

**Колишкін О.В.**

## **СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

**Актуальність дослідження** зумовлена необхідністю створення оптимальних умов для життєдіяльності інвалідів, особливо дітей, які потребують відновлення втраченого контакту з довкіллям, корекції та наступної психолого-педагогічної реабілітації, трудової адаптації та інтеграції у соціум, що належить до першочергових державних завдань. Про це йдеться в затвердженій Указом Президента України цільовій комплексній програмі “Фізичне виховання – здоров’я нації” [6]. Крім того, в ній наголошується на важливості науково-методичного й інформаційного забезпечення фізкультурно-спортивної та реабілітаційної діяльності осіб із обмеженими можливостями.

Важливу роль у вирішенні проблем корекції, реабілітації та соціальної інтеграції дітей з обмеженими можливостями в умовах сьогодення відіграють засоби адаптивної фізичної культури (Н.Г. Байкіна, С.П. Євсєєв, Л.В. Шапкова). Різноманітність і спрямованість фізичних вправ, що застосовуються в системі адаптивної фізичної культури, варіативність їх виконання дозволяють здійснювати добір і необхідне їх поєднання з урахуванням завдань корекції рухових порушень і підвищення фізичної підготовленості учнів спеціальних шкіл до оптимального рівня.

Втрата слуху, особливо в ранньому віці, негативно позначається на формуванні індивідуальності людини, розвитку функціональних систем і гальмує її соціальну, побутову і психологічну адаптацію [1, 2, 3]. Дисгармонійність розвитку дітей з розладами слуху знаходить свій вияв у нижчому, порівняно з нормою, рівні розвитку фізичних якостей і реалізується у вигляді рухових порушень [2]. У зв’язку з цим важливого значення набуває впровадження у спеціальній школі для дітей означеної нозології відповідної системи педагогічних заходів, яка б забезпечувала належний рівень розвитку фізичних якостей в поєднанні з корекційно-оздоровчою спрямованістю процесу адаптивної фізичної культури.

На сучасному етапі суспільного розвитку впровадження нових форм фізичної культури в галузі сурдопедагогіки має на меті забезпечення системності формування компенсаторних механізмів у дітей з розладами слуху, вивчення стадійності їхнього розвитку, залежності структури компенсації від часу появи дефекту, важкості та глибини ураження, рівня педагогічної допомоги, розкриття ролі сенситивних періодів розвитку тієї чи іншої функції у процесі компенсації дефекту і, нарешті, показ важливої ролі різних форм практичної діяльності як умов подолання впливу дефекту на фізичний, психічний і соціальний розвиток дітей з розладами слуху [1].

В умовах шкіл-інтернатів діти з порушенням слуху розвиваються як особистості, але рівень їхнього соціального розвитку не дозволяє повністю реалізувати себе у суспільстві [3]. Компенсувати замкненість системи корекційної освіти слабочуючих учнів можна за допомогою організації для них додаткової фізкультурної діяльності. Однією з основних умов соціальної реабілітації слабочуючих школярів є наявність у них такого рівня фізичних

кондицій, який дозволив би їм адаптуватись до соціальних норм і майбутнього самостійного життя.

Забезпечення спілкування слабочуючих з однолітками, які чують нормально, є одним з механізмів соціалізації дітей з обмеженими можливостями, необхідним для повноцінного психічного розвитку. В процесі спілкування відбувається опосередкування емоційних реакцій учня емоційними еталонами, зміст яких визначається соціумом, тим культурним середовищем, тими міжособистісними стосунками, в яких виховується дитина.

Наявність суперечностей між психологічними, соціальними і фізичними потребами слабочуючих дітей старшого шкільного віку та їхніми можливостями визначає пошук і наукове обґрунтування ефективних шляхів корекції наявних у них рухових порушень засобами адаптивної фізичної культури та необхідність створення відповідних умов для їхньої соціальної реабілітації.

**Мета роботи** – розробити та науково обґрунтувати методику проведення фізкультурно-оздоровчих занять із слабочуючими юнаками в позаурочний час із застосуванням засобів адаптивної фізичної культури, яка сприяє процесу їхньої соціальної реабілітації.

Для досягнення даної мети були висунуті наступні **завдання**:

1. Виявити найбільш ефективні засоби, методи та форми адаптивної фізичної культури для слабочуючих дітей старшого шкільного віку з метою проведення фізкультурно-оздоровчих занять.

2. Визначити ефективність методики занять фізичними вправами адаптаційної спрямованості з метою корекції рухових порушень і забезпечення професійної адаптації та соціальної реабілітації слабочуючих старшокласників у процесі позаурочних занять.

Адаптивна фізична культура – частина загальної фізичної культури, яка розрахована на людей зі стійкими порушеннями функцій організму внаслідок захворювань, травм або вроджених дефектів, спрямована на стимуляцію позитивних реакцій у системах і функціях організму та формування необхідних рухових умінь, навичок, фізичних якостей та здібностей, які забезпечують нормалізацію життєво важливих функцій організму, адаптацію до умов оточуючого середовища, розвиток і вдосконалення особистості в цілому [4, 7].

Адаптивна фізична культура є складним багатогранним соціально-педагогічним явищем, а її теорія виступає як науковий напрям, що вивчає структуру, функції, принципи, цілі, завдання, засоби та методи раціонально організованої рухової активності осіб з обмеженими можливостями [5, 7].

Сутність формування процесів компенсації у людини полягає не стільки у біологічній пристосованості організму, скільки у формуванні способів дії та засвоєнні соціального досвіду в умовах свідомої цілеспрямованої діяльності. Головну роль у процесах компенсації відіграє свідомість, яка зумовлена соціальними відношеннями. Суспільна обумовленість компенсації найбільш яскраво виявляється у процесі розвитку дітей з обмеженими можливостями. Залежно від змісту, методів і умов навчання та виховання, у них формуються

прийоми та способи засвоєння соціального досвіду, соціальні мотиви, потреби, які поступово стають рушійною силою розвитку [1, 3].

Значну увагу фахівців у галузі сурдопедагогіки привертає проблема корекції рухових порушень слабочуючих дітей та їх соціальної реабілітації на основі застосування фізичних вправ та спорту [1, 2, 5]. Саме рухова діяльність забезпечує той безпосередній зв'язок дитини з оточуючим світом, який лежить в основі розвитку її психічних процесів та організму в цілому. Соціалізуюча роль фізичної культури виявляється у тому, що вона справляє глибокий вплив на особистісні якості людини, розвиваючи її фізично та духовно [7].

Слабочуючим потрібно, в першу чергу, довести собі та суспільству своє право на активне в розумовому та фізичному планах існування. Надзвичайно важливе значення може мати спільна фізкультурно-спортивна діяльність слабочуючих юнаків і тих, хто чує нормально.

Спільні заняття викликають у юнаків радість і задоволення від спілкування один з одним, від спільної діяльності, від загальних досягнень, дозволяють позбавитись від комплексу неповноцінності, відчутти себе рівноправним членом суспільства. Виникає потреба у читанні для отримання додаткової інформації. Змінюється й сама психологія слабчущого.

Аналіз джерел, у яких висвітлюються проблеми соціалізації людей з вадами розвитку, дозволяє зробити висновок про те, що, по-перше, триває різноспрямований пошук шляхів соціалізації дітей з порушеннями психофізичного розвитку; по-друге, відверто недооцінюється роль фізичної культури у соціалізації особистості. Переважна частина авторів розглядає культуру як сферу духовну, яка сприяє перетворенню соціального боку життя людини з порушеннями у розвитку. Проте у процесі культурної діяльності людина формує себе не тільки духовно, але й фізично [4, 7].

Міжнародне наукове співтовариство всіляко стимулює розробку програм спільного навчання та фізичного виховання, видів спорту та змагань, які включають осіб з особливими потребами у загальний потік життя та надають рівні можливості виконувати фізичні вправи поруч із здоровими людьми [5, 7].

Дослідження проводилось на базі Косівщинської та Миргородської спеціальних шкіл-інтернатів для слабчущих, ЗОШ смт Косівщина. З учнів старших класів шкіл-інтернатів для слабчущих були сформовані дві однорідні за фізичним станом (фізичною підготовленістю та особливостями розвитку слухової сфери) групи: експериментальна (n=24) і контрольна (n=19). Середній вік досліджуваних складав 15-16 років. 21 учень становив групу дітей, які чують нормально, що займались у секції з настільного тенісу.

Нами було розроблено й експериментально апробовано спеціальну методику занять фізичними вправами для корекції рухової сфери слабчущих дітей старшого шкільного віку в процесі позаурочних занять. Особливостями методики застосування засобів адаптивної фізичної культури означеного контингенту учнів було забезпечення розвивального впливу, що ґрунтується на використанні спеціально розроблених засобів, методів і форм виконання фізичних вправ (техніко-тактичні дії з настільного тенісу, спільна участь слабчущих юнаків та їхніх однолітків, які чують нормально, у парних іграх та

змаганнях, дозовані силові вправи на основі атлетичної гімнастики, спортивне та прикладне плавання, спеціальні вправи на витривалість, вправи на розслаблення). Специфіка методики застосування засобів адаптивної фізичної культури для слабочуючих юнаків визначалася її завданнями для цього контингенту та шляхами їх вирішення.

На початку дослідження нами було визначено педагогічні умови корекції рухових порушень слабочуючих старшокласників на позаурочних заняттях із використанням засобів адаптивної фізичної культури, а саме: здійснення корекційного фізкультурно-оздоровчого процесу на основі розробленої методики за допомогою методів навчання, що передбачають використання всієї системи збережених аналізаторів; розробка педагогічних прийомів проведення спільних занять слабчуючих із однолітками, які чують нормально; збагачення словника учнів фізкультурно-спортивною термінологією у процесі корекційних фізкультурно-оздоровчих занять; використання спеціально розроблених комплексів фізичних вправ корекційної спрямованості з урахуванням індивідуальних особливостей, рівня розвитку основних фізичних якостей; відповідне поєднання засобів, які дозволяють адаптуватися до фізичних навантажень. Провідними принципами адаптивної фізичної культури та корекційної педагогіки виступили: соціальні, загальнометодичні та спеціально-методичні.

Позаурочні корекційні фізкультурно-оздоровчі заняття проводилися в роботі із слабчуючими юнаками експериментальної групи впродовж навчального року тричі на тиждень. Основною їх формою були секційні заняття з настільного тенісу двічі на тиждень, в одному з яких брали участь однолітки, які чують нормально. На третьому занятті слабчуючі юнаки по черзі займалися плаванням, силовою та кросовою підготовкою, оздоровчою ходьбою, спортивними іграми на тлі втоми. Тривалість одного заняття становила 2 години. Слабчуючі старшокласники контрольної групи займалися спортивними іграми (футбол, волейбол, баскетбол) тричі на тиждень по 2 години в позаурочний час.

В експериментальній групі слабчуючих юнаків процес застосування засобів адаптивної фізичної культури моделювався з урахуванням особливостей їхнього фізичного і психічного стану з наступною їх корекцією і передбачав розвиток і вдосконалення якостей, необхідних для майбутньої професії.

Було дібрано найбільш ефективні засоби і методи розвитку мовлення у слабчуючих юнаків. Найбільш ефективними в цьому плані виявилися наочні (показ та демонстрація) та словесні (пояснення, метод корекції помилок) методи. Провідною формою підвищення ефективності корекційного фізкультурно-оздоровчого процесу було застосування усного мовлення в поєднанні зі словесними та наочними методами, яке доповнювалося вказівними жестами лише на початковому етапі навчання фізичним вправам. Завдяки його застосуванню вдалося значно інтенсифікувати процес формування уявлення та уточнення знань слабчуючих про методику занять і техніку виконання вправ, які входили до складу засобів адаптивної фізичної культури.

Виконання комплексів вправ відбувалося на основі розмовного мовлення, яке формувалось у процесі навчання. Слабочуючі юнаки мали можливість аналізувати, порівнювати, узагальнювати, у процесі занять учні оперували предметами, їх деталями. На заняттях домагалися активності процесу мислення, використовували проблемні запитання, пропонували скласти словник фізкультурно-спортивних термінів у письмовому вигляді. Включення мовлення у процес практичних занять посилювало формування спілкування.

Для пояснення рухів пропонувалися змішані засоби спілкування: жесто-мімічна, письмова й усна форми. Після показу вправи та демонстрації її графічного зображення (малюнок, фото, схеми) повідомлялися назви вправи та її основних елементів (терміни). Кожне повідомлення становило інформаційний комплекс, який мав спеціальне призначення і застосовувався для передачі інформації, необхідної для забезпечення корекційного фізкультурно-оздоровчого процесу та адекватної для юнаків означеної нозології, найбільш ефективним і раціональним способом. Слабочуючим пропонувалося кілька разів повторити їх разом із педагогом (промовляння вголос), відпрацьовуючи навички самоконтролю власного мовлення. Застосування мовленнєвого матеріалу на заняттях адаптивної спрямованості дозволяло вирішувати широке коло завдань: створювати загальне уявлення про вправи, описувати їх техніку, давати методичні вказівки.

Проведення спільних занять з настільного тенісу за участю слабочуючих старшокласників та їхніх однолітків, які чують нормально, було обов'язковою умовою експерименту. Було заплановано та проведено 25 таких занять. Дана форма занять застосовувалась після закінчення початкового етапу тренувальних занять, метою якого було покращення загальної фізичної підготовленості та засвоєння основних техніко-тактичних прийомів.

У ході даних занять вирішувались наступні завдання: а) у групі створювалась атмосфера довіри; б) стимулювався розвиток відчуття безпеки; в) відбувалося об'єднання слабочуючих учнів та однолітків, які чують нормально, в одну групу для проведення корекційних фізкультурно-оздоровчих занять.

Спільні заняття проводились з використанням ігрового та змагального методів. Фактор суперництва, а також форма організації та проведення змагань – визначення переможця, заохочення – створювали особливий емоційний та фізіологічний фон, який підсилював вплив фізичних вправ та сприяв максимальній реалізації функціональних можливостей організму слабочуючих учнів.

Основними способами проведення спільних занять були вправи з партнером, із суперником та парні гри. Проведення парних ігор було основним прийомом стимулювання інтересу до спільних занять слабочуючих юнаків та їхніх однолітків, які чують нормально. На початковому етапі застосування парних ігор пари слабочуючих старшокласників грали проти пар юнаків, які чують нормально. По мірі звикання гравців один до одного та з метою підвищення емоційного фону занять на подальшому етапі тренувань пари

змішувались: в одній парі грали слабочуючий та його одноліток, який чує нормально.

Специфічною рисою рухової діяльності на заняттях з настільного тенісу була організація спільних дій під час виконання фізичних вправ, коли взаєморозуміння досягалось без слів. Це не означає, що спілкування не відбувалося. Сам характер рухової діяльності формує певну структуру взаємовідносин: узгоджені за точністю та координованістю рухи, переміщення у просторі, підтримка, допомога, страхування та ін., тобто невербальне рухове спілкування. У результаті такого спілкування юнаки мали нагоду ближче знайомитись, разом радіти і сумувати, порівнювати і оцінювати дії та вчинки інших та власні. Таким чином, формувалися стосунки довіри, симпатії, визначалося ставлення не тільки до фізичних вправ, але й до усього, що оточує, вироблялися внутрішні установки, засвоювалися моделі поведінки, виникали звички і т. ін. Слабочуючим доводилось дослухатися до свого співрозмовника, завдяки чому фіксувалися окремі моменти розмовного мовлення, що призводило до збільшення словникового запасу, досягнення граматики, подолання дефектів вимови.

Динаміка ЧСС, що характеризує функціональний стан слабочуючих юнаків експериментальної групи протягом усього заняття з настільного тенісу, досліджувалася з метою з'ясування інтенсивності навантаження на окремих заняттях для слабочуючих учнів і на спільних заняттях за участю їхніх однолітків, які чують нормально. Ефективність спільних занять з настільного тенісу підтверджується показниками ЧСС учнів експериментальної групи, які продемонстрували кращий пульсовий режим (на 12,9 %) саме на спільних заняттях.

Дослідження впливу експериментальних занять на обсяг уваги та пам'ять учнів експериментальної групи засвідчив достовірний приріст ( $p < 0,05$ ) показників зосередженості, обсягу та переключення уваги в середньому від 17 % до 30 %. Кількість помилок під час цього тестування за цей період зменшилася на 31 %. Водночас у юнаків контрольної групи аналогічні показники залишилися на рівні вихідних; якщо ж зрушення і відбувалися, то вони були статистично недостовірними ( $p > 0,05$ ).

Дослідження змін в адаптаційній поведінці учнів експериментальної групи порівняно з контрольною, яке проводилося за допомогою психодіагностичних методів (шкали самооцінки рівня особистісної та ситуативної тривожності Ч. Спілбергера та методики "Q – сортування", яка дозволила визначити шість основних тенденцій поведінки людини у реальній групі: залежність, незалежність, товариськість, нетовариськість, прийняття "боротьби" та уникання "боротьби"), свідчить про підвищення кількісних показників шкали адаптаційної поведінки слабочуючих учнів (таблиця 1).

За показниками рівня ситуативної та особистісної тривожності в експериментальній групі було зафіксовано покращення результатів на 11,2 та 12,1 бала відповідно; це означає, що наприкінці формуючого експерименту рівень тривожності був середнім. Аналогічні показники в учнів контрольної групи практично не змінилися – покращення на 2,5 та 3,2 бала відповідно

виявилось недостовірним ( $p > 0,05$ ) та вказувало на високий рівень ситуативної та особистісної тривожності. За шкалою адаптаційної поведінки в експериментальній групі середній приріст балів склав 4,8/ 4,1/ 4,7 бала відповідно за трьома тенденціями, які досліджувалися. Приріст у даному виді випробувань в учнів контрольної групи виявився несуттєвим – 0,7/ 0,6/ 1,1 бала відповідно.

Таблиця 1

Динаміка показників адаптаційної поведінки слабочуючих юнаків експериментальної та контрольної груп (у балах)

№ п/п	Показник	ЕГ			КГ		
		До навчання	Після навчання	Різниця	До навчання	Після навчання	Різниця
		$\bar{x} \pm m$	$\bar{x} \pm m$		$\bar{x} \pm m$	$\bar{x} \pm m$	
1	Тенденція до залежності	12,2±1,28	17,0±1,34	4,8	11,7±0,87	12,4±0,91	0,7
2	Тенденція до товариськості	15,0±0,98	19,1±1,1	4,1	15,2±0,79	15,8±1,22	0,6
3	Тенденція до боротьби	11,8±0,77	16,5±1,32	4,7	11,9±1,2	13,0±1,17	1,1

Статистичні підрахунки засвідчили, що зростання рівня адаптаційної поведінки в юнаків експериментальної групи статистично достовірне порівняно з контрольною групою; у них значно зменшилася кількість стереотипних дій, які спостерігались у поведінці учнів контрольної групи.

**Висновки.** Спеціально створені умови сприяли формуванню потреби у спілкуванні з учнями, які чують нормально, заснованому на неформальних, дружніх стосунках. Результати дослідження дозволяють стверджувати, що діти з розладами слуху цілком можуть спілкуватися на рівних з однолітками, які чують нормально.

Застосування засобів адаптивної фізичної культури дає можливість розширити коло засобів відновлення рухових функцій дітей з розладами слуху, що сприяє формуванню й удосконаленню компенсаторних механізмів, зміцненню функціональних систем організму, зростанню інтересу до систематичних занять фізичними вправами, забезпеченню повноцінної участі у житті суспільства та соціальній реабілітації.

Проведене дослідження не є вичерпним у вивченні всіх аспектів проблеми корекції рухової сфери та соціальної реабілітації дітей старшого шкільного віку з розладами слуху. Перспективу подальшого дослідження ми вбачаємо в пошуках і вдосконаленні інших форм, засобів та методів фізичної та соціальної реабілітації, вивченні психолого-педагогічних умов їхнього застосування для учнів з розладами слуху на більш ранніх вікових етапах.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Байкина Н.Г., Мутьев А.В., Крет Я.В. Влияние потери слуха на адаптационные и реабилитационные процессы глухих подростков //Адаптивная физическая культура. – 2003. – № 1.– С. 3-5.
2. Байкина Н.Г., Сермеев Б.В. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. – М.: Советский спорт, 1991. – 64 с.
3. Боскис Р.М. Учителю о детях с нарушениями слуха: Книга для учителя. – 2-е изд., испр. – М.: Просвещение, 1988. – 125 с.
4. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура (Цель, содержание, место в системе знаний о человеке) //Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 1. – С. 2-7.
5. Колишкін О.В. Адаптивне фізичне виховання слабочуючих учнів спеціальної школи: Наук. видання. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2003. – 156 с.
6. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”. – К., 1998. – 35 с.
7. Шапкова Л.В. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и специальной педагогики //Адаптивная физическая культура. – 2000. – № 1-2. – С. 5-8.

## СОЦІАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ОЛЕКСАНДР КОЛИШКІН

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка*

**Ключові слова:** соціальна реабілітація, адаптивна фізична культура, корекція рухових порушень, слабочуючі юнаки, корекційні фізкультурно-оздоровчі заняття, розлади слуху.

У статті розкрито зміст методики проведення фізкультурно-оздоровчих занять із слабочуючими юнаками в позаурочний час із застосуванням засобів адаптивної фізичної культури, яка сприяє процесу їхньої соціальної реабілітації. Науково обґрунтовано методику корекції рухових порушень юнаків означеної нозології, її ефективність і позитивний вплив на рівень їхньої соціальної реабілітації, методику мовленнєвого забезпечення занять фізичними вправами адаптаційної спрямованості, досліджено рівень адаптаційної поведінки слабочуючих юнаків.



# **SOCIAL REHABILITATION OF CHILDREN WITH INFRINGEMENTS OF HEARING BY MEANS OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE**

ALEXANDER KOLYSHKIN

*Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko*

**Key words:** social rehabilitation, adaptive physical culture, correction of defections of movements, the deaf teenagers, the correctional lessons and the health improvement lessons, defections of hearing.

In clause the contents of a technique of realization of physical-improving employment with the hard of hearing young men in after-hour time with application of means of adaptive physical culture is opened which promotes process of their social rehabilitation. Its efficiency and positive influence on a level of social rehabilitation of the hard of hearing young men, technique of speech maintenance of employment by physical exercises adaptive of an orientation is scientifically proved a technique of correction of impellent infringements of the young men given nozology, the level adaptive of behavior of the hard of hearing young men is investigated.

## АВТОРСЬКА ДОВІДКА

<i>Прізвище</i>	КОЛИШКІН
<i>Ім'я</i>	ОЛЕКСАНДР
<i>По батькові</i>	ВОЛОДИМИРОВИЧ
<i>Місце роботи</i>	<u>Сумський державний педагогічний університет</u> <u>ім. А.С Макаренка</u>
<i>Посада</i>	<u>завідувач кафедри корекційної педагогіки і</u> <u>спеціальної психології</u>
<i>Вчене звання</i>	<u>доцент</u>
<i>Науковий ступінь</i>	<u>кандидат педагогічних наук (13.00.03)</u>
<i>Домашня адреса</i>	м. Суми, вул. Металургів, б. 7, кв. 40
<i>Телефон</i>	34-27-16 (робочий), 25-32-27 (домашній)