

2. Головчиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха: Учеб. пособие для студ. высш. уч. завед. – М.: ЗГуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – С. 161 – 169.

3. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи в навчально-виховних закладах України. – Міністерство освіти і науки України. – 2006 р.

4. Коржова А.А. Физическое воспитание детей с нарушениями слуха // Дошкольное воспитание аномальных детей / Под ред. Л.П. Носковой. – М.: Просвещение, 1993. – С. 77 – 104.

5. Про світ дітей з особливими потребами / Упоряд. Шнайдер В.І. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003. – С. 110-112.

УДК 376-056.263-056.34:376.016:796]-053.5

ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ГЛУХИХ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ

І.В. Бобренко, С.В. Литовченко

м. Київ

У статті розглянуто особливості організаційно-методичного забезпечення урочних, режимних і позаурочних форм фізичної культури дітей зі складними порушеннями психофізичного розвитку (глухих з обмеженими розумовими можливостями).

Ключові слова: фізичні вправи, навчання, діти зі складними порушеннями психофізичного розвитку.

Организация проведения занятий по физической культуре глухих младших школьников с нарушениями интеллектуального развития

В статье рассмотрены особенности организационно-методического обеспечения урочных, режимных и внеурочных форм физической культуры

детей со сложными нарушениями психофизического развития (глухих с ограниченными умственными возможностями).

Ключевые слова: физические упражнения, обучение, дети со сложными нарушениями психофизического развития

Organization of the physical training of deaf primary school children with intellectual disabilities

In the article the features of organizational methods of time limit, restricted and extra-curricular forms of physical training of children with complex disorders of psycho-physical development (the deaf with mental disabilities).

Keywords: exercise, education, children with complex disorders of psychophysical development.

Результативність фізичного виховання молодших школярів зі складними порушеннями психофізичного розвитку (глухих з обмеженими розумовими можливостями) значною мірою залежить від організаційно-методичного забезпечення проведення урочних, режимних і позаурочних форм фізичної культури. В початковій школі навчальним планом передбачено проведення двох уроків фізкультури на тиждень, щоденних фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі дня (гімнастики до уроків, фізкультурних хвилинок, фізичних вправ на великих перервах, фізкультурних пауз під час виконання домашніх завдань, фізкультурних занять у другій половині дня); позакласної фізкультурно-масової роботи (ранкової гігієнічної гімнастики; занять у фізкультурно-оздоровчих гуртках і фізкультурно-спортивних секціях; участі в фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходах).

Учні, що належать за станом здоров'я до *підготовчої групи*, виконують програму основної, за винятком індивідуально протипоказаних вправ. Учні, які належать за станом здоров'я до *спеціальної* медичної групи, займаються за спеціальною програмою лікувальної фізичної культури та мають два

додаткових заняття.

Основною формою навчально-виховної роботи з фізичного виховання є *урок фізичної культури*. Кожен урок являє собою єдність змістового, методичного та організаційного компонентів. Уроки значною мірою визначають зміст інших форм фізичного виховання учнів. Відтак, всі форми роботи з фізичної культури мають узгоджуватись і становити єдину систему корекційно-розвивального впливу навчально-виховного процесу [1, 2, 4, 5, 7]. Зміст занять з фізичної культури визначається навчальною програмою. Програмний матеріал розподілений за уроками шляхом ускладнення.

Урок фізичної культури в допоміжних класах школи для глухих дітей складається з таких методично пов'язаних частин: вступної, підготовчої, основної і заключної. Тривалість кожної частини може змінюватись в залежності від конкретних завдань уроку та рівня підготовленості учнів.

Вступна частина (8 хв. – 1-й клас, 10 хв. – 2-й клас, 5 хв. – 3-й та 4-й класи) вирішує завдання початкової організації учнів, створення цільової настанови та мотивації до вирішення завдань уроку. Включає роз'яснення учням змісту уроку, шикування та перешікування.

Підготовча частина (7 хв. – 1-й клас, 10 хв. – 2-4-й класи) вирішує завдання активізації функцій організму та підготовки учнів до виконання завдань основної частини, формування правильної постави, забезпечення позитивного психоемоційного стану. Застосовуються вже знайомі учням вправи: стройові, дихальні, ритмопластичні та імітаційні, вправи на розтягування, елементи легкоатлетичних вправ; підвідні та підготовчі до основної частини уроку вправи (з поступово зростаючим, але помірним навантаженням).

Основна частина (15 хв. – 1-й та 2-й класи, 20 хв. – 3-й та 4-й класи) призначена для вирішення освітніх, оздоровчих, корекційно-розвивальних і виховних завдань уроку, передбачених навчальною програмою та планом уроку. Засобами основної частини уроку є вправи з використанням

гімнастичних предметів і снарядів, вправи для розвитку координаційних здібностей, ритмопластичні вправи, елементи легкої атлетики; ігри з елементами бігу, стрибків; з метанням, киданням, ловінням. Вправи для розвитку координаційних здібностей краще виконувати в I третині основної частини, вправи з великим фізичним чи емоційним навантаженням – в II третині, ритмопластичні вправи – в III третині основної частини. Рівень психоемоційного напруження поступово знижується на кінець основної частини [5, 8].

Заклучна частина (5 хв – 1 – 4-й класи) має на меті зменшення рівня фізичного навантаження, сприяння оптимізації подальшої навчальної діяльності учнів. Використовуються дихальні вправи, елементи легкоатлетичних вправ (наприклад, різні варіанти бігу чи ходьби з поступовим зниженням темпу), вправи на розслаблення, кистьова та пальчикова гімнастика, імітаційні вправи; ігри для розвитку комунікаційних навичок, уваги, мислення [6].

Ділення уроку на частини є відносним. Урок фізичної культури – єдиний процес із реалізації усіх поставлених психолого-педагогічних завдань у взаємозв'язку [1, 2, 5, 6, 8].

Потрібно відзначити особливості використання різних типів уроків у допоміжних класах школи для глухих дітей (за загальноприйнятою класифікацією):

1. За змістом:

– *комплексні* (переважна більшість);

– *предметні* (лижної підготовки, плавання тощо). При проведенні предметного уроку специфічною є тільки основна частина, інші частини уроку традиційно включають елементи гімнастики, легкої атлетики та ігор (в залежності від можливостей вирішення завдання конкретного уроку).

2. За педагогічною спрямованістю:

– *вступні* (на початку навчального року, семестру, вивчення нового

розділу програми). Такі уроки передбачають ознайомлення учнів з новими завданнями, змістом навчальної роботи, вимогами до організації занять з фізичної культури, теоретичними відомостями. В основній частині уроку – виконання учнями раніше засвоєних певних практичних завдань, що дають уявлення про рівень підготованості окремих учнів (із обов'язковим попереднім повторенням вправи та вдосконаленням її окремих компонентів);

– *ознайомлення з новим матеріалом* – проводяться після вступних уроків і служать для візуального знайомства з новою вправою (її елементами) та надання поняття про техніку її виконання. Що передбачає сприймання спочатку незнайомої вправи, потім окремого її елемента (якщо вправа складна для розучування в цілому для даної категорії дітей); поняття про техніку виконання вправи (її елемента). Виконання вже знайомих елементів даної вправи, практична апробація рухової дії на основі раніше засвоєних знань і вмінь (проводиться в основній частині уроку). Специфічні для даної рухової дії підвідні та підготовчі вправи (в підготовчій частині уроку);

– *вивчення нового матеріалу* – проводяться для закріплення техніки виконання елемента рухової дії, виправлення помилок при його виконанні. У підготовчій частині уроку важлива наявність відповідних підвідних вправ. Виконання знайомих елементів даної рухової дії і вправ подібної спрямованості (в I третині основної частини уроку); розучування та правильне виконання рухової дії в повільному темпі (в I третині основної частини уроку); повторення дії для закріплення навички (в II і III третині основної частини уроку);

– *повторення та вдосконалення засвоєння навчального матеріалу* – мають на меті закріплення шляхом повторення правильного виконання, вдосконалення техніки рухової навички, досягнення позитивних результатів в незначно змінених умовах; формування правильної рухової навички. Лише після вивчення окремих елементів складної для виконання вправи здійснюється поетапне розучування цієї фізичної вправи, з'єднаної в єдине

ціле з частин, повторення та вдосконалення її виконання;

– *мішаного типу* – застосовуються для вивчення нового матеріалу (в I третині основної частини уроку) та вдосконалення пройденого матеріалу (в II та III третині основної частини уроку). У допоміжних класах шкіл для глухих дітей такі уроки використовуються тільки для вивчення нескладних для конкретного учнівського складу фізичних вправ і вдосконалення добре знайомого навчального матеріалу;

– *контрольні (підсумкові)* – проводяться після закінчення вивчення розділу програми, в кінці семестру (чи навчального року). Включають повторення виконання та вдосконалення вивчених раніше вправ, оцінювання рівня розвитку фізичних якостей та навчальних досягнень учнів.

Знання типології уроків фізичної культури дає змогу вчителю найліпшим чином організувати вирішення поставлених завдань.

Відзначимо особливості застосування *організаційно-методичних форм навчальної діяльності* дітей даної категорії (використовуються у відповідності до завдань уроку).

1. Всі учні одночасно включені в навчальний процес:

– фронтальний спосіб організації учнів на уроці – одночасне виконання всіма учнями класу одного і того ж завдання в спільному ритмі та темпі. Виконуються добре знайомі учням вправи, що не потребують страховки та допомоги з боку вчителя;

– груповий спосіб – одночасне виконання учнями, поділеними на групи (2-5 дітей) за рівнем фізичної підготованості (чи за іншими показниками, наприклад, за статтю, зростом тощо), різних завдань. Потім групи міняються місцями (бажано, але не обов'язково). При цьому важливе значення має правильний добір вправ – не рекомендується застосовувати вправи, спрямовані на розвиток одних і тих самих груп м'язів чи фізичних якостей. Актуально включити вправи, які доповнюють одна одну щодо впливу на організм дитини. Наприклад, стрибки в глибину з висоти 15 – 30

см з м'яким приземленням раціонально поєднувати з метанням малого м'яча однією рукою (чергуючи руки) вільним способом у горизонтальну ціль (у 2-му класі); ходьбу по гімнастичній лаві, обминаючи перешкоди, – зі стрибками в довжину з місця поштовхом обох ніг на точність (у 4-му класі) тощо [6]. Застосування групового способу в допоміжних класах можливе лише за наявності достатньо досвідчених помічників учителя (волонтерів);

– індивідуальний спосіб – одночасне виконання учнями персональних завдань (незалежно один від одного). Застосовується при можливості забезпечення педагогічного контролю вчителем і помічниками учителя дій кожного школяра.

2. Учні виконують завдання по чергово:

– потоковий спосіб – виконання учнями однакових вправ один за одним (поток). Застосовується при розучуванні техніки виконання рухової дії, закріпленні та повторенні для вдосконалення рухової навички. Важлива невелика кількість, до 4-х учнів у потоці. При більшій кількості дітей знижується рівень фізичного навантаження учнів, здатності учнів до цілеспрямованої уваги, ефективності сприйняття, ефективності формування рухової навички [2, 5, 8]. В такому випадку потрібна організація помічниками учителя ще одного потоку;

– змінний спосіб – виконання вправ змінами: учнів поділяють на зміни (2 – 5 дітей), одна зміна здійснює одночасне виконання вправи, а інша спостерігає. Застосовується при повторенні, для вдосконалення добре знайомих учням вправ, що не потребують страховки чи допомоги вчителя;

– колове тренування – по чергове виконання вправ учнями в групах (2 – 4 групи за кількістю місць занять): учнів ділять на групи (2 – 5 дітей) за рівнем фізичної підготовленості (зростом, статтю); кожна з груп здійснює вправу визначеним вчителем способом (фронтальним, поточним, поперемінним в парах). Застосування можливе лише за наявності контролю дій учнів в групах достатньо досвідченими помічниками учителя;

– поперемінний в парах – почергове виконання вправ в парах: учнів поділяють на пари, одним учнем виконується вправа, інший спостерігає. Можливий лише за наявності контролю дій учнів в парах помічниками учителя.

Відтак, при застосуванні форм навчальної діяльності 2-ої групи частина дітей залишається «в черзі» і для заповнення цих пауз потрібно запропонувати додаткові вправи (прості та добре знайомі дітям) [5]. Це значно підвищить рівень щільності уроку. Цей прийом може застосовуватись при великій кількості дітей (більше 4-х) в групі, коли діти ще не втомились і не збуджені, та за наявності достатньої кількості помічників учителя для спостереження за кожною дитиною.

Потрібно відзначити необхідність використання на уроках фізичної культури в допоміжних класах роботи *помічників учителя (волонтерів)* [4]. Важливість такої роботи зумовлює той факт, що психофізичний стан і рівень підготовленості учнів цієї категорії різний, відповідно лише шляхом індивідуального нагляду (контролю, виправлення помилок і допомоги) можна збільшити ефективність навчально-виховної роботи на уроках фізичної культури.

Форми навчальної діяльності можуть комбінуватись. Наприклад, при груповому способі організації учнів на уроці всередині групи виконання вправи може бути здійснене фронтальним способом (поточним, змінним тощо).

Щоденні фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня (гімнастика до уроків, фізкультурні хвилинки, фізичні вправи на великих перервах, фізкультурні паузи під час виконання домашніх завдань, фізкультурні заняття у другій половині дня) є частиною цілісної системи корекційно-розвивальних заходів. Орієнтовний зміст цих занять визначається змістом програми з фізичної культури відповідного класу [6]. Їх застосування сприяє активізації рухового режиму; забезпеченню гігієни розумової праці;

зменшенню втоми та підвищенню фізичної та розумової працездатності; свідомому ставленню до занять фізичними вправами; формуванню правильної постави; формуванню навичок здорового способу життя; вихованню морально-вольових якостей учнів (В.М. Медведєва, 1978; А.Ф. Борисенко, С.Ф. Цвек, 1989; Л.К. Зав'ялов, 1990). Наступність навчального матеріалу підвищує ефективність виконання поурочного плану.

Фізкультурно-оздоровчі заходи проводять щоденно в приміщенні школи-інтернату чи на свіжому повітрі (в залежності від змісту заходу та відповідності погодних умов гігієнічним нормам). Вони є обов'язковими для всіх учнів, за винятком учнів, звільнених лікарем за станом здоров'я [1, 2, 4, 5, 6, 7, 8].

Гімнастика до уроків, фізичні вправи на великих перервах, фізкультурні заняття у другій половині дня складаються з таких методично пов'язаних частин: вступної, підготовчої, основної і заключної (їх специфіка описана нами вище, при розгляді урочної форми занять). Тривалість кожної частини змінюється в залежності від умов і конкретних завдань заняття.

Застосування *організаційно-методичних форм навчальної діяльності* при проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі навчального дня (з втіленням особливостей застосування, характерних для даної категорії дітей, відзначених при розгляді урочної форми занять):

- гімнастика до уроків – фронтальний чи груповий способи;
- фізкультурні хвилинки – фронтальний спосіб;
- фізичні вправи на великих перервах – фронтальний та груповий способи;
- фізкультурні паузи під час виконання домашніх завдань – фронтальний спосіб;
- фізкультурні заняття у другій половині дня – фронтальний та індивідуальний способи; комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням колового тренування, групового, поперемінного в парах та

потокowego способів.

Важливо ретельно планувати фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня, оптимізувати їх зміст відповідно до конкретних умов, особливостей поурочного плану та індивідуального психофізичного стану учнів.

Позакласна фізкультурно-масова робота – система організованих занять із фізичними вправами, що проводяться в позаурочний час. Її систематичне проведення сприяє якісному вирішенню завдань фізичного виховання учнів, виявленню спортивних здібностей та індивідуальної обдарованості, активній рекреації та розвитку соціальної активності дітей, розвитку інтересу та звички до занять фізичною культурою та спортом, зацікавленню традиціями української національної фізичної культури [6].

Особливості позакласної фізкультурно-масової роботи: здійснюється на добровільних засадах (в залежності від корекційної спрямованості роботи школи-інтернату та її можливостей, уподобань учнів при виборі видів занять); сприяє розвитку і, в подальшому, будується на основі соціальної активності та творчої ініціативи учнів.

Значні можливості для розвитку дітей зумовлюють доцільність залучати до позакласної фізкультурно-масової роботи молодших школярів, які пройшли медичний огляд і не мають протипоказань за станом здоров'я та за віковими межами допуску до спеціалізованих занять окремими видами спорту.

За ознакою організації навчально-виховного процесу вирізняються такі *форми організації* позакласної фізкультурно-масової роботи [2, 5, 7]:

1. Урочні (заняття в фізкультурно-оздоровчих гуртках (групи загальної фізичної підготовки, заняття на дитячих тренажерах) і фізкультурно-спортивних секціях (бадмінтон, баскетбол, легка атлетика, лижна підготовка, настільний теніс, плавання, ритмічна гімнастика, футбол тощо), ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна фізична культура).

Складаються з таких методично пов'язаних частин: вступної, підготовчої, основної і заключної. Тривалість кожної частини змінюється в залежності від конкретних завдань заняття. Проводяться систематично за розкладом; склад групи постійний, подібний за віком і фізичною підготованістю; зміст визначений програмою відповідного класу та диференційований індивідуальними психофізичними особливостями учнів.

2. Позаурочні (участь у загальношкільних фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходах (конкурси, змагання, фестивалі народних розваг і ігор, фізкультурні свята, дні здоров'я та фізичної культури). Проводяться періодично (чи навіть епізодично), не мають чітко визначеної тривалості та однорідного за віком і фізичною підготовленістю складу.

У контексті застосування *організаційно-методичних форм навчальної діяльності*, потрібно відзначити пріоритети проведення занять (із втіленням особливостей застосування, характерних для даної категорії дітей, відмічених нами при описі способів організації учнів на уроці):

– заняття в фізкультурно-оздоровчих гуртках: групи загальної фізичної підготовки – фронтальний, груповий і потоковий способи; заняття на тренажерах – індивідуальний спосіб, комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням колового тренування, потокового та поперемінного в парах способів;

– ранкова гігієнічна гімнастика – фронтальний спосіб;

– заняття в фізкультурно-спортивних секціях: бадмінтон – фронтальний спосіб (у вступній, підготовчій та заключній частинах заняття), груповий і індивідуальний способи, поперемінний в парах; баскетбол – фронтальний, потоковий та індивідуальний способи, поперемінний в парах; легка атлетика – фронтальний, потоковий та індивідуальний способи, колове тренування; лижна підготовка – фронтальний спосіб (у вступній, підготовчій та заключній частинах заняття), фронтальний та індивідуальний способи (в основній частині заняття); настільний теніс – фронтальний спосіб (у

вступній, підготовчій та заключній частинах заняття), індивідуальний та поперемінний в парах способи; плавання – фронтальний спосіб – на суші (у вступній, підготовчій та заключній частинах заняття), індивідуальний спосіб, фронтальний, потоковий та груповий способи (при проведенні ігор) – за наявності контролю дій кожного учня достатньо досвідченими волонтерами; ритмічна гімнастика – фронтальний, потоковий та індивідуальний способи, комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням колового тренування, потокового та поперемінного в парах способів; футбол – фронтальний спосіб (у вступній, підготовчій та заключній частинах заняття), індивідуальний спосіб, колове тренування, комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням групового, потокового, поперемінного в парах і фронтального способів;

– лікувальна фізична культура – фронтальний та індивідуальний способи; комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням також групового, потокового та поперемінного в парах способів;

– участь в загальношкільних фізкультурно-оздоровчих і спортивно-масових заходах: конкурси – потоковий спосіб, комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням колового тренування, групового, змінного, потокового та поперемінного в парах способів; змагання – потоковий спосіб, комбінування форм навчальної діяльності з застосуванням колового тренування, змінного та потокового способів; фестивалі народних розваг та ігор – фронтальний, груповий, змінний та потоковий способи, колове тренування; фізкультурні свята – фронтальний, груповий, змінний та потоковий способи, колове тренування; дні здоров'я та фізичної культури – фронтальний, груповий, змінний та потоковий способи, колове тренування.

Ефективність фізкультурно-масової роботи підвищується за умови наступності її змісту з уроками та іншими формами організації занять; різноманітності форм занять, що забезпечує можливість охоплення більшої кількості дітей; реалізації індивідуального та диференційованого підходу, з

врахуванням як загальних, так і специфічних особливостей розвитку дитини зі складними порушеннями психофізичного розвитку.

Література:

1. *Бабенкова Р.Д., Захарьин Б.И., Юровский С.Ю.* Обучение физической культуре // Обучение учащихся I-IV классов вспомогательной школы / Под ред. В.Г. Петровой. – М.: Просвещение, 1983. – С. 57 – 111.
2. *Вільчковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф.* Система фізичного виховання молодших школярів: Навч.-метод. посібник – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
3. *Державний стандарт початкової освіти дітей, які потребують корекції фізичного та (або) розумового розвитку.* – К., 2003.
4. *Евсеев С.П., Шапкова Л.В.* Адаптивная физическая культура. – М.: Советский спорт, 2000. – 239 с.
5. *Козленко М.О.* Теорія і методика корекційно-розвиваючої роботи в системі фізичного виховання учнів допоміжної школи: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – К., 1993. – 45 с.
6. *Програми для спеціальних класів для дітей зі складними порушеннями розвитку спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для глухих дітей. Фізична культура 1-4 класи / Уклад. І.В. Бобренко.* – Ч. 2. – К.: Інкунабула, 2008. – С. 156 – 294.
7. *Сермеев Б.В.* Теоретические основы физического воспитания аномальных детей: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1992. – 43 с.
8. *Шиян Б.М.* Методика фізичного виховання школярів. – Львів: ЛОНМІО, 1996. – 232 с.