

УДК 372.36+616.988.23

**О. І. ФОРОСТЯН**

м. Одеса

## **АДАПТИВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В КОРЕКЦІЇ РУХОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ**

*У статті висвітлено результати експериментально-педагогічних досліджень з впливу фізичних навантажень на стан рухової сфери дітей з порушеннями слуху молодшого шкільного віку. Аналіз праць фахівців цієї галузі показав, що раціональне використання різноманітних засобів та методів з адаптивного фізичного виховання допомагає ліквідувати недоліки фізичного розвитку й рухової сфери глухих та слабочуючих дітей.*

*Ключові слова: рухова сфера, порушення слуху, корекція, діти молодшого шкільного віку з порушенням слуху.*

Соціально-економічні та культурні процеси, які відбуваються в незалежній Україні, зумовили необхідність суттєвих змін у системі освіти, що знайшло своє відображення у Державній національній програмі «Освіта (Україна XXI століття)», Національній стратегії розвитку освіти України до 2021 року, Національній програмі «Діти України» та інших офіційних державних документах, в яких наголошується на необхідності оновлення змісту освіти, впровадженні нових підходів, форм, методів навчання і виховання, які б відповідали потребам розвитку особистості цих дітей, сприяли розкриттю талантів, їхніх розумових та фізичних здібностей; забезпечували їхню повноцінну життєдіяльність.

Провідною ідеєю сучасної спеціальної освіти є досягнення такого рівня освіченості, який відповідає потенційним можливостям дітей з особливими освітніми потребами, їхній підготовці до адаптації та інтеграції в сучасне суспільство, формуванню активних рис особистості, яка здатна не лише споживати, а й створювати соціально-культурні й матеріальні цінності.

Фізична реабілітація дітей з порушеннями слуху – один із важливих напрямків роботи спеціальних установ – є головною частиною оздоровчої і виховної роботи й виступає потужним способом зміцнення здоров'я і правильного фізичного розвитку дітей.

Спеціальне навчання та виховання дітей з вадами слуху неможливе без реалізації комплексного педагогічного підходу. Корекція повинна відбуватися з урахуванням особливостей дефекту, психофізичних можливостей

і потреб дитини. Ідеї Л. С. Виготського про шляхи розвитку спеціального виховання й навчання глухих дітей одержали подальший розвиток у теорії й практиці вітчизняної сурдопедагогіки (В. І. Бондар, Р. М. Боскіс, Н. Ф. Засенко, В. В. Засенко, А. І. Дьячков, С. А. Зиков, Т. С. Зикова, Л. П. Носкова, В. М. Синьов, Є. Ф. Соботович, В. В. Тарасун, Л. І. Фомічова, О. П. Хохліна, М. К. Шеремет, Ж. І. Шиф, М. Д. Ярмаченко та ін.). Питання про вибір правильних шляхів, що відповідає змісту ефективних форм і методів корекційної роботи в школах глухих та слабочуючих є однією із центральних проблем.

Одним з актуальних напрямків сучасної корекційної педагогіки є розробка змісту, форм і методів надання своєчасної і кваліфікованої допомоги дітям з вадами слуху.

Дослідники (Н. Г. Байкіна, М. С. Бессарабов, І. В. Ковшова, І. Я. Коцан, І. М. Ляхова та ін.) акцентують на тому, що у зв'язку із вадами слуху в дітей часто виникають вторинні порушення, що виявляються в затримці фізичного розвитку і більш низькому рівні фізичної підготовленості (уповільнена рухова реакція, зменшення швидкості виконання рухів, порушення координації рухів, нерівномірність розподілу зусиль, і недостатня просторова орієнтація та ін.). Спостерігається зниження показників серцево-судинної, дихальної, м'язової систем, працездатності організму в порівнянні зі здоровими однолітками. Оскільки рівень функціональної підготовленості дітей зі слуховими порушеннями нижчий за норму, а робота з фізичного виховання ускладнюється наявністю дефекту органа

слуху (тобто обмеженням у виконанні багатьох фізичних вправ) особливо гостро постає питання щодо шляхів підвищення ефективності роботи з фізичного виховання з дітьми, що мають ці патології.

Дослідження Р. В. Тонкової-Ямпольської, Т. Я. Черток, Л. Г. Голубевої та ін. доводять, що систематичні фізичні вправи, ігри, прогулянки позитивно впливають на центральну нервову систему, на діяльність всіх органів і систем, попереджають стомлення й перевтому, створюють позитивний емоційний стан, тим самим поліпшують життєдіяльність і підвищують працездатність організму. Фізичне виховання сприяє розвитку в дітей розумових здібностей, сприйняття, мислення, уваги, просторових і тимчасових уявлень, активізації психіки й мови дитини, що, у свою чергу, стимулює становлення рухових функцій, зв'язок між розвитком дрібної моторики й мовою.

Аналіз результатів педагогічних досліджень у галузі спеціальної освіти дітей з порушеннями слуху виявив тісний зв'язок між рівнем фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей, їхньою руховою активністю та психічного розвитку. Рухова активність позитивно впливає на перцептивні і інтелектуальні процеси. Рухи тренують пірамідну і екстрапірамідну системи. Діти, що мають велику рухову активність у режимі дня, характеризуються середнім і високим рівнем фізичного розвитку, кращими показниками функціонального стану ЦНС, економічною роботою серцево-судинної і дихальної систем, вищими адаптаційними можливостями організму, меншою схильністю до простудних захворювань.

Недостатня кількість рухів призводить до ослаблення організму і його функціональних систем й органів, спричинюючи розвиток низки важких хронічних захворювань внутрішніх органів й обміну речовин. Навіть здорова людина, яка довготривавло веде малорухомий спосіб життя, погано пристосовується до психічних і фізичних навантажень, змін зовнішніх умов.

У працях Е. Н. Абилова [1], Р. Д. Бабенкова [2] та інших доведено, що завдяки руховій активності відбувається правильний розвиток

хребта, зміцнюються м'язи тіла, і, навпаки, тривалі статичні навантаження, неправильні пози при сидінні й малої рухливості негативно позначаються на всьому фізичному розвитку, у тому числі й на формуванні постави.

У дітей з порушеннями слуху дефіцит руху приводить до виражених функціональних і морфологічних змін. При гіпокінезії в дітей знижується активність біохімічних процесів, слабшає імунітет до простудних і інфекційних захворювань, звужується діапазон можливостей дихальної і серцево-судинної систем, ослабляються нервово-м'язовий апарат, формуються різні дефекти постави, як наслідок – гіпотонія, зменшення рухливості грудної клітки в усіх її відділах, загальне ослаблення організму і зниження життєвого тону. І. Я. Коцан [4] зазначає, що гіпокінезія призводить до зниження фізичної працездатності, зміни функціонального стану рухового аналізатора, зростання енерговитрат за одиницю роботи й збільшення кисневої недостатності, страждають як рухові, так і вегетативні функції. Характерним наслідком цих порушень у функціонуванні різних систем і органів є погіршення фізичних і психомоторних якостей: координації, точності та швидкості рухів, рухливості в суглобах, рівноваги, сили м'язів, витривалості і загальної працездатності.

Як показали результату досліджень неврологічних обстежень дітей з вадами слуху, дослідники не мають одностайної думки з цієї проблеми. Так, дослідники (Л. М. Шипиціна В. І. Панова Б. С. Гендельс (1992) зазначають, що у слабочуючих дітей 7–8 років значних порушень з боку ЦНС не було виявлено. В окремих випадках у дітей спостерігалась легка неврологічна симптоматика: високі сухожилльні рефлексії, настановний ністагм, анізо-рефлексія, легкий тремор пальців рук, легка атаксія, рухове розгальмування. За результатами Н. І. Букун, у 64% дітей з порушеннями слуху спостерігаються різкі зміни характеру рефлекторної відповіді, у 43% відзначене не виражене зняття гальмового впливу кори головного мозку. Дослідження О. І. Дьячкова також дозволяють констатувати в них ознаки нестійкого стану нервової системи. І. В. Грибовська дійшла висновку, що функціональний стан центральної нервової систе-

ми, за даними електроенцефалографії, характеризується перевагою гальмівних процесів, що вказує на затримку дозрівання мозкових структур, які генерують альфа-ритм.

Отже, у результаті педагогічних спостережень і на основі аналізу спеціальної наукової й науково-методичної літератури встановлені особливості фізичного розвитку глухих дітей і дітей зі зниженим слухом, стану постави, діяльності серцево-судинної і дихальної систем. Несприятливі зміни у стані здоров'я цих дітей викликані зниженою руховою активністю внаслідок порушення слуху, наявністю патологічного процесу в організмі, що відбиває причинно-наслідкові зв'язки у процесі патологічних змін, а також частково інтенсифікацією освітнього процесу, ускладненням навчальних програм, нервово-психічними перевантаженнями.

А. В. Веретеннікова [3] стверджує, що діти з порушеннями слуху відстають від своїх однолітків зі збереженим слухом у термінах формування і якості виконання основних рухів. Водночас, як зауважує А. П. Гозова, процес навчання рухів дозволяє нівелювати розходження в рівні розвитку рухових навичок між глухими й чуючими. У цьому випадку для глухих важливими є спеціальні фізичні вправи, пов'язані з виробленням прискореного темпу роботи й розвитку кінестетичного контролю, що у ряді випадків замінює відсутній слуховий аналізатор.

У молодшому шкільному віці відзначається деяке ослаблення рухової пам'яті певного контингенту школярів. Рухова пам'ять, як і багато інших видів пам'яті, здебільшого визначається розвитком словесної мови і словесно-логічного мислення. Оскільки процес утворення багатьох рухових актів спирається на рухову пам'ять, то простежується чітка залежність своєрідності рухової сфери глухих від розвитку їхнього мовлення та пізнавальних процесів.

Таким чином ми виявили, що дослідники відзначали особливості рухової діяльності глухих, які залежать від втрати слуху, недостатньої мовної діяльності, зменшення обсягу інформації через враження слуху, від стану і розвитку рухового аналізатора, а також від ступеня функціональної активності вестибу-

лярного аналізатора. Водночас усі дослідники відзначають, що при порушенні слуху є можливість за допомогою збережених аналізаторів регулювати і здійснювати складні види рухів, комплексно чи вибірково впливати на ті чи ті функції.

Адаптивне фізичне виховання дітей з порушеннями слуху повинно носити корекційно-компенсаторну спрямованість і розпочинатися з ясельного віку, оскільки саме в молодшому віці закладається фундамент основних рухових функцій. Дитячий вік характеризується особливою пластичністю і лабільністю, стрімкістю фізичного, розумового розвитку, початковим формуванням якостей і властивостей, необхідних у подальшому навчанні і самостійному житті.

Дослідники (Е. Н. Абілова, Р. Д. Бабенкова, І. В. Грабовська, І. Я. Коцан, А. О. Костанян, І. М. Ляхова, Г. В. Трофімова та ін.) зауважують, що рухливі ігри є засобом не тільки корекції й компенсації порушених функцій, а також знаряддям удосконалення основних рухів: стрибків, бігу, ходьби, метання. Вони допомагають відпрацювати навички, що необхідні у повсякденному житті та трудовій діяльності, сприяють оволодінню простором, придбанню свободи і точності в рухах, легкості в них та упевненості у собі, розвивають координацію, спритність, швидкість, силу, сміливість, слух, дотик, просторову компетенцію. Ігри підвищують адаптацію дітей з вадами слуху до життєвих умов, поширюють функціональні можливості, допомагають оздоровленню організму, сприяють також корекції і компенсації діяльності серцево-судинної, дихальної, травної та інших систем, позитивно впливають на психіку, створюють умови для фізичної та соціальної реабілітації.

А. О. Костанян відзначає значну роль слуху в розвитку рухових спроможностей молодших школярів із порушеннями слуху. В. В. Дзюріч [5] наголошує на значенні слова в розвитку рухової сфери глухих. Широке введення словесних засобів спілкування дозволяє подолати відставання розвитку рухової сфери глухих школярів молодшого віку, передавати дітям необхідну інформацію рухового акту та покращити процес формування їхніх рухових умінь і навичок.

Дослідження Г. В. Трохимової свідчать, що засвоєння рухових дій з активним застосуванням мовлення позитивно впливає на всебічний фізичний і психічний розвиток дитини зі зниженим слухом, створюючи при цьому необхідну основу для успішного навчання та корекції дефектів. Мовлення відіграє позитивну роль у формуванні загального образу рухових дій, його орієнтувальної основи. У цьому випадку мова та мовлення виконують формувальну, спрямовуючу та регулювальну функцію, забезпечують процес корекції рухових дій.

І. М. Ляховою доведено ефективність вправ художньої, спортивної та ритмічної гімнастики на розвиток специфічних координаційних здібностей глухих учнів молодшого шкільного віку (здібності до кінестетичного диференціювання, орієнтування в просторі, комплексної реакції, точності відтворення рухів) та спеціальних координаційних здібностей (рівноваги, ритму).

І. Я. Коцан [4] науково довів, що під впливом занять фізичною культурою можливі значні зрушення в показниках моторики глухих дітей. Результати експериментальних досліджень свідчать, що внаслідок цілеспрямованого впливу, за величинами швидкості, точності та витривалості ці діти наблизилися до аналогічних показників учнів масової школи, а за гнучкістю і швидко-силовими якостями навіть перевищили їх.

І. В. Грибовська у дисертаційному дослідженні виявила особливості функціонального стану вестибулярної сенсорної системи глухих дітей молодшого шкільного віку та розробила програму з її корекції в процесі фізичного виховання. Застосування спеціальної програми занять фізичними вправами в режимі дня спеціальної школи інтернату дало змогу покращити показники статичної та динамічної рівноваги. Активізація рухового режиму позитивно вплинула на розумову і фізичну працездатність глухих дітей молодшого шкільного віку.

У дослідженні І. М. Ляхової [5], яка досліджувала теоретико-методичні основи корекції рухової сфери дітей зі зниженим слухом засобами фізичного виховання, було створено методичну систему педагогічного керівни-

цтва організованою руховою діяльністю дітей цієї категорії; розроблено програму занять з фізичної культури компенсаторно-корекційної спрямованості та мовленнєве забезпечення рухової діяльності на цих заняттях; виявлено умови педагогічного процесу, що сприяють ефективній корекції та розвитку рухової сфери. Доведено, що цілеспрямовані фізичні вправи комплексного характеру (ігрові завдання й естафети), вправи на формування і зміцнення правильної постави та статико-динамічні є ефективними засобами корекції і розвитку рухової сфери дітей зі зниженим слухом. З'ясовано, що їх широке впровадження у практику фізичного виховання дітей з недорозвиненням слухової функції сприяє підвищенню інтересу до занять фізичною культурою, активізації рухової діяльності, створено та розширено бази рухів і мовленнєвого досвіду, що відіграє важливу роль в опануванні нових рухових дій.

І. В. Хмельницька розробила технології комп'ютерного моніторингу моторики молодших школярів з вадами слуху та експериментально обґрунтувала її використання в програмуванні фізкультурних занять. Результати проведеного дослідження підтвердили перевагу алгоритму програмування фізкультурних занять за допомогою комп'ютерного моніторингу моторики молодших школярів з вадами слуху. Авторка за результатами дослідження рекомендує в практику шкільного фізичного виховання дітей 7–10 років зі слуховою депривацією методику біомеханічного відеокомп'ютерного аналізу моторики з метою здійснення диференційованого підходу на уроках фізичної культури й інших форм фізкультурно-оздоровчої роботи в молодшому шкільному віці.

Уміле використання фізичних вправ у процесі корекційної роботи дозволяє попередити рухові вади, нормалізувати хід фізичного розвитку глухих дітей та значною мірою подолати вторинні порушення.

Отже, вивчення корекційних цінностей спеціально організованих і науково обґрунтованих занять фізичною культурою для дітей молодшого шкільного віку, які мають порушення слуху, зокрема – порушення слухових функцій, дозволило дійти висновку щодо

їх високої ефективності й необхідності впровадження результатів цих досліджень у практику спеціальних установ України.

#### Список використаних джерел

1. Абилова Э. Н. Совершенствование двигательной сферы глухих детей младшего школьного возраста на музыкально-ритмических занятиях: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: спец. 13.00.03 / Э. Н. Абилова. — М., 1992. — 17 с.
2. Бабенкова Р. Д. Коррекционно-компенсаторная направленность физического воспитания аномальных детей / Р. Д. Бабенкова // Материалы V сессии по дефектологии. — М., 1967. — С. 361—362.
3. Веретенникова А. В. Активизация двигательной деятельности детей с нарушениями слуха в режиме дня / А. В. Веретенникова // Материалы международной научно-практической конференции. — Витебск: ВГУ им. П. М. Машерова, 2000. — С. 142—144.
4. Коцан И. Я. Педагогические основы коррекционной работы по физическому воспитанию глухих школьников младшего возраста: дис. на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.03 / И. Я. Коцан. — Одесса, 1995. — 175 с.
5. Ляхова І.М. Теоретико-методичні основи корекції рухової сфери дітей зі зниженим слухом засобами фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук: спец. 13.00.03 / І. М. Ляхова. — 2006. — 42 с.

**O. FOROSTYAN**

Odesa

#### ADAPTIVE PHYSICAL TRAINING IN CORRECTION OF IMPELLENT ACTIVITY OF CHILDREN OF YOUNGER SCHOOL AGE WITH THE HEARING DISORDER

*The author of the article presents the results of experimental and educational research on the effect of physical activity on the state of the motor sphere of children with hearing impairment early school age. Rational use of various tools and techniques of adaptive physical education helps to remove the shortcomings of the physical development and motor areas of the deaf and hard of hearing children.*

*Keywords: motive sphere, violation of ear, correction, children of midchildhood with rumor's violation.*

**О. И. ФОРОСТЯН**

г. Одесса

#### АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В КОРРЕКЦИИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

*В статье освещены результаты экспериментально-педагогических исследований по влиянию физических нагрузок на состояние двигательной сферы детей с нарушениями слуха младшего школьного возраста. Рациональное использование разнообразных средств и методов адаптивного физического воспитания, способствует устранению недостатков физического развития и двигательной сферы глухих и слабослышащих детей.*

*Ключевые слова: двигательная сфера, нарушение слуха, коррекция, дети младшего школьного возраста с нарушением слуха.*

Стаття надійшла до редколегії 15.04.2015