

УДК 37.042.1:615.825.4

## ВИКОРИСТАННЯ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ КОРЕКЦІЇ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ

Доцюк Л.Г., Гауряк О.Д.

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Невід'ємним компонентом при турботі про здоров'я є адекватна рухова активність. Повноцінний розвиток дітей, що мають порушення слуху, неможливий без фізичного виховання, що забезпечує не тільки необхідний рівень фізичного розвитку, але і корекцію відхилень різних сфер діяльності глухих дітей. Подолати негативні наслідки впливу сенсорного дефекту на соціальний і фізичний розвиток глухих дітей, на їх фізичну підготовленість, допомагають спеціально організовані заняття фізичною культурою. Корекція фізичного розвитку і фізичної підготовленості глухих школярів у процесі безперервного адаптивного фізичного виховання базується на: диференційованому підході, фізкультурно-оздоровчій та корекційно-розвиваючій спрямованості і полягає у використанні взаємопов'язаних між собою за змістом різних форм занять (уроки фізичної культури, диференційовані заняття лікувальною фізичною культурою, індивідуальні заняття).

**Ключові слова:** адаптивна фізична культура, порушення слуху у дітей, фізичний розвиток, фізична підготовленість.

**Постановка проблеми.** Згідно з Державною національною програмою «Освіта (Україна XXI століття)» та Національною програмою «Діти України» діти з особливостями психофізичного розвитку потребують особливої турботи, що зумовлює необхідність використання нових форм та методів навчання і виховання, які б відповідали потребам розвитку особистості цих дітей, сприяли розкриттю їх талантів, розумових і фізичних здібностей для забезпечення їм оптимальних умов для всебічного розвитку та соціалізації [1; 5; 6].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Адаптивна фізична культура розглядається як частина загальної культури, підсистема фізичної культури, одна з сфер соціальної діяльності, що спрямована на задоволення потреби осіб з обмеженими можливостями в руховій активності, відновленні, зміцненні й підтримці здоров'я, особистісного розвитку, самореалізації фізичних і духовних сил з метою поліпшення якості життя, соціалізації та інтеграції в суспільство [4; 6; 11]. Адаптивне фізичне виховання – новий напрям у вітчизняній системі освіти і науки, що вивчає аспекти фізичного виховання людей, які мають у результаті захворювань або травм різні стійкі порушення життєво важливих функцій організму і пов'язаних з ними обмежень фізичних можливостей [3; 8]. Порушення слуху призводять до недостатнього розвитку мовленнєвої функції, пізнавальних процесів і загалом спричиняють суттєве відставання дітей з вадами слуху від їх однолітків [2].

Численні медичні обстеження виявили негативні наслідки порушення слуху для здоров'я, працездатності і розвитку дітей [9]. Втрата слуху у дітей супроводжується в 62% випадків дисгармонійним фізичним розвитком, в 44% – дефектами опорно-рухового апарату (сколіоз, плоскостопість), в 80% – затримкою моторного розвитку [2; 7]. Найбільш поширеними є захворювання дихальної системи: ГРЗ, бронхіти, пневмонії, а також затримка психічного розвитку, відхилення у розвитку інтелекту, вегетативно-соматичні розлади [10]. Характеризуючи фізичний розвиток глухих і слабочуючих дітей, багато авторів,

відзначають, що втрата або порушення слуху в дитячому віці сповільнюють природний хід фізичного розвитку. У таких дітей більш низькі в порівнянні з чуучими однолітками показники росту, маси тіла, окружності грудної клітини. Для школярів з порушеним слухом характерні: м'язова слабкість, зниження тону м'язів, вегетативні розлади. За багатьма показниками фізичного розвитку (вага, зріст, окружність грудної клітини, життєва ємність легенів) глухі діти уступають здоровим одноліткам [2; 9; 10].

**Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми.** Аналізуючи існуючі методики по адаптивного фізичного виховання, можна виявити відсутність наступності між їх змістом в різних формах занять, відсутність достатньої уваги диференційованому та індивідуальному підходам. Відсутній взаємозв'язок між існуючою суспільною необхідністю поліпшення показників фізичного розвитку, підвищення рівня фізичної підготовленості даних дітей, зміцнення їх здоров'я, а значить і соціалізації в здорове суспільство однолітків. В процесі фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми, які мають порушення слуху, основна увага має бути зосереджена на розкритті особливостей дитини, на створенні для нього індивідуальної програми, заснованої на всебічному комплексному вивченні її розвитку. Важливо правильно обирати фізкультурно-оздоровчі та корекційно-розвиваючі засоби, що дозволяють успішно використовувати механізми компенсації в процесі фізичного виховання, з метою корекції відхилень у фізичному розвитку глухих дітей, а, отже, забезпечення повноцінного соціального розвитку дитини, що має порушення слуху.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Метою дослідження є обґрунтування методики адаптивної фізичної культури для корекції фізичного розвитку дітей з порушенням слуху в процесі безперервного адаптивного фізичного виховання.

Відповідно до поставленої мети в процесі дослідження вирішувалися такі завдання:

1. Дослідити рівень розвитку морфологічних та функціональних показників дітей, які мають обмеження рухової активності.

2. Вивчити вплив методики адаптивного фізичного виховання, побудованої на основі принципів безперервного і комплексного педагогічного впливу, диференційованого (групового) та індивідуального підходів, на показники фізичного розвитку школярів з порушенням слуху.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Наукові дослідження проводилися на базі Чернівецької спеціальної загальноосвітньої школи-інтернату № 2. В експерименті взяло участь 30 школярів 10-12 років з порушенням слуху по 15 у контрольній та експериментальній групах. Відмінності змісту занять в контрольній та експериментальній групах полягали в засобах і методичних підходах до вирішення корекційних завдань фізичного виховання глухих дітей.

У контрольній групі всі навчальні заняття проводилися згідно з програми з фізичного виховання: 2 уроки фізичної культури на тиждень, 2 уроки лікувальної фізичної культури по 40-50 хвилин і 2 індивідуальних заняття за інтересами. В експериментальній групі методика корекції фізичного розвитку і фізичної підготовленості глухих школярів у процесі безперервного адаптивного фізичного виховання включала такі форми занять: 2 уроки фізичної культури на тиждень, 2 диференційовані уроки лікувальної фізичної культури, 2 індивідуальних корекційних заняття на тиждень (різні види гімнастики, корекційні ігри, вправи, спрямовані на корекцію відставання у фізичному розвитку і фізичній підготовленості).

Для оцінки отриманих даних були застосовані методи математичної статистики: визначення середньої арифметичної величини (M), стандартної помилка середньої арифметичної величини (m). Достовірність при порівнянні результатів оцінювалась за допомогою критерію Стьюдента.

На початку педагогічного експерименту піддослідні контрольної і експериментальної груп за рівнем фізичного розвитку статистично достовірних відмінностей не мали ( $p > 0,05$ ). Отримані дані дозволяють говорити про однорідність експериментальної і контрольної груп до експерименту (табл. 1).

Таблиця 1

**Порівняльний аналіз показників фізичного розвитку школярів 10-12 років з порушенням слуху експериментальної та контрольної груп до початку експерименту**

Показники	Експериментальна група n=15	Контрольна група n=15	Достовірність
	M±m	M±m	
Зріст (см)	150,9±2,1	150,6±2,56	>0,05
Вага (кг)	41,6±2,16	42,8±2,02	>0,05
ОГК (см)	59,6±0,47	59,3±0,54	>0,05
ЖЄЛ (л)	2,04±0,12	1,92±0,10	>0,05

У таблиці 2 представлені результати зміни показників фізичного розвитку глухих школярів за період педагогічного експерименту. Зміни показників фізичного розвитку глухих дітей обох груп мають позитивну тенденцію, однак в експериментальній групі вони більш істотні.

Достовірне поліпшення фізичного розвитку виявлено тільки в показниках окружності грудної клітки (ОГК) і життєвої ємності легень (ЖЄЛ)

школярів експериментальної групи. Показники зросту в контрольній групі збільшилися на 2,2%, в експериментальній – на 4,1% (рис. 1).

Таблиця 2

**Показників фізичного розвитку школярів 10-12 років з порушенням слуху в контрольній та експериментальній групах за період експерименту**

Показники	До експерименту	Після експерименту	Різниця, %	Достовірність
	M±m	M±m		
Контрольна група				
Зріст (см)	150,6±2,56	153,9±2,33	2,2	>0,05
Вага (кг)	42,8±2,02	44,9±1,96	4,9	>0,05
ОГК (см)	59,3±0,54	60,7±0,62	2,3	>0,05
ЖЄЛ (л)	1,92±0,10	2,04±0,12	6,2	>0,05
Експериментальна група				
Зріст (см)	150,9±2,1	157,1±2,33	4,1	>0,05
Вага (кг)	41,6±2,16	46,3±2,26	4,8	>0,05
ОГК (см)	59,6±0,47	62,9±0,54	5,5	<0,05
ЖЄЛ (л)	2,04±0,12	2,56±0,12	25,5	<0,05

ОГК у дітей експериментальної групи до кінця експерименту збільшилася на 5,5%, а у дітей контрольної групи – на 2,3%. ЖЄЛ збільшилася в експериментальній групі на 25,5%, в контрольній – на 6,2% (табл. 3).

Таблиця 3

**Порівняльний аналіз показників фізичного розвитку глухих школярів 10-12 років після педагогічного експерименту**

Показники	Експериментальна група	Контрольна група	Достовірність
	M±m	M±m	
Зріст (см)	157,1±2,33	153,9±2,33	>0,05
Вага (кг)	46,3±2,26	44,9±1,96	>0,05
ОГК (см)	62,9±0,54	60,7±0,62	<0,05
ЖЄЛ (л)	2,56±0,12	2,04±0,12	<0,05

Найбільші прирости показників в експериментальній групі пов'язані на з тим, що в комплексі диференційованих та індивідуальних занять були включені вправи, які зміцнюють «м'язовий корсет». Покращуючи функцію вестибулярного аналізатора, при виконанні вправ з різних вихідних положень, були введені завдання, які передбачали статичне утримання ваги тіла з цих положень, сприяючи тим самим зміцненню м'язів грудної клітки і живота.

Таким чином, результати педагогічного експерименту підтверджують, що впровадження запропонованої методики корекції фізичного розвитку і фізичної підготовленості глухих школярів у процесі безперервного адаптивного фізичного виховання сприяє зближенню параметрів антропометричних показників глухих і чуючих дітей і сприяє ефективній та цілеспрямованій корекції фізичного розвитку глухих школярів.

**Висновки з дослідження і перспективи подальшого розвитку.** Функціональна недостатність рухового аналізатора дітей з порушенням слуху негативно позначається на фізичному розвитку. За багатьма показниками фізичного розвитку (вага, зріст, ОГК, ЖЄЛ) глухі діти по-

ступаються здоровим одноліткам. Методика корекції фізичного розвитку і фізичної підготовленості глухих школярів у процесі безперервного адаптивного фізичного виховання базується на принципах комплексного педагогічного впливу, диференційованого та індивідуального підходів, фізкультурно-оздоровчій та корекційно-розвиваючій спрямованості і полягає у використанні різних по цілям і завданням, але взаємопов'язаних між собою за змістом різних форм занять: уроки фізичної культури, диференційовані заняття ЛФК, індивідуальні заняття. Результати дослідження підтвердили ефективність запропонованої методики – показники фізичного розвитку за досліджуваний період покращилися як в контрольній, так і в експериментальній групах.

Найбільш значне поліпшення показників відбулося в експериментальній групі і становило від 4,1 до 25,5% ( $p < 0,05$ ). У контрольній групі після експерименту показники фізичного розвитку покращилися від 2,2 до 6,2%, але достовірних відмінностей їх змін не виявлено ( $p > 0,05$ ).

З метою подальшого дослідження впливу адаптивної фізичної культури на організм школярів з порушенням слуху доцільним буде вивчення динаміки показників фізичної підготовленості, зокрема швидкісно-силових, координаційних якостей, гнучкості та витривалості у процесі використання методики адаптивного фізичного виховання, побудованої на основі принципів безперервного і комплексного педагогічного впливу, диференційованого (групового) та індивідуального підходів.

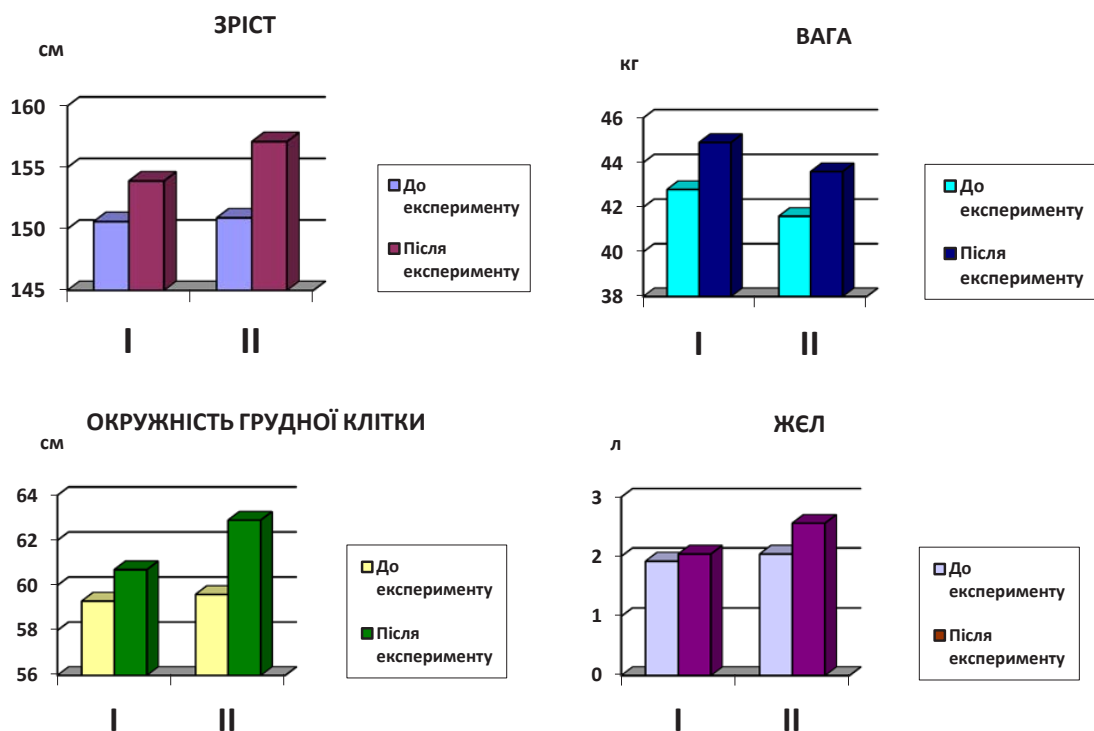


Рис. 1. Зміни показників фізичного розвитку школярів 10-12 років з порушенням слуху контрольної та експериментальної груп до та після експерименту (I – контрольна група, II – експериментальна група)

## Список літератури:

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: зб наук. праць. – К.: Ун-т «Україна», 2012. – № 9(11). – 247 с.
2. Бірюкова Т. В. Особливості фізичного розвитку дітей з вадами слуху / Т. В. Бірюкова // Вісник Київського університету. – 2003. – № 39-41. – С. 137-139.
3. Білецька Л. Інклюзивне навчання: перші кроки на Україні / Л. Білецька, І. Білецька // Дошкіль. виховання. – 2007. – № 4. – С. 12-15.
4. Випасняк І. П. Соціальна інтеграція глухих дітей на основі рухової активності: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: [спец.] 24.00.02 / І. П. Випасняк. – Львів, 2007. – 19 с.
5. Закон України «Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні» (станом на 31 травня 2005 р.) / Верховна Рада України. – К.: Парламентське видавництво, 2005. – 26 с.
6. Єдинак Г. А. Обґрунтування організаційно-методичних умов управління руховою активністю підлітків з церебральним паралічем у режимі дня спеціальних навчальних закладів / Г. А. Єдинак // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць за ред. проф. С. С. Єрмакова. – 2007. – № 1. – С. 31-39.
7. Колишкін О. В. Корекція рухових порушень дітей старшого шкільного віку з розладами слуху засобами адаптивного фізичного виховання: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Колишкін Олександр Володимирович; Південноукраїнський держ. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського (м. Одеса). – Одеса, 2004. – 247 с.
8. Колупаєва А. А. Педагогічні основи інтегрування школярів з особливостями психофізичного розвитку у загальноосвітні навчальні заклади: монографія / А. А. Колупаєва – К.: Пед. думка, 2007. – 458 с.

9. Ляхова І. М. Корекційно-педагогічні основи фізичного виховання дітей зі зниженим слухом (теоретико-методичний аспект): монографія / І. М. Ляхова. – Запоріжжя: ГУ «ЗІДМУ», 2005. – 506 с.
10. Сватъев А. Корекція рухової сфери у глухих дітей / А. Сватъев // Дефектологія. – 2000. – № 3. – С. 36–38.
11. Чічкань М. В. Правове регулювання соціального захисту інвалідів в Україні: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. юрид. наук: 12.00.05 / М. В. Чічкань; Харківський національний університет внутрішніх справ. – Харків, 2009. – 20 с.

**Доцюк Л.Г., Гауряк Е.Д.**

Черновицкий национальный университет имени Юрия Федьковича

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА**

### **Аннотация**

Неотъемлемым компонентом заботы о здоровье является адекватная двигательная активность. Полноценное развитие детей, имеющих нарушения слуха, невозможно без физического воспитания, которое обеспечивает не только необходимый уровень физического развития, но и коррекцию отклонений различных сфер деятельности глухого ребенка. Преодолеть негативные последствия воздействия сенсорного дефекта на социальное и физическое развитие глухих детей, на их физическую подготовленность, помогают специально организованные занятия физической культурой. Коррекция физического развития и физической подготовленности глухих школьников в процессе непрерывного адаптивного физического воспитания базируется на: дифференцированном подходе, физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей направленности и заключается в использовании взаимосвязанных между собой по содержанию различных форм занятий (уроки физической культуры, дифференцированные занятия лечебной физической культурой, индивидуальные занятия).

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, нарушения слуха у детей, физическое развитие, физическая подготовленность.

**Dotsyuk L.G., Gauriak O.D.**

Chernivtsi National University named after Yuriy Fedkovych

## **USING ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE FOR CORRECTION OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF SCHOOLCHILDREN WITH HEARING LOSS**

### **Summary**

An integral component of the health care is adequate physical activity. Full-scale development of children with hearing loss is impossible without physical education, which not only provides the required level of physical development, but also corrects deviations of the various spheres of activity of a deaf child. To overcome the negative effects of sensory defect in the social and physical development of deaf children, in their physical preparedness, helps specially organized physical training. Correction of physical development and physical preparedness of deaf schoolchildren in the process of continuous adaptive physical education based on: a differentiated approach, physical culture and correctional and development focus lies in the use of interrelated content of different forms of employment (the lessons of physical culture, differentiated classes of therapeutic physical training, individual sessions).

**Keywords:** adaptive physical education, hearing loss in children, physical development, physical preparedness.