

УДК: 376-056.26:616.28-008.14:376.015.311:796]-053.4

*Рецензент:
Литовченко С.В.,
кандидат педагогічних наук,
старший науковий співробітник*

ЗАВДАННЯ ТА ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ

*Володимир Шевченко
м. Київ*

У науковій статті автор розкриває завдання та засоби фізичного виховання дошкільників з порушеннями слуху. Автор акцентує увагу на важливості формування навичок, якими діти повинні оволодіти за час перебування в дошкільному закладі та засоби їх набуття.

Ключові слова: діти з порушеннями слуху, фізичне виховання, фізичний розвиток, корекційна робота.

ЗАДАНИЯ И СРЕДСТВА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА

В научной статье автор раскрывает задачи и средства физического воспитания дошкольников с нарушениями слуха. Автор акцентирует внимание на важности формирования навыков, которыми дети должны овладеть за время пребывания в дошкольном учреждении и средства их получения.

Ключевые слова: дети с нарушениями слуха, физическое воспитание, физическое развитие, коррекционная работа.

TASKS AND TOOLS OF PHYSICAL EDUCATION PRE-SCHOOL CHILDREN WITH HEARING IMPAIRMENT

In the scientific article, the author reveals the objectives and means of physical education pre-school children with hearing impairment. The author emphasizes the importance of the skills that children must learn during his stay in the preschool setting and their means of entry.

Keywords: children with hearing impairment, physical education, physical development, corrective work.

Актуальність оптимізації здоров'я і фізичного розвитку дітей в умовах спеціальних дошкільних освітніх установ в сучасних соціально-економічних умовах розвитку суспільства стоїть особливо гостро.

Завдання та зміст фізичного виховання в дошкільних навчальних закладах визначаються вимогами Базового компонента дошкільної освіти в Україні «Я у Світі», чинними програмами розвитку, навчання та виховання дітей дошкільного віку «Малятко», «Дитина», «Українське дошкілля».

Правильний фізичний розвиток – це фізіологічний та педагогічний процес, спрямований на досягнення фізичної досконалості, зміцнення здоров'я, підготовку підростаючого покоління до дорослого життя та праці.

Саме в дошкільному віці закладаються основи гармонійного розвитку особистості, її фізичні досконалості - основи здоров'я, довголіття, формується багато рухових навичок, розвиваються фізичні якості (спритність, швидкість, сила та ін.). Своєчасне та успішне формування рухової функції людини, особливо в дошкільний період її життя, має першочергове значення для повноцінного фізичного розвитку.

Фізичне виховання дітей з порушеннями слуху – один з важливих напрямків корекційно-педагогічної роботи знаходяться в тісному зв'язку з усіма іншими сторонами виховання та навчання. Правильно організоване фізичне виховання створює основу для зміцнення здоров'я дітей, розвиває їх активність, підвищує працездатність. Воно спрямоване на охорону і зміцнення їх здоров'я, гармонійний фізичний розвиток, загартування дитячого організму, розвиток потреби у руховій активності, формування основних рухів і рухових якостей, корекцію та профілактику порушень фізичного розвитку. Внаслідок чого воно стає базою для успішного проведення виховної та корекційно-освітньої роботи.

Дослідження фізичного і моторного розвитку дітей раннього і дошкільного віку з порушеннями слуху (Р.Д. Бабенкова, О.А. Катаєва, Н.А. Рау, Л.В. Рябова, Г.В. Трофімова та ін.) виявили деякі особливості, які обумовлені зниженням слуху і порушенням діяльності вестибулярного

апарату, які виникли в результаті тяжких захворювань, що перенесли діти. У слабкочуючих та глухих дітей з рано набутими та вродженими недоліками слуху статичні та локомоторні функції відстають у своєму розвитку. Так, на першому році життя в глухих дітей спостерігається відставання в термінах утримання голови, більш пізніше оволодіння ходінням, але затримка прямостояння компенсуються до року і двох-чотирьох місяців.

Здійсненню фізичного виховання дітей дошкільного віку з порушеннями слуху сприяють різноманітні *засоби*: фізичні вправи, оздоровчі сили природи (сонце, повітря, вода) та гігієнічні фактори.

Фізичні вправи - основний засіб фізичного виховання. Вони всебічно впливають на розвиток дітей. За допомогою фізичних вправ зміцнюється здоров'я дошкільника, формуються навички життєво – важливих рухів (ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння та ін.), розвиваються фізичні якості (сила, спритність, швидкість, витривалість).

Виконання фізичних вправ пов'язане з активним сприйманням навколишнього середовища, з орієнтуванням у просторі, виявленням вольових якостей, різноманітних емоційних переживань.

Правильно організована рухова діяльність справляє істотний вплив на формування психіки дитини. Саме рухи здійснюють безпосередньо практичний зв'язок людини з навколишнім світом і цей зв'язок лежить в основі розвитку її психічних процесів.

У процесі фізичного виховання створюються позитивні умови для успішного засвоєння дітьми стійких навичок поведінки. Зв'язок фізичного виховання з розумовим передбачає повідомлення дітям певних знань з фізичної культури, зокрема правил рухливих ігор, найраціональніших способів виконання рухів.

Фізичні вправи широко застосовуються в різноманітних організаційних формах (ранкова гімнастика, заняття з фізичної культури, рухливі ігри тощо).

Під час виконання фізичних вправ удосконалюються функції аналізаторів: зорового, слухового, рухового. Чіткішими стають оцінки простору, у дітей розвивається почуття ритму, підвищується точність і чіткість рухів та ін. Усе це створює необхідні передумови для кращого сприймання навколишнього середовища і певною мірою впливає на естетичний розвиток.

Фізичному вихованню сприяє створення відповідних умов (раціонального режиму, харчування та ін.), урізноманітнення організаційних форм фізичного виховання (заняття, ранкова гімнастика, рухливі ігри тощо), підвищення рухової активності протягом дня та інше.

Дошкільники мають біологічну потребу в рухах, вони отримують задоволення від самого процесу виконання фізичних вправ. Позитивні емоції, які виникають у процесі занять фізичними вправами, поступово переходять у звичку систематично ними займатися. Потім ця звичка стає стійкою потребою, яка продовжує зміцнюватися в шкільні роки. Їх обмеженість (гіподинамія) негативно позначається на фізичному розвитку дошкільника (затримується зріст, деякі діти набирають зайвої ваги), знижується опора проти інфекційних захворювань. Таким чином, фізичні вправи є профілактичним засобом проти можливих порушень нормального фізичного розвитку дитини.

Формування основних рухів і рухових якостей - одне з основних завдань фізичного виховання дітей з порушеннями слуху, так як оволодіння основними рухами створює основу для нормалізації життєдіяльності дитини. Навчання дітей правильній ходьбі, бігу, лазінню,

стрибкам, метанню надає ефективного впливу на розвиток усього організму.

Завдяки високій пластичності нервової системи у дошкільників дуже швидко встановлюються нервові зв'язки й формуються умовні рухові рефлекси. Однак, дитина повинна не тільки вміти користуватися своїми рухами у звичних обставинах, а й у різних умовах, які змінюються (в іграх, під час прогулянок, коли треба перестрибнути через рівчак, підлізти під гілку тощо). Отже, сформована навичка з того або іншого руху повинна бути не лише міцною, а й достатньо гнучкою (пластичною).

Поряд із формуванням навичок з основних рухів розвиваються фізичні якості: сила, швидкість, спритність, витривалість та інше. Рух треба виконувати не тільки правильно, а й досить швидко або тривалий час (наприклад ходьбу, біг), а для цього потрібний певний рівень розвитку тих або інших фізичних якостей. Для їх відновлення і вдосконалення використовуються загально розвиваючі вправи, основні рухи, вправи спортивного характеру й рухливі ігри.

Під час ігор, виконання різних вправ дитина також виявляє ініціативу, вчиться бути наполегливою в досягненні мети.

Заняття з фізичної культури та рухливі ігри сприяють вихованню в дітей дисциплінованості, колективізму, рішучості, сміливості та інших якостей, необхідних людині. Наприклад, щоб стати сміливим, треба навчитися долати страх, зустрічаючись із небезпекою. На заняттях з фізичної культури деяким дітям буває страшно пройти по гімнастичній лавці, перестрибнути через перешкоду, стрибнути у висоту з розбігу і т.д. Однак, вони (іноді з допомогою вихователя) переборюють свій страх і виконують рух, що, безумовно, сприяє вихованню сміливості. Навчання і виховання на заняттях з фізичної культури взаємопов'язані.

Рішення корекційних завдань під час фізичного виховання пов'язане з розвитком і тренуванням функції рівноваги, формуванням правильної постави, корекцією і профілактикою плоскостопості, розвитком дихання, координації рухів. Однією з важливих корекційних завдань фізичного виховання глухих і слабкочуючих дошкільників є розвиток їх орієнтування в просторі. Для цього використовуються вправи, пов'язані зі зміною місцезнаходження дітей та розміщення інвентарю в залі, зміною напрямку та умов руху. Дітей необхідно вправляти в швидкому виконанні ряду рухів, розвивати їх рухову реакцію в іграх, змінювати умови застосування сформованих навичок і вмінь. Використання звукового супроводу на заняттях з фізичного виховання допомагає розвитку почуття ритму, вібраційної чутливості, розрізненню повільних і швидких звучань, що, таким чином, сприяє розвитку слухового сприйняття.

Формування правильної постави та профілактики плоскостопості – одне з основних завдань фізичного виховання дошкільнят. Правильна постава важлива не лише з естетичного погляду, а ще й тому, що створює сприятливі умови для роботи серцево–судинної системи, дихальної й травної систем, сприятливо впливає на самопочуття дитини.

На формування постави великий вплив має статико–динамічна функція стопи. Навіть незначна зміна її форми може спричинити подальшу деформацію, порушення правильного положення тазу, хребта, що призводить до виникнення патологічних дефектів постави. Отже, заходи запобігання плоскостопості повинні посідати належне місце в загальній системі фізичного виховання.

Ефективність використання фізичних вправ значно підвищується в комплексному поєднанні з оздоровчими силами природи та гігієнічними факторами. Оздоровчі сили природи (повітря, сонце, вода) широко

використовуються для зміцнення здоров'я та загартування організму дитини.

Рішення оздоровчих завдань - зміцнення здоров'я дітей, сприяння їх фізичному розвитку і загартовування організму передбачають систематичний контроль за здоров'ям дітей з боку педагогів і лікарів, проведення постійних медичних оглядів, правильну організацію режиму дня в дитячому саду і вдома. Чергування різних видів діяльності, занять і відпочинку сприяє чіткій роботі організму.

Фізичне виховання здійснюється в процесі всієї корекційно-виховної роботи. Основними його формами є ранкова гімнастика, рухливі ігри на прогулянках і в перерві між заняттями, а також фізкультхвилинки, фонетична ритміка, музичні заняття та заняття з фізичного виховання. Розглянемо їх детальніше.

Ранкова гімнастика допомагає переходу організму дитини від сну, готує до активної діяльності протягом дня, створює необхідний тонус. Ранкова гімнастика проводиться у всіх вікових групах під керівництвом вихователя. Комплекс вправ має відповідати віку, індивідуальним можливостям дітей і включає знайомі їм, відпрацьовані вправи на розвиток і координацію основних рухів, розвиток рівноваги, формування правильної осанки. Перед початком виконання вправ важливо створити у дітей гарний настрій, можна використовувати звукові сигнали за допомогою музичних інструментів або музичний супровід за допомогою аудіозапису. Зарядка має відбуватися в гарно провітрюваному приміщенні, у якому завчасно підготовлюються необхідні атрибути (м'ячі, прапорці та ін.). Зазвичай під час проведення ранкової гімнастики дотримуються наступної послідовності: ходьба, біг, які покращують кровообіг та посилюють дихання, загально розвиваючі вправи, стрибки, підстрибування, дихальні вправи.

Рухливі ігри проводяться під час прогулянок і в перервах між заняттями. Вони дозволяють дітям змінити вид діяльності, відпочити після активної роботи на заняттях. Ігри між заняттями повинні бути добре знайомі дітям, прості та доступні для участі у них всіх бажаючих.

Організація ігор під час прогулянки залежить від пори року і стану погоди. Необхідно також враховувати характер попередньої діяльності дітей. В холодну пору року доцільно розпочати прогулянку з бігу та рухливих ігор. В дощову погоду організуються малорухливі ігри, які не потребують великого простору. Під час прогулянок можна широко використовувати безсюжетні ігри, наприклад серсо, кільцекид, кеглі; в старших групах – елементи спортивних ігор: волейбол, футбол, бадмінтон та ін. На прогулянках можна навчати дітей катанню на велосипеді, а взимку – на санках, лижах, ковзанах. На прогулянках доцільно організовувати спортивні розваги, проводити спортивні свята.

В зміст прогулянок також можуть включатися і різні вправи на розвиток рухів та рухових якостей, закріплення розучених під час занять вправ.

Вільна діяльність дітей в денний та вечірній час створює хороші можливості для рухової активності під час ігор, малювання, читання, вправ на гімнастичних знаряддях. Їх руховою активністю необхідно керувати та слідкувати, щоб активні рухи чергувалися із заняттями за столом, спокійними іграми, не допускати гіперактивності в процесі колективних ігор.

Фізхвилинки забезпечують зміну діяльності дітей під час занять, створюють можливості для короткотривалого відпочинку. Фізхвилинки проводяться, переважно, в середині заняття, після появи ознак втоми. Їх тривалість – 3-5 хвилин, в них включаються декілька вправ, які переважно мають ігровий характер або рухлива гра. Доцільно пов'язувати рухи зі

змістом занять: наприклад імітувати катання на лижах або ковзанах, відтворювати рухи тварин тощо.

За бажанням сурдопедагога та у випадку потреби, замість фізхвилинки може бути проведена фонетична ритміка, в процесі якої різні рухи поєднуються із проголошенням мовного матеріалу (звуків, складів, слів, фраз), відпрацюванням ритміко-інтонаційної сторони мови.

Музичні заняття - також одна з форм фізичного виховання дошкільнят з порушеннями слуху. Вони спрямовані на сприйняття музики, розвиток голосу, розвиток ритму рухів. На музичних заняттях діти багато рухаються: танцюють, грають, виконують вправи, беруть участь у рухливих іграх. У зміст музичних занять включаються прості рухи (ходьба, біг, стрибки, хлопки, притупування) і більш складні (елементи танцю). В процесі музичних занять у дітей формується почуття ритму, яке позитивно впливає на рухи дітей, робить їх більш координованими, ритмічними. В процесі танців, співу нормалізується дихання і пов'язана з цим злитість мови.

Заняття з фізичної культури проводяться в різних вікових групах 3-4 рази на тиждень. Частина з них відбувається з групою дітей в спеціально обладнаній залі, інші – на подвір'ї або в кімнаті. Структура занять з фізичного виховання складається із трьох частин: ввідної, основної та кінцевої. Під час ввідної частини важливо підготувати дітей до основного фізичного навантаження. Ввідна частина включає в себе шикування, пояснення завдання, ходьбу, нетривалий біг і нескладні вправи. В основну частину входять загально розвиваючі вправи, розвиток основних рухів та рухлива гра. Комплекс загально розвиваючих вправ складається із вправ для різних груп м'язів: вправ для м'язів шиї, плечового поясу, рук, тулуба та ніг. В заключній частині пропонується легкий біг, спокійна ходьба, вправи на увагу, координацію рухів та підводяться підсумки.

Моторна щільність занять залежить від способів організації дітей. На заняттях з фізичного виховання використовуються фронтальний, потоковий, почерговий і індивідуальний способи організації дітей. Діти переддошкільного та молодшого дошкільного віку найчастіше виконують рухи разом (фронтально) або індивідуально; старші дошкільнята - поточно або по підгрупах. Всі способи організації повинні поєднуватися таким чином, щоб фізичне навантаження, яке припадає на кожну дитину, було рівномірним, а моторна щільність занять - високою.

Під час проведення занять використовується все обладнання зали: гімнастична стінка, лавки, дошки, місток-гойдалка, стійки для стрибків, м'ячі, обручі, канат та ін. Під час занять у всіх вікових групах використовується звуковий супровід: удари в бубон або барабан, які слугують сигналом для початку або закінчення рухів, їх зміни, регулювання швидкості ходьби, бігу, частоти стрибків.

У дошкільному віці важливе значення має формування навичок особистої та громадської гігієни. Це завдання розв'язується протягом усього періоду перебування дітей у дошкільному закладі. Перед вступом до школи дитина повинна вміти вмиватися, чистити зуби, самотійно вдягатися, охайно їсти, підтримувати чистоту в приміщенні тощо. Також важливе виховання звички щоденно виконувати фізичні вправи. Позитивний вплив фізичних вправ на організм дитини досягається лише тоді, коли ці вправи виконуються регулярно.

Підсумовуючи, можемо зазначити, що важлива умова правильного фізичного виховання – єдність вимог дитячого садка та сім'ї. Фізичне виховання дітей дошкільного віку буде ефективним за умови, що воно є органічною частиною всього виховного процесу дитячого садка, предметом спільного піклування дошкільних працівників та членів сім'ї. Також необхідно досконало знати анатомо–фізіологічні особливості

дитячого організму різних вікових категорій, щоб не завдати дитині шкоди.

Література:

1. Бєседа В.В., Романчук О.П. До питання оцінки фізичної підготовленості дітей дошкільного віку / Зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. – Кам.-Под.: Медобори-2006, 2012. – Вип. 19. – Ч.2. – с. 237-238.
2. Головчиц Л.А. Дошкільная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха: Учеб. пособие для студ. высш. уч. завед. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.-304 с. 161-169.
3. "Інструктивно – методичні рекомендації щодо організації фізкультурно – оздоровчої роботи в навчально – виховних закладах України", Міністерство освіти України, 2006.
4. Коржова А.А. Физическое воспитание детей с нарушениями слуха // Дошкільное воспитание аномальных детей / Под ред. Л.П. Носковой. – М.: Просвещение, 1993. – 224 с.
5. Про світ дітей з особливими потребами / Упоряд. Шнайдер В.І. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003. – с. 110-112.
6. Сурдопедагогика: учебник для студ. высш. пед. завед. / Под ред. Е. Г. Речицкой. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. - 655 с.
7. Сурдопедагогика: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Людмила Виталиевна Андреева; Под науч. ред. Н.М. Назаровой, Т.Г.Богдановой. - М.: Изд. центр «Академия», 2005.