and its development]. M., 1991.
2. Evseev S. P. Teoriya i organizatsiya adaptivnoj fizicheskoj kul'tury [Theory and organization of adaptive physical culture]. M., 2005.
3. Filatkin A. S., Deryabina G. I., Lerner V. L. Osobennosti etapov obucheniya sredstvami karate detej mladshogo shkol'nogo vozrasta s narusheniyami slukha [Features of teaching grade levels of children of younger school age with deprivation of hearing by means of karate] // Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya. 2018. T. 3. № 3. S. 9-24.
4. Shapkova L. V. Chastnye metodiki adaptivnoj fizicheskoj kul'tury [Private techniques of adaptive physical culture]. M., 2004.
5. Fetisova S. L., Fokin A. M., Lebedeva T. S. Podvizhnye i sportivnye igry kak sredstvo razvitiya koordinatsionnykh sposobnostej u doshkol'nikov s narusheniyem slukha [Mobile and sport games as a development tool of coordination abilities of preschool children with deprivation of hearing] // Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta. 2013. № 12(106). S. 169-172.

* * *

**CONTENT OF THE CORRECTIONAL AND DEVELOPING LESSONS
WITH YOUNGER SCHOOL STUDENTS WITH THE DEPRIVATION OF HEARING**

Lerner Viktoriya Leonidovna,
Deryabina Galina Ivanovna,
Tambov State University named after G. R. Derzhavin
e-mail: vikun69@yandex.ru
Filatkin Aleksey Sergeevich
Sports School of Single Combats № 3
Russia, Tambov

The research is executed with financial support of the Russian Federal Property Fund and the Territorial subject of the Russian Federation of (Tambov region) within the scientific project № 18-413-680003 r_a «Development of theoretic-methodical bases of development of coordination abilities of children with deprivation of hearing by means of karate»

Authors devoted the article to correction and development of coordination abilities of younger school students with deprivation of hearing. Authors analyzed the content of the sports occupations regulated by the program of adaptive physical training of children of younger school age with deprivation of hearing, presented the fixed assets recommended for use in the correctional developing work with deaf and hearing-impaired younger school students, proved increase in a share of the funds allocated for correction and development of different types of coordination abilities, and used as priority learning tools of the specialized outdoor games and exercises aimed at the development of vestibular function and static and dynamic balance and offered the content of recreative sports lessons for this contingent of children with emphasis on correction and to development of different types of coordination abilities.

Key words: younger school students with deprivation of hearing, adaptive motive recreation, coordination abilities

Об авторах:

Лернер Виктория Леонидовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Тамбовского государственного университета имени Г. Р. Державина, г. Тамбов
Дерябина Галина Ивановна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры Тамбовского государственного университета имени Г. Р. Державина, г. Тамбов
Филаткин Алексей Сергеевич, тренер-преподаватель МБУДО «ДЮСШ единоборств № 3» г. Тамбова

About the authors:

Lerner Viktoriya Leonidovna, Candidate of Pedagogics, Associate Professor of the Physical Training and Adaptive Physical Culture Department, Tambov State University named after G. R. Derzhavin, Tambov
Deryabina Galina Ivanovna, Candidate of Pedagogics, Associate Professor of the Physical Training and Adaptive Physical Culture Department, Tambov State University named after G. R. Derzhavin, Tambov
Filatkin Aleksey Sergeevich, Trainer-Teacher of «Sport School of Single Combats № 3» Tambov