

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ У ДЕТЕЙ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ 10-11 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Корольчук Екатерина Сергеевна

учитель физической культуры, ОБОУ «Школа-интернат №2» г. Курска, РФ, г. Курск

Аннотация. Данная статья рассматривает особенности формирования двигательных действий у детей с умственной отсталостью. Обсуждаются важные аспекты воспитания и обучения таких детей, такие как создание специальных программ и методик работы, адаптированных к их индивидуальным потребностям. Также рассматриваются причины возникновения двигательных нарушений у детей с умственной отсталостью и способы их коррекции. В статье подчеркивается важность ранней диагностики и комплексного подхода к работе с такими детьми для успешного формирования и развития их двигательных навыков.

Ключевые слова: умственная отсталость; формирование двигательных действий.

По данным главного управления реабилитационной службы и специального образования МО РФ, из 600 тысяч общего количества учащихся с отклонениями в развитии 60 % составляют дети с умственной отсталостью [4]. В настоящее время увеличилось число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). К этой категории, относятся дети с интеллектуальными нарушениями разной степени. Данные дети обучаются в общеобразовательной школе в классно-урочной форме.

С самого начала обучения дети рассматриваемой автором категории испытывают множественные затруднения, проблемы, которые связаны не только с умственным развитием, но и с особенностями физического здоровья [2]. Ребенок с умственной отсталостью имеет, как правило, более низкие показатели психического и физического состояния в сравнении со сверстниками с нормальным интеллектом. Отставание в физическом развитии умственно отсталых детей, степень приспособления к физической нагрузке зависят не только от поражения центральной нервной системы, но и являются следствием вынужденной гипокинезии. Психофизическое состояние определяет уровень здоровья, влияя на развитие таких физических качеств как: сила, скорость, выносливость, ловкость, ритмичность, гибкость и равновесие [1; 2].

Адаптивная физическая культура для детей с умственной отсталостью это не только одно из средств устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптации в социуме.

В процессе реализации содержания программы урочных и внеурочных форм занятий физическими упражнениями, открывается возможность полноценной интеграции детей с легкой умственной отсталостью с остальными учащимися (также с педагогами, родителями и с техническими работниками школы) [3].

Организм ребенка с ограниченными возможностями здоровья, нуждается в двигательной активности не меньше, а чаще даже больше, чем организм здорового, но при этом ему требуется качественно иная двигательная активность [4].

Поэтому поиск новых способов формирования двигательных действий у детей с умственной отсталостью является как никогда актуальным. Вышесказанное обусловило выбор темы нашего исследования.

Исследование осуществлялось в три этапа на базе ОБОУ «Школа-интернат № 2 им. Г.А. Карманова» г. Курска.

Педагогический эксперимент заключался в проведении уроков адаптивной физической культуры в классах. В педагогическом эксперименте приняло участие 12 обучающихся в возрасте 10–11 лет, имеющих легкую умственную отсталость, а также нарушения опорно-двигательного аппарата

Были выбраны педагогические тестирования, позволяющие провести контроль уровня развития следующих навыков: навыков бега, координации движений, гибкости, а также силы.

В эксперименте применялись следующие педагогические тесты:

- бег на месте с высоким подниманием бедра за 30 секунд;
- бег «змейкой» 5 метров;
- наклон туловища вниз стоя;
- удержание набивного мяча сидя на время;
- прыжок в длину с места;
- сгибание-разгибание рук в упоре лежа;
- прыжки к цели;
- перекладывание мячей;
- перешагивание через гимнастические палки.

На этапе констатирующего эксперимента мной были выявлены, существенные различия между обучающимися. Это связано, во-первых, с тем, что у всех детей разный уровень физической подготовленности, а, во-вторых, некоторые испытуемые имеют не только легкую умственную отсталость, но и нарушения опорно-двигательного аппарата или инвалидность.

Остановимся подробнее на практической части моего исследования.

В каждом классе проводились три урока по физической культуре в неделю с включением подвижных игр, по 35–40 минут. Материал обучающимся излагался в соответствии с требованиями утвержденной программы.

В урок включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений, и общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и мышц ног, координацию движений, формированию правильной осанки, развитию равновесия. Активно проводились подвижные игры, различные комплексы упражнений, в работе также использовался дополнительный инвентарь: нейрокарточки, тактильные (игровые) коврики, гимнастические палки, мячи разного размера и т.д.

Специфика работы с детьми с нарушениями интеллекта состоит в снижении уровня возрастных требований к физическим упражнениям, кратковременности выполнения каждого отдельного движения по сравнению с нормально развивающимися детьми.

Для школьников с умственной отсталостью легкой степени дополнительные занятия проводились 2 раза в неделю по 30 минут, основной задачей которых является удовлетворение потребности школьников в двигательной активности.

На занятиях используются общеразвивающие упражнения с предметами и без, прикладные виды упражнений – ходьба, бег, прыжки, ползания, лазания, метания. В занятиях используется много имитационных упражнений и широко применяется игровой метод. В процессе учебного дня проводятся физкультминутки и организованная подвижная перемена.

Полученные в ходе эксперимента данные подтвердили эффективность воздействия предлагаемой методики на развитие познавательных способностей детей в младших классах. Отмечено увеличение объемов памяти, концентрации внимания, восприятия материала, мотиваций к познавательной деятельности.

Организация позитивного межличностного взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, освоение детьми возрастных двигательных задач позволили значительно снизить уровень тревожности у особых детей. По окончании эксперимента количество замечаний педагогов в группе обучающихся уменьшилось на 20-30 % от общего количества нарушений поведения в группах школьников.

Таким образом, использование комплексов физических упражнений разной интенсивности и направленности, использование коррекционных комплексов упражнений, подвижных игр в методике физического воспитания позволило улучшить физическую подготовленность, познавательные способности, что способствовало укреплению здоровья и социальной адаптации детей с легкой умственной отсталостью младшего школьного возраста.

В данном эксперименте проводился анализ формирования навыка бега и быстроты движения школьников с умственной отсталостью легкой степени. При анализе правильности выполнения элементов физических упражнений детей с лёгкой степенью умственной отсталости установлено, что на первом и втором занятиях школьники выполняли элементы всех предлагаемых заданий не в полном объеме, не согласованно, или выполняли только один элемент из предложенных физических упражнений. У всех ребят наблюдалась низкая концентрация внимания, плохая дифференциация громкости звука музыкального сопровождения и сопоставление музыки с темпом движения. Скованность движений, несогласованность движений рук и ног, неритмичность движений. Дети сутулятся, голову опускают вниз, упражнения выполняют без эмоций, неактивны.

Начиная с 3-4 занятия, наблюдаются незначительные положительные изменения при выполнении физических упражнений: дети стали четче, согласованнее выполнять элементы физических упражнений. Стали более внимательны, более охотно и активно выполнять задания, улучшилась осанка, улучшалась согласованность движений рук и ног.

В середине проведения эксперимента на 7-8 занятия наблюдались более заметные положительные сдвиги, как в двигательной, так и в эмоциональной сфере обучающихся. Это заключалось в следующем: все дети из исследуемой группы стали увереннее и четче выполнять все предложенные задания, лучше держать осанку, улучшилась походка, способность сохранять равновесие, увеличилась концентрация внимания, координация и согласованность движений рук и ног. Появилась правильность в движениях при выполнении элементов физических упражнений. Школьники с удовольствием выполняли физические упражнения под музыку – эмоционально и активно.

Результаты проведенных двигательных тестов и коррекционно-реабилитационной работы представлены в следующих гистограммах (рис.1).

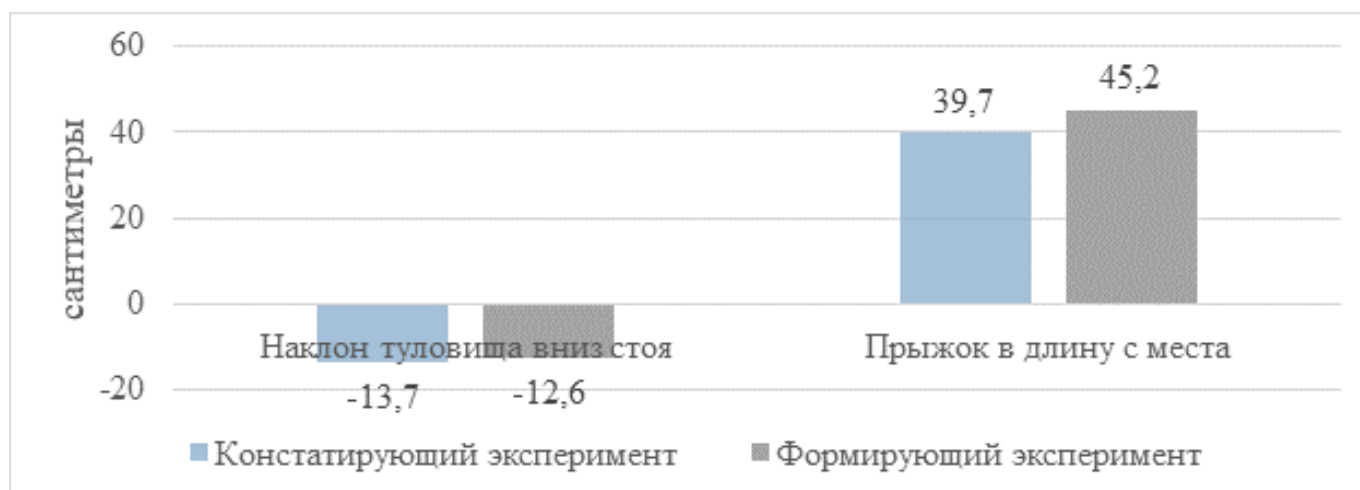
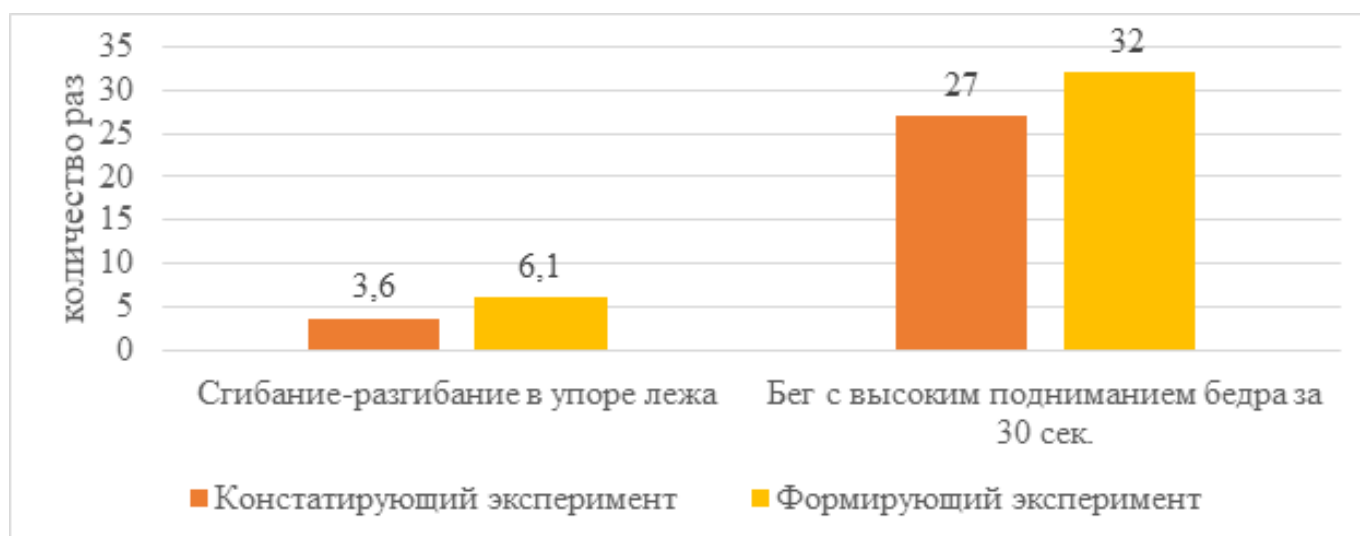
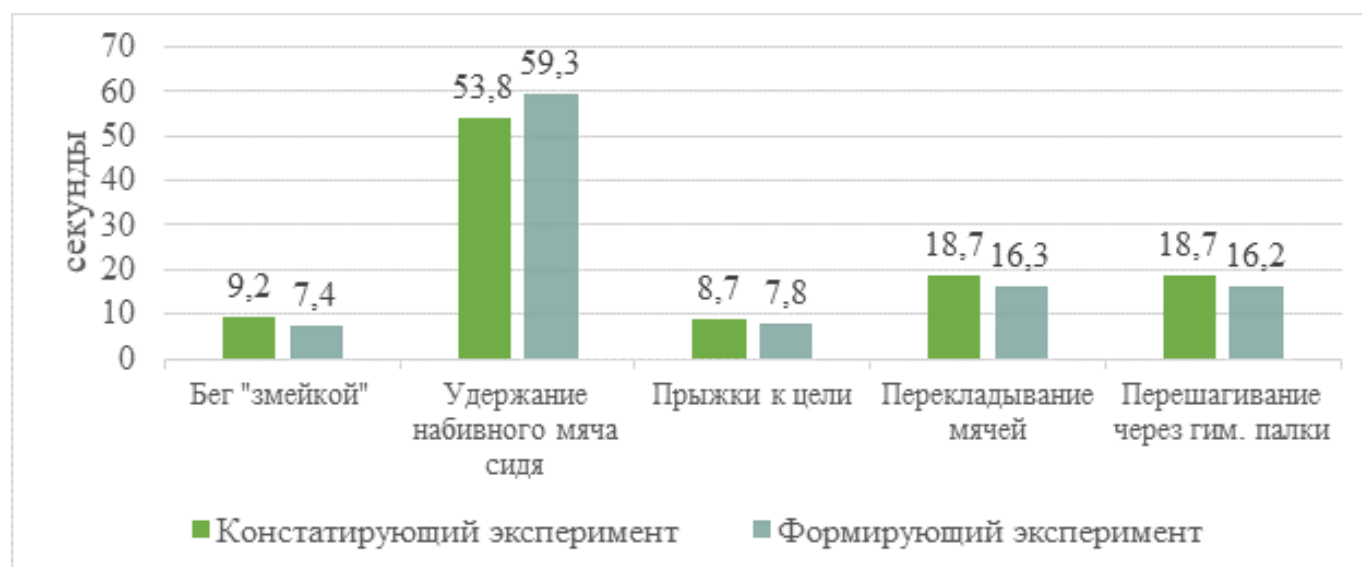


Рисунок 1. Результаты исследования

Таким образом, анализируя результаты тестирования физической подготовленности детей младшего школьного возраста с нарушением интеллекта мы можем говорить о положительном влиянии, предложенной в ходе формирующего эксперимента программы адаптивного физического воспитания младших школьников с нарушением интеллекта, основанной на использовании занятий с включением подвижных игр.

Список литературы:

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания [Текст] / Б.А Ашмарин. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 235 с.
2. Бажникова, И.М. Коррекционные задачи и основные направления в организации воспитательного процесса в детском доме (интернате) для детей с нарушением интеллекта [Текст] / И.М. Бажникова // Дефектология. – 1995. – No 5. – 56 с.
3. Вайзман, Н.П. Реабилитационная педагогика [Текст] / Н.П. Вайзман. М.: Аграф, 1996. – 160 с.
4. Мастюкова, Е.М. Ребенок с отклонениями в развитии. Ранняя диагностика и коррекция [Текст] / Е.М. Мастюкова. – М.: Просвещение, 1992. – 340 с.