

ВИКОРИСТАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ЗОРУ

Панасюк І. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

Анотація. Досліджено вплив корекційно-педагогічної роботи з фізичного виховання з використанням технічних засобів та розроблених до них вправ у поєднанні з загальнорозвиваючими і спеціальними вправами на рухову сферу дітей дошкільного віку з порушенням зору. В експерименті приймали участь 40 дітей з порушенням зору. Встановлено, що система використання технічних засобів у фізичному вихованні забезпечила нормалізацію розвитку в дітей рухових якостей (швидкості, швидкісно-силових та спритності). Відмічається, що корекція рухових порушень у дітей досягається шляхом використання корекційно-спрямованих вправ, розвитком та корекцією зорового сприйняття, використанням інших аналізаторів при виконанні рухових дій, дозуванням навантаження.

Ключові слова: методика, вправи, технічний, засоби, руховий.

Аннотация. Панасюк И. В. Использование специальных технических средств в физическом воспитании детей дошкольного возраста с нарушением зрения. Исследовано влияние коррекционно-педагогической работы в физическом воспитании с использованием технических средств с разработанными для них упражнениями в сочетании с общеразвивающими и специальными упражнениями на двигательную сферу детей дошкольного возраста с нарушением зрения. В эксперименте принимали участие 40 детей с нарушением зрения. Установлено, что система использования технических средств в физическом воспитании обеспечила нормализацию развития у детей двигательных качеств (быстроты, скоростно-силовых качеств и ловкости). Отмечается, что коррекция двигательных нарушений у детей достигается путем использования коррекционно-направленных упражнений, развития и коррекции зрительного восприятия, использования других анализаторов при выполнении двигательных действий, дозировки нагрузки.

Ключевые слова: методика, упражнения, технический, средства, двигательный.

Abstract. Panasyuk I. Use of special technical means in the physical education of preschool children with visual impairment. It was found that the use of technical means and exercises which were designed for them in conjunction with the general developmental and special exercises, their dosage, could provide high remedial pedagogical effect in the locomotors area. The experiment involved 40 children with visual impairment. It is established that the system of using the technical equipment in physical education ensures the normalization of children's locomotors characteristics (speed, speed-strength and dexterity). It is noted that the correction of children's movement disorders is achieved through the use of correction exercises and in development and correction of vision, using other analyzers in the performance of locomotors actions, the dose of exercise stress.

Key words: technique, exercises, technical, means, locomotors.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми корекції психофізично-

го розвитку сліпих і слабозорих дітей привертають пильну увагу дефектологів, спонукають до наукової розробки. Здійснений у цьому напрямку науковий

© Панасюк І. В., 2013



пошук дозволив провідним представникам дефектологічної науки зробити значний внесок у вирішенні проблеми. Показано різноманітну спрямованість, зміст і методи, розкриті й конкретизовані загальні закономірності навчання та їх розвиток (Н. Г. Байкіна, М. І. Земцова, В. А. Кручинін, Б. В. Сермеев, Л. І. Солнцева) [10].

Проблема корекції зору засобами фізичної культури висвітлена в низці спеціальної літератури (Е. С. Аветисов, Р. Н. Азарян, В. В. Коваленко, Є. М. Кузнєцов, В. І. Сердюченко, Б. В. Сермеев, Б. Г. Шеремет та ін.) [2; 9; 10]. Проблема здоров'я дітей дошкільного віку з порушенням зору досліджувалася багатьма науковцями (М. І. Земцова, Л. І. Плаксина, Л. С. Сековець, Б. В. Сермеев, Є. П. Синьова, Л. І. Солнцева, Б. Г. Шеремет та ін.). Вченими доведено, що однією з важливих складових охорони здоров'я є своєчасне виявлення відхилень з метою найбільш ефективної організації оздоровчих заходів [3; 5–7].

Корекційно-педагогічні можливості засобів фізичного виховання необмежені, так як у арсеналі засобів знаходиться великий вибір фізичних вправ, що забезпечує велику варіативність способів їх виконання. Ефективність організації фізичного виховання пов'язана з урахуванням показників індивідуально-дозованих фізичних навантажень, вибором рухових вправ, здійсненням диференційованого підходу в режимі рухливості, загартовуючих заходів, підбором ігор та вправ [6]. Слід зазначити, що кількість наукових і науково-методичних праць, присвячених застосуванню спеціальних технічних засобів у фізичній підготовці дітей з порушенням зору обмежена.

У профілактиці порушення зору та його відновленні важливу роль відіграють фізичні вправи (Т. А. Власова, В. А. Кручинін, Є. Н. Кузнєцов, М. С. Певзнер, Б. В. Сермеев, Б. Г. Шеремет та ін.), що вимагають адекватної методики їх застосування. Зокрема, перспективним є вдосконалення методики вправ для розвитку фізичних якостей, що забезпечують гармонійність фізичного розвитку дітей дошкільного віку з вадами зору [2].

Автори І. З. Гложик та З. М. Якімець [1], проаналізувавши рівень розвитку координаційних здібностей дітей з порушенням зору, дійшли висновку, що відхилення у роботі зорового аналізатору певною мірою ускладнюють формування рухових умінь, розвиток фізичних здібностей.

Питання фізичного розвитку дітей з порушенням зору досліджували Л. С. Сековець [7] і Ю. В. Павлов [5]. Вчені запропонували коригувати рухові порушення дітей з косоокістю і амбліопією за допомогою спеціальних вправ і технічних засобів. Ю. В. Павлов, вивчаючи вплив дозованих фізичних навантажень різного характеру на стан органу зору, зробив висновок, що підвищення гостроти зору певною мірою пов'язано з позитивним впливом застосованої ним системи проведення фізичних вправ. Подібний висновок робить і Л. С. Сековець: корекційно-педагогічна робота, яка проводиться спільно з лікувально-відновними заходами, сприяє підвищенню гостроти зору в дітей з косоокістю і амбліопією.

І. Р. Тинавським і Н. В. Мощениковим [9] була розроблена конструкція спортивного знаряддя для виконання фізичних вправ на уроках фізичної культури в молодших класах для сліпих дітей. Створений

ними тифлоприлад «звуковий маяк» призначений для навчання бігу, стрибкам, метанню з використанням звукового поля. Вчені науково обґрунтували використання звукового поля як сигналізатора, що сприяє більш швидкому розвитку здібностей.

У дослідженнях В. С. Ніколаєва і Б. В. Сермеева [2; 4] дається обґрунтування застосування тренажерів різного напрямку в корекції недоліків фізичної підготовки дітей. Дослідження Л. А. Семенова [8] показують, що при використанні в навчальному процесі цих тренажерів значно збільшується рухова активність учнів на уроці гімнастики, ігрових уроках.

Ми вважаємо, що найбільша цінність занять фізичними вправами для дітей з порушенням зору проявляється при поєднанні розумового, трудового, морального та музично-естетичного виховання. Усі ці вимоги узгоджуються з віковими і специфічними особливостями дітей з порушенням зору.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана в межах наукової теми дослідження, яка входить до тематичного плану Південноукраїнського державного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського (м. Одеса) «Фізична та психічна реабілітація аномальних дітей у спеціальних дитячих закладах».

Мета роботи: дослідити вплив корекційно-педагогічної роботи з використанням спеціальних засобів у фізичному вихованні на фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку з вадами зору.

Завдання роботи. Експериментально перевірити ефективність корекційно-педагогічної роботи з фізичного виховання дітей дошкільного віку з використанням спеціальних засобів.

Методи роботи: педагогічне спостереження, тестування рухових здібностей, педагогічний експеримент, математична обробка отриманих даних.

Організація й методи дослідження. Дослідження проводилось на базі спеціалізованого дитячого садка № 5 м. Одеси. У дослідженні приймали участь діти старшого дошкільного віку з порушенням зору. Діти були розподілені на контрольну та експериментальну групи по 20 дітей у кожній. Дослідження проводилось протягом 9 місяців.

Перед початком досліджень ми ознайомились з методично-педагогічною документацією і на основі вивчення медичних карток був проведений аналіз стану здоров'я і стану органу зору кожної дитини, що дозволило враховувати конкретні труднощі кожної дитини в оволодінні руховими навичками. Був проведений контроль стану органу зору дітей у процесі корекційної роботи щодо усунення рухових порушень під спостереженням завідуючої лабораторією порушень зору і функціональних методів дослідження при інституті очних хвороб ім. В. П. Філатова. Дослідження рівня рухових здібностей дітей проводилось за однаковою для всіх програмою. При виконанні фізичних навантажень приймали участь лікар і медична сестра.

Виклад основного матеріалу. Заняття фізичною культурою з дітьми старшого дошкільного віку проводились зі всією групою 3–4 рази на тиждень протягом 30–35 хвилин. Структура занять складалась зі вступно-підготовчої, основної й заключної частин. У зміст занять входили вправи на розвиток швидкості, швидкісно-силових якостей, спритності, виконуваних із застосуванням спеціальних технічних засобів, які

розроблені та модифіковані нами. Тренажер «Мушкетер» складається з пенала, лицевий бік якого має круглі отвори в декілька рядів. Кожний наступний ряд отворів зменшується в радіусі. Натиснення, тобто «укол шпагою», виконується дитячими іграшковими шпагами, по завершенню вправи фіксується час виконання. Тренажер «Хто влучний» складається з дерев'яного бруска довжиною 2–2,5 м, який ділиться на 4 секції. У кожній секції встановлюються кеглі, під кеглями робиться цифрова розмітка. Для кидків у ціль використовуються мішечки із тканини з м'яким вантажем маленького розміру. Тренажер «Гірлянда» складається з різнокольорових м'ячів, які підвішені на різну висоту. Тренажер «П'єдестал» представляє собою тумбу із східцями з двох сторін, з постійно збільшувальною висотою. Тренажер встановлюється біля гімнастичної стінки паралельно для додаткової опори. Вправи на гімнастичних лавках, які одним кінцем закріплюються скобами на грифі.

Проведені нами дослідження дозволили розробити і систематизувати вправи в залежності від направленої дії на функцію організму:

1. Для розвитку точності, швидкості рухів: кидки у кеглі мішечками лівою, правою, двома руками низу, із-за голови; стоячи спиною до мішені, повернутися кругом і виконати кидок по завданню; 2–3 с стояти з заплющеними очима, відкрити очі й виконати кидок по завданню; нахил із торканням полу і, випрямляючись, кидок по завданню; кидки в ціль після виконання вправ; оберт кругом із заплющеними очима, відкрити очі й виконати кидок; кидки одночасно двома руками. Усі вправи виконуються в 2–3 серії по 6–10 у кожній.

2. Для розвитку швидкісно-силових якостей виконувати вправи на тумбі із східцями з двох сторін, з постійно збільшувальною висотою: ходьба на носках на прямих ногах, високо піднімаючи стегно зігнутої ноги; стоячи ноги окремо, правою (лівою) на східцях, поштовхом двома перейти на одну сходинку вгору; піднятися по східцях стрибками на двох; підтримуючись за опору, вбігти по східцях угору. Усі вправи виконуються в 2–3 серії по 6–8 разів у кожній. М'ячі, підвішені на різну висоту: удари по м'ячу одною, двома руками з відкритими і заплющеними очима; теж саме піднімаючись на носки; із напівприсяду підскок з ударом по м'ячу однією, двома руками; оберт кругом, вистрибуючи, доторкнутися м'яча рукою; узявшись руками по парах, підскоки з ударом одною рукою по м'ячу. Вправи виконуються по 6–10 разів.

3. Для розвитку рівноваги і координації рухів – ходіння та зіскоки на лавці різної висоти: на носках, у напівприсяді, високо піднімаючи стегна, боком, з двома резиновими м'ячами різних розмірів; з обручем; перекладання м'яча з однієї руки у другу, з вантажем на голові, передачею м'яча тому, хто йде поруч. Зіскоки: із основної стійки, із упору присівши, з обертом наліво, направо. Вправи виконуються по 4–8 разів.

Вправи відповідають таким вимогам: простота і доступність вправ і спеціальних засобів на заняттях; можливість усебічно направлено впливу на організм та окремі групи м'язів; суворе дозування застосованих фізичних навантажень; взаємовплив фізичного виховання і лікувально-відновлювальної роботи; взаємозв'язок фізичного виховання з музично-ритмічними заняттями та ін.; використання спеціальних засобів з різними видами індикації для виконання

вправ у ігровій, змагальній формі, що супроводжується підвищенням емоційного стану дітей і кращим закріпленням вправ.

По закінченню експерименту нами була проведена оцінка рухових здібностей дітей з порушенням зору експериментальної групи, які займалися за розробленою нами методикою із застосуванням комплексів загальнорозвиваючих, спеціальних вправ і технічних засобів-тренажерів, а також дітей контрольної групи з порушенням зору, у яких заняття фізичною культурою проводились за програмою фізичного виховання дитячих садків.

Результати показників швидкості у дітей дошкільного віку контрольної та експериментальної груп до та після експерименту представлено у табл. 1.

Під впливом систематичних занять фізичними вправами у дітей всіх груп змінилися показники швидкості: бігу на коротку дистанцію, частота рухів руки, кількість передач м'яча. За усіма показниками найбільші зміни (від 19 до 125 %) виявлено в дітей з порушенням зору експериментальної групи. Також приріст відмічається у дітей з порушенням зору контрольної групи (2,5 до 25 %).

Результати тестування швидкісно-силових якостей у дітей дошкільного віку контрольної та експериментальної груп до та після експерименту представлено у табл. 2.

Отримані після проведення експерименту дані змін швидкісно-силових якостей (за чотирма параметрами) показують, що у дітей експериментальної групи відбулося їх найбільш значне (від 54 до 80 %) збільшення. У КГ приріст результатів був незначним (від 18 до 36 %).

Результати тестування показників спритності в дітей дошкільного віку контрольної та експериментальної груп після представлені у табл. 3.

Зіставляючи кінцеві результати спритності з попередніми даними, бачимо, що найзначніше збільшення показників спритності при метанні у вертикальну ціль і статичній рівновазі спостерігається в експериментальній групі (від 233 до 400 %); менший приріст цих показників (до 66–100 %) спостерігається у дітей контрольної групи.

Два інших показника спритності (диференціювання рухів у просторі та кидки набивного м'яча в горизонтальну ціль) в експериментальній групі також змінилися на більш помітну величину (від 27 до 43 %); у контрольній групі дітей з порушенням зору зміни менш значні (від 6 до 17 %).

Таким чином, за експериментальний період при проведенні занять фізичною культурою за пропонуваною нами методикою з використанням спеціальних технічних засобів виявлено можливості корекції рухової системи дітей з порушенням зору, це дозволяє їм краще виконати вправи для розвитку швидкості, швидкісно-силових якостей, спритності.

Помітно покращились рухи при виконанні рухових дій на швидкість: при бігу рухи рук і ніг стали узгодженими, збільшилась довжина кроку, діти виконували біг не короткою прямою і утримували в полі зору фінішну стрічку; у передачі м'яча діти утримували правильну позу, контролювали дистанцію, робили кидок м'яча за заданою траєкторією, спостерігаючи за його польотом.

У дітей з порушенням зору збільшилась якість



Таблиця 1

Показники швидкості в дітей з порушенням зору контрольної та експериментальної груп до та після експерименту

Показники		КГ n=20	р	ЕГ n=20	р
		$\bar{X} \pm m$		$\bar{X} \pm m$	
Пробігання 20 м (с)	До	12,01±0,06	<0,05	12,1±0,06	<0,05
	Після	11,6±0,1		9,65±0,06	
Частота рухів за 5 с	До	31±1,18	<0,05	32±1,48	<0,01
	Після	37±0,75		47±0,60	
Швидкість рухової реакції (с)	До	1,41±0,01	<0,05	1,41±0,01	<0,01
	Після	1,03±0,004		0,72±0,003	
Передача м'яча в парах за 15 с (разів)	До	8±0,07	<0,05	8±0,44	<0,01
	Після	10±0,15		18±0,30	

Таблиця 2

Показники швидкісно-силових якостей у дітей з порушенням зору контрольної та експериментальної груп до та після експерименту

Показники		КГ n=20	р	ЕГ n=20	р
		$\bar{X} \pm m$		$\bar{X} \pm m$	
Висота підскоку (см)	До	22±0,44	<0,05	22,1±0,82	<0,05
	Після	27±0,67		36±0,90	
Стрибок у довжину з місця (см)	До	136±3,54	<0,05	136±3,54	<0,01
	Після	171±4,35		219±4,10	
Кидок набивного м'яча з-за голови (см)	До	395±14,1	<0,05	395±7,42	<0,01
	Після	520±15,9		745±7,20	
М'язова сила (кг)	До	14,1±0,37	<0,05	14±0,72	<0,05
	Після	17±0,52		25,5±0,59	

Таблиця 3

Показники спритності в дітей з порушенням зору контрольної та експериментальної груп до та після експерименту

Показники		КГ n=20	р	ЕГ n=20	р
		$\bar{X} \pm m$		$\bar{X} \pm m$	
Точність попадання у вертикальну ціль (очки)	До	5±0,45	<0,05	5±0,60	<0,05
	Після	9±0,45		19±0,78	
Точність попадання у горизонтальну ціль (см)	До	295±5,73	<0,05	295±8,86	<0,05
	Після	320±6,53		380±5,88	
Диференц. рухів у просторі (гр.)	До	60±1,49	<0,05	67±1,10	<0,05
	Після	70±1,54		85±1,60	
Статична рівновага	До	2±0,14	<0,05	2±0,22	<0,05
	Після	4±0,14		10±0,60	



рухових дій при виконанні вправ швидко-силового характеру. Виконуючи завдання для розвитку стрибучості, діти навчилися використовувати помах руками в момент поштовху, зберігати рівновагу в момент приземлення; виконання кидків набивного м'яча із-за голови проходили за оптимальною траєкторією під контролем зору, положення тіла в момент кидка нагадувало форму «натягнутої стріли», що забезпечувало дальність польоту м'яча, вправи для розвитку м'язової сили дітьми виконувались без затримки дихання з підключенням у роботу необхідних груп м'язів. Також нами було встановлено, що оптимальне дозування для дітей старшого дошкільного віку у вправах швидко-силового характеру є повторення їх до 3–4 разів.

Упевнено виконувались дітьми рухи у вправах для розвитку спритності. У момент метання тенісного м'яча у вертикальну ціль м'яч відводився назад за голову і кидок направлявся в ціль за найменшою траєкторією польоту, остання фаза кидка закінчувалась рухами кисті і м'яч знаходився під контролем зору; кидки м'яча на точність попадання в горизонтальну ціль діти стали виконувати з повним виведенням рук уперед і умінням кидати м'яч за необхідною траєкторією, у дітей покращилися здібності до диференціювання рухів у просторі, дякуючи освоєнню комплексів загальнорозвиваючих і спеціальних вправ, що мають у собі багато різних рухів і кінцевих положень ніг, рук, тулубу; діти засвоїли складну функцію – орієнтування в просторі статичною рівновагою, що дало їм можливість приймати участь у всіх іграх, естафетах і інших заходах. Оптимальне повторювання вправ для розвитку спритності – 3–6 разів.

Література:

1. Гложик І. З. Аналіз рівня розвитку координаційних здібностей у дітей з порушенням зору / І. З. Гложик, З. М. Якімець // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 5. – Ч. 1. – С. 63–66.
2. Ковиліна В. Г. Корекція рухових якостей дітей дошкільного віку з порушенням зору : автореф. к. пед. н. : 13.00.03. – Корекційна педагогіка / В. Г. Ковиліна. – Одеса : ПУДПУ імені К. Д. Ушинського, 2004. – 21 с.
3. Муратов Р. С. Компетенция и коррекция дефекта зрения при помощи технических средств в процес се школьного обучения слепых и слабовидящих : автореф. д. пед. н. / Р. С. Муратов. – М., 1970. – 36 с.
4. Николаев В. С. Методика применения тренажерных устройств в целях коррекции недостатков физической подготовки слепых : автореф. к. пед. н. : 13.00.04. / Р. С. Муратов. – Одесса, 1982. – 20 с.
5. Павлов Ю. В. Коррекция двигательных нарушений у детей дошкольного возраста с косоглазием и амблиопией с применением специальных технических средств : автореф. к. пед. н. : 13.00.03. / Ю. В. Павлов. – Одесса, 1988. – 20 с.
6. Плаксина Л. И. Коррекционно-воспитательная работа в детских садах для детей с нарушением зрения / Л. И. Плаксина // Всесоюзный симпозиум по дошкольному воспитанию детей с нарушением зрения. – М., 1979. – С. 39–46.
7. Сековец Л. С. Коррекционная направленность физического воспитания дошкольников с монокулярным зрением : автореф. д. пед. н. : 13.00.03. – Коррекционная педагогіка. / Л. С. Сековец – Нижний Новгород, 2002. – 21 с.
8. Семенов Л. А. Тренажеры и их использование в школах для слепых и слабовидящих детей / Л. А. Семенов. – М. : ВОС, 1985. – 104 с.
9. Сермеев Б. В. Методика воспитания двигательных качеств у аномальных детей : [учеб.-метод. пособие для студентов по обучению и воспитанию аномальных детей] / Б. В. Сермеев. – Горький, 1976. – 83 с.
10. Форостян О. І. Теорія та практика фізичного виховання школярів з вадами зору в Українській дефектології другої половини ХХ ст. / О. І. Форостян // Наука і освіта. – Одеса, 2010. – № 2. – С. 190–195.

Про ефективність корекційно-педагогічної роботи можна судити не тільки за зміною рухової здібності, але і за відношенням дітей експериментальної групи до загальнорозвиваючих предметів, загально-корисного труда та інших видів діяльності. По відгукам вихователів, педагогів, працюючих з дітьми експериментальної групи, у них значно покращилася успішність, дисципліна в порівнянні з дітьми контрольної групи; вони більш відповідально і швидше виконували отримані завдання.

Висновки. Під впливом систематичних занять фізичними вправами за всіма показниками найбільш зміни, від 40 до 84 %, виявлено в дітей ЕГ з порушенням зору. У дітей КГ приріст показників склав від 16 до 63 %. За експериментальний період при проведенні занять фізичною культурою за запропонованою нами методикою із застосуванням комплексів загальнорозвиваючих вправ, спеціальних вправ і технічних засобів-тренажерів виявлено великі можливості корекції рухової сфери дітей з порушенням зору, які дозволяють їм краще виконувати вправи для розвитку швидкості, швидко-силових якостей, спритності.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо в розробці програми фізичного виховання для дітей дошкільного віку з порушенням зору, з включенням до змісту програми корекційно-направлених вправ, що сприяють розвитку і корекції зорового сприйняття у дітей, формуванню навиків орієнтації та виконання рухових дій під контролем зору, розвитку інтересів, формуванню позитивного відношення у дітей до фізичного виховання, з урахуванням дозування навантаження.