

**Удосконалення корекційної роботи з фізичного виховання із
слабочуючими старшокласниками в умовах спеціальної школи-інтернату**

КОЛИШКІН О.В.

Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка

Актуальність. На сучасному етапі розвитку суспільства досить гостро постала проблема дитячої інвалідності. Відтак, першочерговим завданням соціальної політики держави є забезпечення нормальних умов життєдіяльності та повноцінної адаптації таких дітей в соціумі, що і передбачено урядовою програмою „Діти України”, „Національною доктриною розвитку освіти України у ХХІ столітті”, державною цільовою комплексною програмою “Фізичне виховання – здоров’я нації” [1, 2]. Провідною ідеєю досліджень останніх років є орієнтація на ефективне використання збережених аналізаторів і функцій з компенсаторно-корекційним навантаженням, цілеспрямований розвиток психічних процесів, що зумовлюють рівень опанування дітьми знань, умінь і навичок та відповідну освіченість і інтеграцію їх у суспільство [2, 5].

Нові підходи до вивчення порушень психофізичного розвитку, їх структури, глибини та потенційних можливостей дітей означеної категорії потребують ґрунтовного дослідження всіх компонентів спеціальної освіти (змісту, форм, методів), запровадження інноваційних технологій і нових комплексних програм щодо корекційної роботи з такими дітьми.

Втрата слуху, особливо в ранньому віці, негативно позначається на формуванні індивідуальності людини, розвитку функціональних систем і гальмує її соціальну, побутову і психологічну адаптацію, тому вивчення змін у функціональних системах, що взаємодіють і впливають на слуховий аналізатор, має суттєве значення не тільки для діагностування хвороби та викликаних нею ускладнень, але і для обґрунтування і вибору ефективної методики корекції рухових порушень у слабчочуючих.

Аналіз останніх досліджень, які проведені І.М. Бабій (2002), А.Г. Карабановим (1999), І.В. Ковшовою (1997), Я.В. Крет (2000), А.В. Мут’євим (2003), О.В. Романенко (1997), дозволяє стверджувати, що

дисгармонійність розвитку дітей з розладами слуху знаходить свій вияв у нижчому, порівняно з нормою, рівні розвитку фізичних якостей і реалізується у вигляді рухових порушень [1, 3]. 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 фізичного виховання.

Важливу роль у вирішенні проблем корекції, реабілітації та соціальної інтеграції дітей з обмеженими можливостями в умовах сьогодення відіграють засоби адаптивного фізичного виховання (АФВ) [4, 5]. Різноманітність і спрямованість фізичних вправ, що застосовуються в системі АФВ, 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.

Адаптивне фізичне виховання є дієвим засобом соціальної інтеграції та адаптації осіб з обмеженими можливостями, але в Україні недостатньо уваги приділено розробці концептуальних засад його використання. Виходячи з цих міркувань питання науково-теоретичного обґрунтування подальшого розвитку адаптивного фізичного виховання інвалідів в Україні, проблему розробки різноманітних методик його використання у процесі фізичної та соціальної адаптації інвалідів, у тому числі з розладами слуху, слід визнати актуальною.

Мета роботи – розробити та науково обґрунтувати методику проведення корекційних фізкультурно-оздоровчих занять із слабочуючими старшокласниками в позаурочний час із застосуванням засобів адаптивного фізичного виховання в умовах спеціальної школи-інтернату.

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

1. Розкрити необхідність застосування засобів АФВ у процесі корекційної роботи спеціальних шкіл-інтернатів для слабочуючих.
2. Визначити найбільш ефективні засоби та методи АФВ слабочуючих старшокласників та обґрунтувати їх комплексний вплив на стан рухової сфери

осіб даної нозології.

Особливості розвитку рухової сфери слабочуючих юнаків зумовлюють спеціальне завдання їх фізичного виховання – корекцію та компенсацію негативних наслідків дефекту за рахунок виконання різноманітних фізичних вправ. Тому триває пошук таких форм фізкультурно-спортивної та оздоровчої діяльності, які б ураховували фізичний рівень осіб означеної нозології, виявляються фізичні вправи та види спорту, найбільш придатні та ефективні для використання у позаурочний час, а також спрямовані на підвищення рівня їхньої рухової активності з метою всебічного розвитку та соціальної адаптації.

Адаптивне фізичне виховання є складовою адаптивної фізичної культури; це педагогічний процес, спрямований на формування в інвалідів і людей із відхиленнями у стані здоров'я комплексу спеціальних знань, життєво та професійно необхідних рухових умінь і навичок, на розвиток широкого кола основних фізичних і спеціальних якостей, покращення функціональних можливостей різних органів і систем організму, на більш повну реалізацію їхньої генетичної програми і, нарешті, на становлення, збереження та використання тілесно-рухових якостей інваліда, які залишилися [4, 5].

АФВ осіб з розладами слуху переслідує виховні, корекційні та оздоровчі цілі. Специфічними завданнями АФВ при туговухості є розвиток вестибулярної функції, зокрема просторової орієнтації, раціональний розподіл фізичних зусиль, досягнення швидкості рухових реакцій та реакцій за вибором, вільне керування темпом рухів, розвиток сили (зокрема станової), рухової пам'яті.

Найбільш успішно ці завдання вирішуються за допомогою таких засобів, як загальнорозвиваючі фізичні вправи, циклічні рухи (ходьба, біг), дихальні вправи, вправи, які розвивають координацію, танцювально-ритмічні вправи, рухливі ігри, види спорту, які розвивають орієнтування у просторі. Реалізація адаптивних програм сприяє розширенню кола рухових дій, які виконуються дітьми означеної нозології, дозволяє їм покращити свої фізичні кондиції.

На констатуючому етапі експерименту нами було досліджено особливості і закономірності загального фізичного розвитку, фізичної підготовленості та

стану функціональних систем організму і нервово-м'язового апарату, виявлено критерії та охарактеризовано рівні розвитку рухових здібностей слабочуючих юнаків та їхніх однолітків, які чують нормально, за допомогою спеціальних тестів, які застосовуються в сучасній практиці фізичного виховання. Шляхом узагальнення отриманих під час кожного виду тестування результатів визначався загальний рівень фізичної підготовленості юнаків, які досліджувалися. Результати сформованості визначених рівнів юнаків, що досліджувалися, подано в таблиці 1.

Таблиця 1

Рівні фізичної підготовленості юнаків 15-16 років, які навчаються в загальноосвітніх школах та у школах для слабочуючих (у %)

№ п/п	Категорії учнів	Рівні фізичної підготовленості				
		низький	нижчий за середній	середній	вищий за середній	високий
1.	Учні загально-освітніх шкіл	4,9	27,2	38,7	23,4	5,8
2.	Слабочуючі	5,7	48,4	27,7	18,2	–

На формуючому етапі експерименту було розроблено й експериментально апробовано спеціальну методику занять фізичними вправами для корекції рухової сфери слабочуючих старшокласників у ході позаурочних фізкультурно-оздоровчих занять за допомогою засобів АФВ, які ґрунтувалися на використанні спеціально розроблених методів і форм застосування фізичних вправ. Організація занять включала:

1. Проведення секційних занять з настільного тенісу в позаурочний час, у процесі яких чергувалися загальнофізичні та спеціальні вправи (65 занять).

2. Проведення спільних секційних занять з настільного тенісу за участю слабочуючих школярів старшого віку та їхніх однолітків, які чують нормально, з використанням ігрового та змагального методу (25 занять). Основними способами проведення спільних занять були вправи з партнером, із суперником та парні гри.

3. Розвиток силових здібностей у процесі проведення занять з елементами атлетичної гімнастики на тренажерах із широким застосуванням методу колового тренування, методу повторних та максимальних зусиль з використанням помірно великих опорів, а також методу повторення стандартних обтяжень (23 заняття).

4. Проведення занять із спортивного та прикладного плавання (9 занять у закритому плавальному басейні взимку).

5. Застосування ходьби, бігу, спортивних ігор на тлі втоми на окремих заняттях з метою формування загальної витривалості, яка забезпечувалась тривалим виконанням вправ у режимі, який відповідає роботі помірної та високої інтенсивності (8 занять).

В експерименті взяли участь учні старших класів шкіл-інтернатів для слабочуючих, з яких були сформовані дві однорідні за фізичним станом (фізичною підготовленістю та особливостями розвитку слухової сфери) групи: експериментальна (n=24) і контрольна (n=19). 21 учень становив групу дітей, які чують нормально, що займалися у секції з настільного тенісу.

Позаурочні корекційні фізкультурно-оздоровчі заняття проводилися в роботі із слабочуючими юнаками експериментальної групи (ЕГ) 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 слабочуючі юнаки по черзі займалися плаванням, силовою та кросовою підготовкою, оздоровчою ходьбою, спортивними іграми на тлі втоми. Тривалість одного заняття становила 2 години. Слабочуючі старшокласники контрольної групи (КГ) займалися спортивними іграми (футбол, волейбол, баскетбол) тричі на тиждень по 2 години в позаурочний час.

Започатковуючи формуючий етап експерименту, було визначено педагогічні умови корекції рухових порушень слабочуючих старшокласників на позаурочних заняттях із використанням засобів АФВ, 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.

З метою оптимізації навчального процесу впродовж формуючого експерименту було визначено та науково обґрунтовано такі методи: у процесі силовій підготовки – графічний метод передачі інформації, у процесі проведення спільних занять з настільного тенісу – метод рівних пар, психодіагностичні методи дослідження рівня адаптаційної поведінки, тестовий метод закріплення вивченого матеріалу на основі комп'ютерних технологій, а також стандартні методи: наочні, словесні, практичні, що залежали від завдань конкретного заняття.

При розробці методики корекції рухових порушень слабчуючих учнів старших класів засобами АФВ ми враховували наступні положення: сприяння нормальному розвитку організму, зміцнення здоров'я; навчання техніці основних рухів, формування необхідних знань, умінь, навичок у різнобічній руховій діяльності; привчання дітей до раціонального використання фізичних зусиль у конкретних умовах діяльності; виховання потреби в регулярних заняттях фізичними вправами, залучення до доступної спортивної діяльності.

Усі ці завдання набували конкретного змісту завдяки застосуванню доступних засобів і методів. У процесі корекції основних рухів і розвитку координаційних здібностей головна увага приділялася узгодженості рухів, орієнтуванню у просторі, диференціюванню зусиль, диференціюванню простору, часу, розслабленню, прискоренню реагування на умови, що змінюються, рівновазі, ритмічності рухів. Пріоритетними напрямками корекції

та розвитку фізичної підготовленості були розвиток елементарних форм швидкісних і швидкісно-силових здібностей, м'язової сили, витривалості, рухливості в суглобах.

Висновки. Результати проведеного дослідження стану рухових здібностей показали, що в ЕГ значно покращилися результати в усіх видах випробувань: стан розвитку статичної рівноваги – на 43,7 %, балістична координація рухів – на 47,9 %, точність рухової дії – на 46,2 % ($p < 0,01$); здатність до орієнтування у просторі – на 25,3 %, швидкість окремих рухів – на 21,6 % ($p < 0,05$). У КГ покращення аналогічних показників відбулося на рівні 3,2-8,1 % від початкового та мало недостовірний характер ($p > 0,05$). Дослідження впливу експериментальних занять на обсяг уваги та пам'ять учнів ЕГ наприкінці експерименту показало достовірний приріст показників зосередженості, обсягу та переключення уваги в середньому від 16 % до 30 % ($p < 0,05$). Зміни аналогічних показників у КГ виявилися статистично недостовірними ($p > 0,05$).

За результатами формуючого експерименту було встановлено, що в ЕГ достовірно ($p < 0,01$ та $p < 0,05$) покращилися результати, які характеризують силові здібності (7,2-54,1%), спритність (15,1-44,4%), швидкість (7,5 %) та витривалість (7,6 %), і значно перевищують аналогічні показники контрольної групи (1,4-8,5 %), які є недостовірними ($p > 0,05$). Покращення показників фізичної підготовленості юнаків ЕГ порівняно з КГ дало підстави відзначити позитивний вплив засобів АФВ на рухову сферу слабчуючих дітей старшого шкільного віку. Ефективність спільних занять із настільного тенісу за участю слабчуючих юнаків та їхніх однолітків, які чують нормально, підтверджується показниками ЧСС учнів ЕГ, які продемонстрували кращий пульсовий режим (на 12,9 %) саме під час спільних занять.

Показники адаптаційної поведінки свідчать про підвищення тенденції до соціальної адаптації та інтеграції слабчуючих учнів. В ЕГ було зафіксовано покращення показників ситуативної та особистісної тривожності на 22,2 % та 23,1 % відповідно, що дозволило оцінити рівень тривожності як середній.

Аналогічні показники в учнів КГ практично не змінилися – покращення на 4,9 % та 6,2 % відповідно виявилось недостовірним ($p>0,05$) та вказувало на високий рівень ситуативної та особистісної тривожності. За шкалою адаптаційної поведінки в ЕГ середній приріст склав 4 бала відповідно за трьома тенденціями, які досліджувалися, у КГ – 1 бал, що виявилось несуттєвим.

Впровадження розробленої методики проведення корекційних фізкультурно-оздоровчих занять із слабчучими старшокласниками в позаурочний час із застосуванням засобів АФВ в умовах спеціальної школи-інтернату дозволило розширити коло засобів корекції рухових порушень дітей із розладами слуху, що сприяло формуванню й удосконаленню компенсаторних механізмів, зміцненню функціональних систем організму, покращенню рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості, розширенню обсягу словесної інформації, а також скоротити час навчання техніці та методиці фізичних вправ. Актуальними для корекційної роботи з фізичного виховання залишаються питання про фізіологічні механізми взаємовпливу рухових якостей учнів з розладами слуху зі складною структурою дефекту на заняттях іншими засобами адаптивної фізичної культури: вдосконалення змісту компенсаторних програм корекційного впливу на їхній розвиток, технології реалізації таких програм з урахуванням індивідуальних і типологічних особливостей дітей.

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. Бондар В.І. Передумови розвитку державної системи спеціального навчання дітей із психофізичними вадами //Дефектологія. – 1997. –№ 2. – С. 2-6.
3. Карабанов А.Г. Корекція фізичних недоліків у глухих школярів у процесі фізичного виховання: Автореф. дис...канд. наук з фіз. вих. і спорту. – Луцьк, 1999. – 18 с.
4. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – К.: Наукова думка, 2000. – 358 с.
5. 201. Шапкова Л.В. Взаимосвязь адаптивной физической культуры и специальной педагогики //Адаптивная физическая культура. – 2000. – № 1-2. – С. 5-8.

У статті визначені шляхи покращення корекційної роботи з фізичного виховання із слабочуючими старшокласниками в умовах спеціальної школи-інтернату за допомогою активізації позаурочної фізкультурно-оздоровчої діяльності із застосуванням засобів адаптивного фізичного виховання. Конкретизовано сутність поняття “адаптивне фізичне виховання” та визначено його корекційне значення в контексті розвитку дітей з розладами слуху, доведено його позитивний вплив на рухову сферу юнаків означеної нозології.

В статье определены пути улучшения коррекционной работы по физическому воспитанию со слабослышащими старшеклассниками в условиях специальной школы-интерната с помощью активизации внеурочной физкультурно-оздоровительной деятельности с применением средств адаптивного физического воспитания. Конкретизирована сущность понятия “адаптивное физическое воспитание” и определено его коррекционное значение в контексте развития детей с нарушениями слуха, доведено его положительное влияние на двигательную сферу юношей данной нозологии.

In clause the certain ways of improvement of correctional work on physical education with hard of hearing young men in conditions special of a school - boarding school with the help of activization of after-hour physical-improving activity with application of means of adaptive physical education. The essence of concept " adaptive physical education " is concretized and his correctional meaning a context of development of children with infringements of hearing is determined, his positive influence on impellent sphere of the young men given category is lead up.