

Диференційований підхід до навчання рухових дій на уроках фізичної культури в спеціалізованій школі-інтернаті для дітей з вадами зору

Резюме

Рассматриваются особенности обучения двигательным действиям детей с тяжелой патологией зрения на уроках физической культуры, а также специфика применения дифференцированного подхода к обучению детей с разной степенью потери зрения в условиях совместного обучения в школе-интернате.

Summary

This article is devoted to features of teaching motor skills of children with a heavy pathology of sight at lessons of physical culture. The specificity of application of the differentiated approach to teaching children with a different degree of loss of sight in conditions of joint teaching at school-boarding is considered.

Постановка проблеми. Аналіз літератури. Сьогодні велику кількість наукових праць присвячено вивченню впливу тих чи інших видів рухової активності на рівень фізичного стану і адаптації до повсякденного життя інвалідів із глибокими порушеннями зору [3, 4]. У результаті педагогічних досліджень впливу багаторічних занять фізичною культурою і спортом на фізичний стан сліпих і слабкозорих було виявлено порушення у фізичному розвитку дітей шкільного віку і цілий ряд аномалій рухових функцій [5].

Головна методологічна проблема процесу фізичного виховання при порушенні зору полягає в тому, що патологія зорового аналізатора вимагає виявлення загальних закономірностей педагогічного впливу з урахуванням індивідуальних проявів патології зору в процесі навчання рухових дій і розвитку рухових якостей.

Здатність до навчання нових рухів багато в чому залежить від специфіки захворювання зорового аналізатора. Розмаїтість вад зору є різноманітною: тотальна сліпота від народження і повна втрата зору внаслідок травми чи хвороби; слабкозорість із різним ступенем втрати зору і з прогресуючими вадами [5]. Велике значення при засвоєнні навчального матеріалу з фізичного виховання має наявність ступеня індивідуальної зорової пам'яті для відтворення форми руху в просторі.

Залежно від термінів втрати зору, можна розраховувати на наявність орієнтування в просторі, зорової і м'язової пам'яті при виконанні визначених рухових

дій, що були знайомі школярам до придбання інвалідності.

У доступній нам спеціальній науковій літературі ми не зустріли даних про диференційоване використання методів навчання залежно від ступеня втрати зору, тоді як соціальні умови (навчання в одному класі як сліпих, так і слабкозорих) наполегливо диктують потребу в цьому [2].

Мета дослідження — обґрунтування диференційованого підходу до навчання рухових дій на уроках фізичної культури зі школярами спеціалізованої школи-інтернату залежно від ступеня і термінів втрати зору.

Методи дослідження: аналіз спеціальної літератури, передового педагогічного досвіду і педагогічне спостереження.

Результати дослідження та їх обговорення. У навчанні дітей з патологією органів зору велике значення має застосування методів сенсорного (почуттєвого) орієнтування (використання орієнтирів, заснованих на тактильній чутливості, допомога викладача — для уточнення руху чи виправлення помилок). При використанні цих методів необхідно підвищувати вимоги до дотримання заданих кінематичних і динамічних характеристик руху (довжина кроку, частота кроків, сила відштовхування або удару, швидкість виконання прийомів боротьби, амплітуда тощо). Застосовуються такі словесні методи: деталізована розповідь, евристична бесіда (з підведенням тих, хто навчається, до самостійних висновків), обговорення (розбір, звіти), усні аналізи та самоаналіз, супровідні пояснення, вказівки, команди.

На початковому етапі навчання при створенні уявлення про рухову дію у сліпих і слабкозорих школярів керування процесом навчання повинно бути засноване на детальній образній розповіді й поясненні проявів м'язових відчуттів.

Показ є можливим тільки для слабкозорих школярів. У зв'язку з цим виникає необхідність диференціації тих, хто займається, за ступенем поразки зорового аналізатора. Розподіл дітей на групи і створення у слабкозорих більш повного уявлення про рухову дію з використанням показу дозволяють надалі використовувати їх як помічників при первісному виконанні фізичних вправ зі сліпими дітьми. Слабкозорі школярі, виступаючи вже як суб'єкти керування, допомагають сліпим використовувати пасивні і пасивно-активні рухи для відтворення техніки, що розучується, по кінематичних і динамічних характеристиках. Таким чином, діти однієї з груп не тільки самі навчаються нових рухових дій, але й сприяють кращому засвоєнню рухів групою дітей, позбавлених можливості створення зорового образу рухів. Крім того, участь у процесі керування навчанням створює передумови для більш глибокого сприйняття нової рухової дії самими слабкозорими школярами: відтворення рухових дій обумовлює закріплення рухового уміння на більш високому рівні керування [1].

Регуляція діяльності системи керування рухами у процесі навчання сліпих і слабкозорих школярів пов'язана з необхідністю оцінити просторові, тимчасові і просторово-тимчасові характеристики руху. Виключення зорового аналізатора спричиняє зміну сприйняття руху з ряду ключових характеристик просторового і просторово-тимчасового сприйняття, ускладнюється система самоконтролю. Ефективність керування процесом розучування у цьому випадку може бути підвищена шляхом створення

умов, що компенсують відсутність (чи обмеженість) зору із залученням помічника (як вчителя, так і учня, здатного контролювати правильність виконання вправи), використанням тактильних і звукових орієнтирів.

При рівності обдарованості й рухового досвіду дітей з патологією зору результати навчання залежать від здатності концентрації уваги на м'язових і тактильних відчуттях, що виникають, і ступені розуміння іспитованого. Провідну роль при цьому відіграє пропріорецептивна чутливість.

Навчання на етапі поглибленого розучування будується відповідно до закономірностей вдосконалення рухового вміння, переходу його у рухову навичку [6].

Індивідуальні особливості керування процесом навчання на етапі поглибленого розучування рухової дії полягають у виборі методу навчання залежно від патології зорового аналізатора, фізичної підготовленості і багато в чому визначають темпи формування рухової навички [7].

Як і у здорових школярів, основою методики навчання на цьому етапі є метод повторного виконання цілісної вправи з вибіркою відпрацюванням деталей методом "по частинах".

У процесі виконання вправи контроль за відповідністю їх структури руховим завданням, які розв'язуються, ведеться сенсорним апаратом, відчуттями, що виникають у шкірі, м'язах, суглобах, зв'язках під час виконання вправ, і тому для сліпих і слабкозорих вимагає більш ретельного пояснення виникаючих кінетичних відчуттів. У процесі багаторазового повторення рухової дії або її частини поступово автоматизується керування елементами, з'єднаннями з руховою дією у цілому утворюється динамічний стереотип. Провідна роль у системі аферентації при керуванні рухом переходить до рухового аналізатора, "м'язового почуття", доступного контингенту, який спостерігається.

Навчання здобуває індивідуалізований характер і вимагає обліку особливостей будови тіла,

фізичної підготовленості, рухової обдарованості, гетерохроного функціонального розвитку організму, а також ступеня і термінів втрати зору.

На етапі поглибленого розучування з цим контингентом широко застосовується розтягнуте повторення, що дозволяє більш ефективно засвоювати важкий навчальний матеріал і вправи високої інтенсивності. Легкий же матеріал засвоюється концентрованим повторенням. На етапі поглибленого розучування основною особливістю навчання є багаторазове повторення вправи в цілому з акцентом на елементи, у яких зустрічаються помилки. Система керування руховими діями на даному етапі буде спрямована на контроль правильності виконання вправи. Диференційований підхід при цьому полягає у виправленні допущених помилок. У сліпих це буде пов'язано не тільки з вербальною корекцією, але і з використанням тактильних відчуттів при відтворенні елементів вправи. Завдання контролю за технікою виконання на цьому етапі навчання відіграють провідну роль.

Варіювання умов навчання на етапі бажано наблизити до тих дій, що будуть застосовуватися безпосередньо в побуті, навчанні, іграх тощо. Новизна умов, сполучень, елементів, наявність нових спаринг-партнерів при виконанні рухів, що розучуються, викликають підвищення інтересу у дітей до занять.

Застосування змагального та ігрового методів, а також методу ідеомоторного тренування при формуванні рухової навички має свої відмінні риси.

Фізіологічною основою ідеомоторного методу є закономірний зв'язок між психічними і фізіологічними процесами. Уявлення про рух автоматично породжує у відповідних м'язах скорочення і розслаблення, що приводить до виникнення тих самих фізіологічних процесів, що характерні для активних рухів. Саме метод ідеомоторного тренування дає можливість дітям з патологією зору швидше сформувати руховий стереотип, що підвищує вимоги

Загальні положення	Слабкозорі	Сліпі
<i>Створення уявлення про рухову дію</i>		
1. Настановче завдання		
2. Зразковий показ		Детальне образне пояснення з акцентом на напрям рухів окремих частин тіла
3. Повторний показ із акцентом у поясненні на кінематичні характеристики нового руху		Акцент на м'язові відчуття, що повинні виникнути при виконанні вправи
4. Перевірка вірності створеного уявлення шляхом опитування		
5. Корегування вірності створеного уявлення шляхом пояснення		
<i>Формування рухового уміння</i>		
1. Багаторазове повторення методу в цілому чи "по частинах"		Метод у цілому
	2. Активне використання накопиченого рухового досвіду і зорових можливостей	Послідовне сполучення рухів частин тіла з м'язовими відчуттями, використання наявного рухового досвіду, м'язової і зорової пам'яті
	3. Застосування методів сенсорного орієнтування	
	4. Є суб'єктами керування при навчанні сліпих (помічники вчителя)	Пасивне і пасивно-активне виконання за допомогою слабкозорих
<i>Формування рухової навички</i>		
1. Багаторазове повторення методом у цілому з акцентом на окремі елементи		
	2. Поділ на групи за ступенем засвоєння рухової дії	
3. Розтягнуте повторення		
	4. виправлення помилок за допомогою вербальної корекції і перевагою тактильних відчуттів	

до кваліфікації педагога й уміння створити у свідомості дитини образ руху. Рекомендована тривалість ідеомоторного тренування становить 1—2 хв на уроці та 2—3 хв кілька разів протягом дня.

Педагогічний контроль передбачає обов'язкову наявність прямого (від учителя до учня) і зворотного зв'язку не тільки при виконанні рухових дій, але і під час словесного пояснення техніки за допомогою опитування на всіх етапах навчання. Створення правильного уявлення про техніку виконання руху і про індивідуальні помилки при його виконанні з використанням допомоги слабкозорих забезпечує сліпим школярам можливість швидкого і правильного засвоєння рухової дії.

Формування умінь вищого порядку в сліпих і слабкозорих школярів обумовлено життєво необхідними рухами, що забезпечують їм відносно нормальну життєдіяльність, здатність брати участь у навчальному, а окремим

учням — і тренувальному процесу. У особливо фізично обдарованих школярів необхідним є формування надбаної навички в тих рухових діях, що дозволяють досягти максимального результату з визначеного виду спортивної діяльності.

У таблиці наведено особливості методики навчання рухових дій в умовах спеціалізованого інтернату.

Проведені дослідження і апробація отриманих результатів при навчанні рухових дій дозволили узагальнити закономірності керування процесом навчання на уроках фізичної культури у диференційованих по ступеню втрати зору групах школярів виділити залежність засвоєння техніки фізичних вправ від таких умов:

- уміння вчителя чітко пояснити очікувані м'язові відчуття вже на початковому етапі навчання;
- наявності або відсутності зорової і м'язової пам'яті у слабко-

зорих і тих, хто придбав тотальну сліпоту внаслідок травми або прогресуючого захворювання.

Висновки

На основі аналізу в процесі педагогічних спостережень і власного досвіду роботи вчителем фізичної культури у спеціалізованому інтернаті виявлено особливості навчання рухових дій у процесі проведення уроків і інших форм фізичного виховання в режимі дня сліпих і слабкозорих учнів, що полягають:

- у диференціації учнів по групах, подібних за ступенем втрати зору, або ступенем володіння руховою дією;
- в особливостях індивідуального підходу, що враховує ступінь і терміни втрати зору, а також відсутність або наявність м'язової і зорової пам'яті;
- у можливості допомоги слабкозорих у процесі засвоєння техніки фізичних вправ сліпими учнями.

У перспективі передбачається вивчення особливостей здатності до навчання рухових дій сліпих і слабкозорих школярів у процесі вікового розвитку їхнього організму.

1. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. — М.: Физкультура и спорт, 1985. — 194 с.
2. Глазирин И.Д. Основы дифференцированного физического воспитания. — Черкаси: Відлуння-Плюс, 2003. — 352 с.
3. Демирчоглян Г.Г., Демирчоглян А.Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников. — М.: Советский спорт, 2000. — 160 с.
4. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура (цель, содержание, место в системе знаний о человеке) // Теория и практика физической культуры. — 1998. — № 1. — С. 2—7.
5. Сермеев Б.В. Физическое воспитание детей с нарушением зрения. — К.: Здоров'я, 1987. — 110 с.
6. Теория и методика физического воспитания: Учебник / Под ред. Т.Ю. Крутевич — К.: Олимпийская литература, 2003. — Т. 1. — С. 174—188.
7. Теория и методика физического воспитания: Учебник / Под ред. Курамина. — 2003. — С. 112—128.