

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТАРШОКЛАСНИКІВ З ВАДАМИ СЛУХУ

Гауряк Олена Дмитрівна

к, пед. н., доцент

Рудь Артур Миколайович

магістрант

Чернівецький національний
університет імені Юрія Федьковича
м. Чернівці, Україна

Введення/Introduction. У Державній Національній програмі «Освіта» («Україна XXI століття») (2010) вказується на необхідність вдосконалення освіти школярів з вадами психофізичного розвитку, зокрема й з вадами слуху. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я у світі нараховується 250 млн. осіб з особливими потребами, з яких 42 млн. мають вади слуху. Кількість дітей із вадами слуху, на жаль, подвоюється кожні 15–20 років. За даними Міністерства освіти і науки України, що до повномасштабного вторгнення росії на Україну, кількість школярів з вадами слуху складала 5,9 тис., а внаслідок війни та масивних обстрілів цивільної інфраструктури, ці дані однозначно будуть мати тенденцію до збільшення кількості школярів з вадами слуху.

«Глухота – це виражене стійке зниження слуху, яке перешкоджає мовному спілкуванню в будь-яких умовах, навіть із застосуванням звукопідсилюючої апаратури», що в свою чергу має негативні наслідки порушення слуху на рівень здоров'я, працездатність та фізичний розвиток школярів» (Ляхова І. М., 2005).

Провідні науковці Л. Г. Доцюк (2017), Р. І. Іваніцький (2018), Ю. С. Кітлейчук (2019), І. М. Ляхова (2005) та інші, наголошують, що утрата слуху негативно впливає на формування особистості дитини, розвиток функціональних систем й гальмує її соціальну та психологічну адаптацію.

В своїх наукових дослідженнях Бірюкова Т. В. (2003), зауважує, що

«втрата слуху у дітей супроводжується в 62% випадків дисгармонійним фізичним розвитком, в 44% – дефектами опорно-рухового апарату (сколіоз, плоскостопість), в 80% – затримкою моторного та психічного розвитку відхилення у розвитку інтелекту, вегетативно-соматичні розлади. 70-80% дітей із частковою втратою слуху мають супутні захворювання, в тому числі половина з них по 2-3».

Вчений С. І. Колядюк (2015) зазначає, що «до негативного впливу на рухову сферу дітей з порушеним слухом у шкільному віці варто віднести: недостатню точну координацію і невпевненість у рухах, відносну уповільненість оволодіння всіма видами рухових навичок, труднощі збереження статичної і динамічної рівноваги, низький рівень орієнтування у просторі, низький рівень розвитку швидкості, швидкість реакції і швидко і силово якостей, відставання показників сили та станової сили й статичної витривалості». Про те, що школярі з вадами слуху відстають від своїх практично здорових однолітків за рівнем розвитку фізичних якостей, наголошують вчені Деделюк (2014) та Когут І. О. (2016). «Особливо виражене відставання спостерігається за показниками координаційних здібностей (здатності до збереження рівноваги тіла, ритму, управління просторовими і силовими параметрами рухів, орієнтування у просторі, координованості рухів)» зазначають вчені. Разом з тим, усі науковці наголошують, що важливою та невід'ємною складовою навчання старшокласників з вадами слуху є фізична культура, що має на меті адаптувати учнів, до фізичних і соціальних умов навколишнього середовища

Мета/Aim. Визначити особливості фізичної культури старшокласників з вадами слуху.

Матеріали та методи/Materials and methods. Аналіз та систематизація науково-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення/ Results and discussion. У навчальній програмі з фізичної культури для школярів з вадами слуху (2014), йдеться про те, що «мета предмета «Фізична культура» учнів старшої школи

реалізується шляхом застосування комплексного підходу до вирішення загальних навчальних та специфічних корекційно-розвиткових завдань», а саме зміцнення здоров'я і фізичний розвиток дітей зі зниженим слухом; засвоєння теоретичних знань з фізичної культури, гігієни, основ здоров'я та здорового способу життя; формування навичок самостійних занять фізичними вправами, розвитку фізичних якостей, корекції постави, профілактики травматизму; удосконалення функціональних можливостей організму, розвитку основних життєвобезпечуючих систем; розвиток в учнів з вадами слуху моторно рухової сфери, вестибулярного апарату; виховання інтересу, потреби а звички до занять фізичними вправами; профілактика асоціальної поведінки дітей зі зниженим слухом засобами фізичної культури; формування адекватної самооцінки особистості, моральної самосвідомості, цілеспрямованості, впевненості у своїх силах, витримки; виховання індивідуальних морально вольових та психологічних якостей особистості; використання компенсаторних функцій збережених аналізаторів; розвиток просторових уявлень, просторового мислення, навичок орієнтування в просторі; розвиток довільної уваги, довготривалої рухової пам'яті; збагачення словникового запасу спортивною термінологією, формування умінь адекватно користуватись нею під час спілкування; розвиток умінь правильно сприймати (на візуально-слуховій основі) інструкції та команди вчителя, діяти адекватно їх змісту.

Державні стандартні вимоги програми з фізичної культури для «старших» школярів з вадами слуху не відрізняються від вимог масових закладів загальної середньої освіти. Особливості його реалізації накладаються лише в терміни навчання і методики проведення уроків фізичної культури, а також в необхідності врахування сенситивних періодів розвитку основних рухових здібностей і включення в програму спеціальних вправ, спрямованих на корекцію психофізичного розвитку школярів з вадами слуху.

Щодо організації навчально-виховного процесу з фізичної культури в спеціальних закладах освіти для школярів з вадами слуху, то основною формою проведення фізичної культури є урок. До головних вимог сучасного уроку

фізичної культури відносять: забезпечення оптимізації навчально-виховного процесу із застосуванням елементів інноваційних методів та здійснення міжпредметних зв'язків; забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої, розвивальної спрямованості навчального процесу; формування в учнів умінь і навичок самостійно займатися фізичними вправами; забезпечення диференційованого підходу до організації навчального процесу з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі учнів, урахування мотивів та інтересів учнів до заняття фізичними вправами; використання вчителем різноманітних організаційних форм, засобів, методів і прийомів навчання; досягнення оптимальної рухової активності всіх учнів протягом кожного уроку з урахуванням стану здоров'я.

На уроках фізичної культури широко використовуються наступні засоби: загальнорозвиваючі вправи (з предметом та без предметів, в різних вихідних положеннях); циклічні аеробні вправи (біг, ходьба); дихальні вправи (з тривалим видихом); вправи для зміцнення м'язів хребта та елементи корегуючої гімнастики; вправи для розвитку координації; засоби та елементи гімнастики; танцювально-ритмічні вправи й елементи аеробіки. З видів спорту, фахівці з адаптивної фізичної культури, пропонують заняття бадмінтоном, баскетболом, волейболом, тенісом, футболом та інш.

Щодо особливостей роботи зі старшокласниками з вадами слуху, то в початково-методичних посібниках зазначається, що вчитель фізичної культури повинен володіти мінімальним арсеналом жестової мови (мовою знаків); на уроках застосовувати раціональні наочні повідомлення, широко використовувати арсенал відеоматеріалів (візуальний показ); вправи що застосовуються на уроці, завжди демонструються наочно; вчитель при спілкуванні з учнями повинен стояти лицем до учнів так, щоб вони добре бачили його обличчя і губи (артикуляцію); при словесному поясненні слід пам'ятати про виразність своєї артикуляції й уникати міміки і жестів, які не відносяться до теми даного питання; в процесі спілкування з учнями викладач повинен бачити їх очі (зворотну реакцію); вчителю час від часу необхідно

питати в учнів, як вони зрозуміли його, краще двічі перевірити, щоб переконатися в тому, що учні зрозуміли правильно, особливо, якщо йдеться про профілактику травм; вибирати ігри з простими правилами. Використовувати наочні, тактильні й кінестетичні підказки (світло, яскраві прапорці, кеглі, м'ячі); уникати усних підказок; уникати шумових ефектів; організувати взаємодопомогу між учнями; прагнути своєчасно розпізнавати мімічні вияви емоцій; забезпечити добре освітлення приміщення; при пошкодженнях вестибулярного апарату уникати вправ та ігор, які можуть викликати негативні наслідки.

Висновки/Conclusions. Таким чином, глухота має негативний вплив на фізичний розвиток та фізичну підготовленість школярів. Невід'ємною складовою навчального процесу школярів з вадами слуху є фізична культура. Навчально-виховний процес з фізичної культури здійснюється за навчальною програмою предмету «Фізична культура» для школярів з вадами слуху. Основною формою проведення фізичної культури у спеціальних закладах освіти є урок. Вчитель фізичної культури повинен володіти мінімальним арсеналом жестової мови (мовою знаків), застосовувати раціональні наочні повідомлення та використовувати візуальний показ; пам'ятати про виразність своєї артикуляції й уникати міміки та жестів, які не відносяться до теми даного питання. Під час проведення уроку вчитель повинен забезпечувати диференційований підхід до організації навчального процесу з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі учнів, урахування мотивів та інтересів учнів до заняття фізичними вправами. На уроках фізичної культури окрім оздоровчих, виховних та освітніх завдань вирішуються корекційно-оздоровчі, а саме корекція психофізичного розвитку «особливих» школярів з вадами слуху.