

АННОТАЦИЯ

на бакалаврскую работу Филипповой Екатерины Дмитриевны на тему «Развитие координационных способностей у детей 10-11 лет с нарушением слуха средствами комплексной методики»

Массовые исследования слуха в различных странах показали, что примерно 4-6 % от всего населения земного шара имеют нарушение слуха в степени, затрудняющей социальное общение. В России - более 13 млн. людей со сниженным слухом. Кроме этого, по статистике, сегодня на одну тысячу новорожденных появляется один ребенок с врожденной глухотой. По прогнозам врачей, в ближайшие годы эти цифры лишь увеличатся.

Многие ученые утверждают, что занятия с детьми, имеющими нарушение слуха, необходимо начинать, как можно раньше, объясняя это тем, что подобные занятия способствуют развитию ребенка на уровне, близком к нормально слышащим детям. В противном случае, нарушения у ребенка в познавательной и физической сферах с каждым годом могут увеличиваться.

В этой связи, востребованность комплексной методики формирования пространственных представлений, разработанной в целях развития и интеграции детей с депривацией слуха в современное общество, не вызывает сомнений.

Целью исследования являлось обоснование эффективности комплексной методики адаптивного физического воспитания, разработанной для развития координационных способностей и формирования пространственных представлений у детей с дефектами слуха.

В качестве гипотезы выступило предположение, что разработанная нами комплексная методики адаптивного физического воспитания будет способствовать развитию координационных способностей и нормализации пространственных представлений у детей с нарушением слуха, что, в свою очередь, положительно повлияет на формирование социально-бытовых навыков занимающихся. И в ходе исследования гипотеза подтвердилась.

Практическая значимость исследования не вызывает сомнений, так как полученные результаты позволяют рекомендовать инновационную программу адаптивного физического воспитания как метод улучшения координации и пространственной ориентировки детей с нарушением слуха для внедрения в учебный процесс коррекционных групп, школ второго вида, интернатов, специальных дошкольных учреждений.

Структура бакалаврской работы: введение, 3 главы, заключение и список литературы (7 источника).

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
Глава I. Особенности развития координационных способностей у детей с нарушением слуха	7
1.1. Этиология и классификация нарушений слуха.....	7
1.2. Координационные способности и средства их развития у слабослышащих детей.....	11
Глава II. Методы и организация исследования	21
2.1. Методы исследования.....	21
2.2. Организация исследования.....	24
Глава III. Результаты исследования и их обсуждение	25
Заключение	44
Список используемой литературы	46

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Массовые исследования слуха в различных странах показали, что примерно 4-6 % от всего населения земного шара имеют нарушение слуха в степени, затрудняющей социальное общение. При этом, около 2 % населения имеет двухстороннюю значительно выраженную тугоухость и воспринимают разговорную речь на расстоянии менее 3 метров, а до 4% страдают выраженной односторонней тугоухостью [43].

В России - более 13 млн. людей со сниженным слухом. Еще у 4 млн. диагностировано нарушение, обусловленное профессиональной деятельностью и другими факторами. Кроме этого, по статистике, сегодня на одну тысячу новорожденных появляется один ребенок с врожденной глухотой. По прогнозам врачей, в ближайшие годы эти цифры лишь увеличатся.

Многие ученые, в числе которых Ю. А. Пеганов, А. Г. Спицин [30], утверждают, что «...занятия с детьми, имеющими нарушение слуха, необходимо начинать, как можно раньше, объясняя это тем, что подобные занятия способствуют развитию ребенка на уровне, близком к нормально слышащим детям. В противном случае, нарушения у ребенка в познавательной и физической сферах с каждым годом могут увеличиваться».

В этой связи, востребованность комплексной методики формирования пространственных представлений, разрабатываемой в целях развития и интеграции детей с депривацией слуха в современное общество, не вызывает сомнений.

Объектом исследования является учебный процесс по адаптивному физическому воспитанию, организуемый для слабослышащих детей младшего школьного возраста.

Предметом является комплексная методика адаптивного физического воспитания, направленная на развитие координационных способностей и формирование пространственных представлений у детей с дефектами слуха.

Цель исследования: обоснование эффективности комплексной методики адаптивного физического воспитания, разработанной для развития координационных способностей и формирования пространственных представлений у детей с дефектами слуха.

Гипотеза. Предполагается, что разработанная нами комплексная методика адаптивного физического воспитания будет способствовать развитию координационных способностей и нормализации пространственных представлений у детей с нарушением слуха, что, в свою очередь, положительно повлияет на формирование социально-бытовых навыков занимающихся.

Задачи исследования:

1. Провести педагогическое тестирование, с целью выявления уровня развития координационных способностей у слабослышащих детей.
2. Разработать комплексную методику адаптивного физического воспитания, направленную на развитие координационных способностей и формирование пространственных представлений у детей с дефектами слуха.
3. Оценить эффективность комплексной методики адаптивного физического воспитания в рамках педагогического эксперимента.

Научная новизна. Разработана комплексная методика адаптивного физического воспитания, способствующая повышению уровня развития координационных способностей и формированию пространственных представлений у детей с нарушениями слуха.

Практическая значимость: Полученные результаты позволяют рекомендовать инновационную программу адаптивного физического воспитания как метод улучшения координации и пространственной ориентировки детей с нарушением слуха для внедрения в учебный процесс

коррекционных групп, школ второго вида, интернатов, специальных дошкольных учреждений.

«Выбор **методов исследования** осуществлялся в соответствии с целью, задачами и особенностями организации научной работы. Были использованы методы, нашедшие достаточно широкое распространение в научных исследованиях, в практике адаптивного физического воспитания и спорта:

1. Теоретический анализ специальной литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Педагогический эксперимент.
4. Педагогическое тестирование.
5. Методы математической статистики.»

ГЛАВА I

Особенности развития координационных способностей у детей с нарушением слуха (по данным специальной литературы)

1.1. Этиология и классификация нарушений слуха

Многочисленные медицинские исследования причин нарушения слуха, указывают на инфекционные заболевания, токсические поражения, сосудистые расстройства, механические, акустические или контузионные травмы и т.д.

Согласно данным исследований Мазурина А. В., Воронцова И. М. [19]: «Все нарушения слуха делятся на кондуктивные, нейросенсорные и смешанные и зависят от того, какой отдел органа слуха пострадал.

При поражении звукопроводящего отдела (наружное ухо, среднее ухо) может возникать кондуктивная тугоухость (поражении слуха периферическое).

В том случае, если пострадал звуковоспринимающий аппарат (внутреннее ухо, проводящие пути, корковый центр) возникает нейросенсорная тугоухость (поражение слуха центральное).

При поражении звукопроводящего и звуковоспринимающего отдела одновременно появляется смешанная форма тугоухости.

При периферическом поражении возникает тугоухость, при центральном – глухота».

В свою очередь, Байкина Н.Г., Сермеев Б.В. [1] подразделяют «...по своей причине тугоухость и глухоту на наследственную, врожденную и приобретенную».

Таблица 1

Классификация нарушений слуха

В основе некоторых классификаций лежат, как способность ребенка с потерей слуха воспринимать речь на том, или ином расстоянии от говорящего, так и критерии громкости в децибелах.

Так, например, классификация для школы G.Beckman [43]:

Таблица 1

Классификация нарушений слуха

Понижение слуха (дБ)	Вид школы
35-40	Нормальная школа, без слуховых аппаратов, первая парта.
40-60	Нормальная школа с употреблением слуховых аппаратов.
60-90	Школа для слабослышащих с употреблением слуховых аппаратов.
Свыше 90	Школа для глухих.

В книге «Пропедевтика детских болезней» [19] Мазурин А. В., Воронцов И. М. предлагают: «Для определения уровня восприятия разговорной и шепотной речи существует таблица, построенная на пересчете данных тональной аудиометрии:

Таблица 2

Критерии определения уровня восприятия речи

Расстояние, с которого воспринимается речь (м)		Потеря слуха (дБ)
Разговорная	Шепотная	
норма	норма	До 35
4-5	0,5-0,8	35
2-4	0,25-0,5	35-45
1-2	0,25-0,5	45-50
0,25-1	Ушной раковины	50-60
Ушной раковины	Не слышит	65

....».

Исследуя способы повышения уровня физической подготовленности глухих и слабослышащих старших школьников Ю. А. Пеганов, А. Г. Спицин [30] разработали «... новые критерии, учитывающие степень поражения слуховой функции (уровень развития речи при данной степени

поражения слуховой функции; время возникновения нарушения слуха). Критерием оценки нарушения слуховой функции у ребенка является возможность использования остаточного слуха для развития речи». Как пишут авторы: «Разграничение тугоухости и глухоты нужно проводить по следующим критериям:

1) Глухота - стойкая потеря слуха, при которой невозможно самостоятельное овладение речью и разборчивое восприятие речи даже на самом близком расстоянии от уха. По аудиометрическим данным глухота-это не только снижение слуха выше 80дБ, но и потеря или снижение слуха на различных частотах.

2) Тугоухость - стойкое понижение слуха, при котором возможно самостоятельное накопление минимального речевого запаса на основе сохранившихся остатков слуха, восприятие обращенной речи хотя бы на самом близком расстоянии от ушной раковины. По данным аудиометрии, обнаруживается снижение слуха менее 80дБ.».

Согласно данным исследований Мазурина А. В., Воронцова И. М.,[19] в дефектологии выделены две основные категории детей с недостатками слуха: глухие и слабослышащие. Как пишут авторы: « К категории глухих отнесены те дети, для которых, в результате врожденной или приобретенной в раннем возрасте глухоты, невозможно самостоятельное овладение словесной речью. Тогда, как к категории слабослышащих относятся дети, у которых снижен слух, но на его основе возможно самостоятельное развитие речи. Глухие и слабослышащие различаются по способу восприятия речи. Глухие овладевают зрительным (по чтению с губ и лица собеседника) и слухозрительным (при помощи звукоусиливающей аппаратуры) восприятием словесной речи только в процессе специального обучения. Слабослышащие же могут самостоятельно овладевать восприятием на слух речи разговорной громкости в процессе естественного общения с окружающими».

Значение зрительного восприятия речи возрастает в зависимости от тяжести нарушения слуха. Отдельную группу в отношении формирования речи и ее восприятия составляют позднооглохшие.

Янн П.А., автор книг «Воспитание и обучение глухого ребенка: Сурдопедагогика как наука» [41]: «Позднооглохшие дети отличаются тем, что к моменту наступления у них нарушения слуха они обладали уже сформировавшейся речью. У них может быть разная степень нарушения слуха и разный уровень сохранности речи (т.к., после возникновения нарушения слуха без специальной педагогической поддержки словесная речь начинает распадаться), но все они имеют навыки словесного общения, в той или иной степени сформировавшееся словесно-логическое мышление. Для таких детей при поступлении в специальную школу (школа для слабослышащих детей) важной первоочередной задачей является освоение навыков зрительного или слухозрительного восприятия обращенной к ним речи».

На основе педагогической классификации осуществляется дифференцированное специальное образование для детей, имеющих разную степень нарушения слуха и соответствующий уровень речевого развития.

По мнению Яшковой И.В. [], «...позднооглохшие дети, как правило, учатся в школе для слабослышащих детей; глухому ребенку с высоким уровнем речевого развития и сформированными навыками восприятия устной словесной речи также целесообразно посещать школу для слабослышащих».

Уже давно не вызывает сомнений тот факт, что для нормального физического и психического развития ребенка необходима двигательная активность.

Развитие основных движений очень важно для детей с нарушениями слуха. Оно осуществляется как на занятиях, так и в самостоятельной повседневной жизни. Основными формами физического

воспитания в дошкольных и школьных учреждениях для детей с нарушениями слуха являются:

- Утренняя гимнастика благоприятно воздействует на весь организм, повышает его работоспособность, формирует правильную походку. В утреннюю гимнастику включаются простые построения, ходьба, бег, подскоки, подвижные игры. Продолжительность утренней зарядки от 4 до 12 минут, в зависимости от возраста детей.

- Занятия по адаптивному физическому воспитанию проводятся два раза в неделю. Программа включает: построения, ходьбу, прыжки, бег, ползание, лазание, перелезание.

- Физкультурные минутки снимают напряжение во время занятия, предупреждают появление утомления [5].

- Подвижные игры позволяют стимулировать активную деятельность детей во время занятия. Большинство специалистов, в числе которых Гужаловский А.А. [8], Кожухова Е., Рыжкова Л. [11], Менхин Ю. [21], Тер-Ованесян А.А. [36], Фатеева Л. [38], едины во мнении, что в процессе проведения подвижных игр у детей с нарушением слуха развивается и совершенствуется точность движений, пространственная ориентировка, формируется реакция на словесный и звуковой сигнал.

1.2. Координационные способности и средства их развития у слабослышащих детей

Перспективность исследования методики развития координационных способностей у детей школьного возраста с нарушениями слуха доказывает ее прямая связь с миссией, задачами образования, нацеленными «на развитие физических качеств, способствующих правильному формированию организма ребенка, развитию равновесия, координации движений; становлению целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере» [37].

В условиях современности, дети всех возрастов ежедневно проводят по несколько часов у телевизоров, компьютеров, планшетов, что влечет за собой

гиподинамию, нарушение осанки, ухудшение зрения, перестраивание центральной нервной системы на более быструю информацию. Как пишет Максименко А.М. [20]: «Мозг ребенка «перепрограммируется» на использование быстрых образов и изменяющихся звуков, теряет способность усваивать информацию в нормальном темпе, не может воспринимать интегративную мультисенсорную модель обучения (слух, зрение, вкус, тактильные ощущения, движение и равновесие)».

Учеными, в числе которых Ашмарин Б.А. [34], Холодов Ж., Кузнецов В. [39], Курамшин Ю.Ф.[34] и другие, выявлено, что развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей оказывает стимулирующее влияние на формирование таких функций, как произвольное внимание, память, мышление, воображение, приведение в норму параметров восприятия информации, оказывающих существенное влияние на формирование умственной сферы ребенка, что помогает его успешному обучению в школе. Ведь развитие координационных способностей – это формирование основ всей двигательной деятельности человека.

В качестве отправной точки, при определении понятия «координационные способности» может служить термин «координация» (от лат. *coordination* – согласование, сочетание, приведение в порядок) [22].

Известный ученый в области биомеханики движений, Вильчковский Э.С. [4], предложил выделять «...три вида координации при выполнении двигательных действий – нервную, мышечную и двигательную:

«Нервная координация - согласование нервных процессов, управляющих движениями через мышечные напряжения. Это согласованное сочетание нервных процессов, приводящее в конкретных условиях (внешних и внутренних) к решению двигательной задачи.

Мышечная координация – это согласование напряжения мышц, передающих команды управления на звенья тела, как от нервной системы, так и от других факторов. Мышечная координация не однозначна нервной, хотя и управляется ею.



Рис. 1. Классификация координационных способностей
(по В. И. Лях, И. В. Афанасьевой, С. Д. Бойченко)

Двигательная координация – согласованное сочетание движений звеньев тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное, соответствующее двигательной задаче, внешнему окружению и состоянию человека. И она не однозначна мышечной

координации, хотя и определяется ею».

Самыми известными в России являются классификации координационных способностей, разработанные ведущими отечественными специалистами по этой проблеме.

Так, например, классификация В. И. Ляха [17] широко известна, соотносится с классификациями зарубежных авторов, во всяком случае, не противоречит им, хотя имеет свои особенности. Согласно этой классификации, «...координационные способности подразделяются на общие специальные и специфические, которые, в свою очередь, состоят из способностей, основанных на проприоцептивной чувствительности, способностях к равновесию, ритму, ориентации в пространстве, реагированию; также, отдельно выделяется способность к произвольному мышечному расслаблению».

В предложенных исследователями классификациях координационных способностей идет речь о потенциальных и актуальных (реализованных) координационных способностях, которые в количественном отношении необходимо подразделять на сложные и простые (рис.1)

Специалисты в области физической культуры и спорта едины во мнении, что основным средством воспитания координации являются физические упражнения повышенной координационной сложности и содержащие элементы новизны. Развитые координационные способности влияют на темп, вид и способ усвоения техники движений, а также - на ее дальнейшую стабилизацию и ситуационно-адекватное разнообразное применение, ведут к большей плотности и вариативности процессов управления движениями, к увеличению двигательного опыта.

При этом, необходимо сочетание, то есть, координация мышц конечностей с движениями других частей тела. Большое значение, при этом, имеют корригирующие влияния, рефлекторно осуществленные вестибулярным аппаратом, мышцами тела, зрительным анализатором и тактильным рецептором мышц кисти. Это - физиологическая основа развития

координационных способностей, в частности, дифференциация усилия, времени и пространства.

Все сказанное, в первую очередь, осуществляется благодаря основному методу развития координационных способностей – игровому методу.

Учитывая данный факт, в дошкольном и младшем школьном возрасте, в целях воспитания координационных способностей, большое внимание уделяется подвижным играм.

По мнению специалистов, подвижные игры развивают способность адекватно оценивать временные и пространственные отношения, одновременно воспринимать многое и реагировать на воспринятое. Подготовка к проведению подвижной игры имеет особенную важность в тех случаях, когда игра предлагается впервые и педагог просто не в состоянии предвидеть все возможные ситуации, которые могут сложиться в процессе игры [2,6,10,13,].

Согласно мнению Кузмичевой Е.В. [14], «...выбор игры, прежде всего, зависит от общих задач урока, при постановке которых, главными критериями являются возрастные особенности детей, их развитие, физическая подготовленность, количество занимающихся».

В дополнение приведем цитату из работы Шашиной В. [40]: «При выборе подвижной игры следует обязательно учитывать форму занятий (прогулка, урок, перемена, праздник). Урок и перемена ограничены временными рамками, кроме того, задачи и содержание игр на перемене несколько другие, чем на уроке. На праздниках, как правило, используются массовые игры и аттракционы, в них могут участвовать дети разного возраста и различной физической подготовленности».

Следует также помнить, что выбор подвижной игры зависит и от места ее проведения. В случае, если игры организуются на улице, то следует учитывать погодные условия (особенно в зимний период). Когда температура воздуха низкая, то выбирается более подвижная игра, предусматривающая активные действия участников. Отметим, что в зимнюю холодную погоду

нельзя использовать такие игры, в которых детям приходится подолгу стоять, ожидая своей очереди. В свою очередь, в жаркую погоду, как раз и целесообразно проводить малоподвижные игры, в которых участники поочередно выполняют игровое задание [24,25,26].

На выбор игры также оказывают влияние наличие пособий и инвентаря. Игра может не состояться, если соответствующий инвентарь отсутствует или, если он был неудачно подобран.

Руководитель использует подвижные игры, взятые им из программы по физической культуре и различных сборников.

Согласно рекомендациям Нищевой Н. [23]: «В том случае, если подвижная игра проводится на воздухе, то следует сначала снять дерн, либо подобрать ровную зеленую площадку, которая не требует проведения этого действия.

Площадку для зимних игр нужно очистить от снега, утрамбовать и соорудить снежный вал по краям. При проведении некоторых игр ее иногда посыпают песком».

Подвижная игра должна быть обеспечена необходимым инвентарем. К инвентарю относятся флажки, мячи разного размера; жилетки, либо повязки, скакалки, палки, обручи и т.д. При этом, отметим, что инвентарь должен быть ярким, а в игре он должен быть заметным, его масса и размер должны быть посильными для играющих.

После того, как руководитель объясняет участникам правила игры, последние получают инвентарь, либо расставляют его на площадке.

Непосредственно перед тем, как провести игру, руководитель должен тщательно продумать весь процесс игры и предусмотреть любые возможные ситуации, которые могут возникнуть в ходе игры. Разумеется, что, прежде всего, следует предусмотреть и предотвратить все возможные неблагоприятные явления [6].

Если руководитель хорошо знает коллектив играющих, то будет целесообразно, если он заранее наметит роли игроков и придумает, как можно вовлечь в игру пассивных и слабых школьников.

Перед тем, как начать объяснение игры, следует разместить участников таким образом, чтобы они могли хорошо видеть руководителя и могли слышать его рассказ. Лучше всего будет построить играющих так, чтобы они могли принять исходное положение, из которого смогут начать игру.

На успех игры оказывает значительное влияние правильное ее объяснение. Как мы уже упоминали выше, перед тем, как начать игру, руководитель должен ясно представить себе ее содержание, заранее проанализировать ее и только потом уже приступить к объяснению самой игры. Рассказывать необходимо кратко, поскольку затянутое объяснение может помешать восприятию игры. Исключением являются игры в младших классах, их можно объяснить в сказочной, увлекательной форме. Рассказ должен быть последовательным и логичным.

Необходимо отметить, что среди многих организаторов и ведущих игр существует тенденция назначать капитана команды, либо предоставлять возможность командам самим сделать этот выбор. Вместе с тем, при назначении капитана команды, дети начинают подозревать о наличии любимчиков, причем, в независимости от того, было это назначение справедливым или нет. Кроме того, команды могут выбрать лидера еще и потому, что он является самым сильным в их группе. Такой лидер может запугивать, либо обижать остальных детей [7].

В пособии «Подвижные игры» [2] Былеева Л., Коротков И., Климкова Р., Кузьмичева Е. пишут: «Руководителю игры необходимо установить такой порядок, чтобы каждый ребенок имел возможность быть водящим поочередно. Распределение на команды может производиться самыми разными способами. Важной является роль капитанов команд, поскольку они отвечают за поведение всей команды, в целом и за отдельных ее игроков. Капитан имеет право распределять командные роли, следить за соблюдением

правил и дисциплиной. Капитан является помощником руководителя. Капитана может назначить руководитель, либо его могут выбрать непосредственно сами играющие. Как правило, сначала составляют команды и лишь затем уже выбирают капитана».

С предыдущим мнением согласны и Варлоломеева З.С., Максимихина Е.В., Шивринская С.Е. [3]. «Руководителем для каждой игры выбираются помощники, следящие за соблюдением правил. Помимо этого, они ведут учет результатов игры, раздают и расставляют инвентарь. Крайне желательно, чтобы в течение учебного года в роли помощников смогли побывать все учащиеся, поскольку они являются будущими организаторами игры» - пишут авторы в пособии «Формирование физической культуры личности младших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика» [3].

Руководство подвижной игрой имеет крайне важное значение для решения поставленных в уроке задач (образовательных, оздоровительных, воспитательных). От правильного руководства игрой, в конечном итоге, зависит поведение играющих, равно, как и успешное усвоение детьми игры.

Обязательным условием каждой подвижной игры является беспристрастное судейство. В том случае, если участники не соблюдают правила игры, то и сама игра практически полностью утрачивает свою педагогическую ценность.

Ермоленко Е.К. [9] акцентирует внимание на том, что «...важная обязанность руководителя - не только правильно выбрать и начать подвижную игру, но и разумно ее дозировать и вовремя закончить. В подвижной игре нагрузка дозируется увеличением или уменьшением общей подвижности участников. Правильная организация подвижной игры подразумевает не только ее правильное проведение, но и своевременное окончание. Крайне нежелательно преждевременно заканчивать игру, равно, как и беспричинно ее затягивать. Длительность подвижной игры

непосредственно зависит от ее характера, состава занимающихся и условий занятий».

Ну и наконец, нельзя не отметить, что важнейшее значение имеют и подведение итогов игры, определение ее результатов, выявление ошибок и неверных действий. Перед непосредственным объявлением результатов, руководитель должен создать спокойную обстановку; если это необходимо, то он должен собрать сведения у помощников и счетчиков очков, а затем громко объявить результаты.

Являются абсолютно недопустимыми какие-либо споры и пререкания с судьей. Решение судьи не обсуждается и не подвергается сомнению. Объявлять результат игры необходимо кратко, нельзя делать никому никаких поправок, поскольку детей следует сразу же приучать к правильной оценке их действий и поступков. Объективный разбор игры способствует приучению занимающихся к правильной и адекватной самооценке.

Садыкова С., Лебедева Е. [28] обращают внимание на то, что «...в том случае, если игра проводилась впервые, то следует разобрать ее более подробно, чтобы допустить, как можно меньше ошибок при ее повторном проведении».

Таким образом, анализ специальной литературы показал, что в настоящее время для работы с лицами, имеющими нарушение слуха, разработаны инновационные методики, использующие средства разных видов адаптивной физической культуры. К наиболее известным, относятся работы: Добрыниной Л.А. «Адаптивное физическое воспитание глухих дошкольников на основе развития координационных способностей» (2002г.), Козырнова Г.В. «Исследование особенностей методики физического воспитания глухих школьников (на материале фехтования)» (1972г.), Осколковой Е.А. «Занятия плаванием как средство коррекции нарушения дыхательной функции у слабослышащих подростков» (2003г.), Тихоновой З.К. «Коррекция психомоторики детей с нарушениями слуха средствами АФК, на примере спортивного ориентирования» (2003г.) и другие.

Однако, следует отметить, что проблема развития координационных способностей, особенно, формирования пространственных представлений у детей с нарушением слуха, разработана недостаточно и требует дальнейших научных исследований и методического обеспечения.

ГЛАВА II

Методы и организация исследования

2.1. Методы исследования

Выбор **методов исследования** осуществлялся в соответствии с целью, задачами и особенностями организации научной работы. Были использованы методы, нашедшие достаточно широкое распространение в научных исследованиях, в практике физического воспитания и спорта [17]:

1. Теоретический анализ специальной литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Педагогический эксперимент.
4. Педагогическое тестирование.
5. Методы математической статистики.

В ходе *теоретического анализа* было изучено и обобщено статьи и другие научные публикации, отражающие состояние исследуемой нами проблемы.

Педагогические наблюдения осуществлялись за детьми с нарушением слуха на занятиях ЛФК, на уроках труда, на переменах. В процессе наблюдений анализировались: точность выполнения заданий слабослышащими детьми; способность выполнять разнообразные двигательные действия (например, могут ли они попасть ниткой в иголку, собрать мозаику; каким образом они перешагивают пороги, обходят других людей и т.д.); эмоциональный настрой и интерес к занятиям.

Педагогический эксперимент был организован на базе школы-интерната №3 для слабослышащих и позднооглохших детей г. Самары, в течение 6 месяцев, в период с сентября 2017 года по февраль 2018 года.

Из числа слабослышащих учеников 10 - 11 лет были сформированы две группы, по 8 мальчиков в каждой: экспериментальная и контрольная. Каждая группа посещала уроки адаптивного физического воспитания и занятия в бассейне.

Экспериментальная группа занималась по разработанной нами комплексной методике, направленной на развитие координационных способностей с акцентом на развитие координационных способностей. В целом, и формирование *пространственных представлений* у слабослышащих детей, в частности: одно занятие проходило в спортивном зале, второе занятие - в бассейне. *Комплексная методика* включала легкоатлетические упражнения, подвижные игры, занятия плаванием с подвижными играми на воде.

В рамках эксперимента проведено *педагогическое тестирование*, результаты которого позволили выявить уровень развития координационных способностей у испытуемых с нарушением слуха:

- 1 тест - «Поза Ромберга». Стоя на одной ноге (вторая согнута в коленном суставе), руки вытянуты вперед, глаза закрыты. Удержание на время.

- 2 тест - «Удержание равновесия «Ласточка». Исходное положение руки в стороны, нога поднята параллельно полу, глаза открыты. Удержание исходного положения на время.

- 3 тест - «Броски и ловля теннисного мяча». Двумя руками с расстояния одного метра от стенки, в течение 30 сек, в максимальном темпе.

- 4 тест - «Прыжок через веревочку». Высота веревочки 30см от пола. Толкаться необходимо двумя ногами и приземляться на две ноги. Оценивается по 10 бальной шкале:

- 0 - не понял задание;

- 1 - не смог перепрыгнуть веревочку;

- 2 - прыгнул, но упал. Толкался одной ногой;

- 3 - толкнулся одной ногой и приземлился на одну ногу, но при этом

- зацепился за веревочку;

- 4 - толкнулся одной ногой и приземлился на одну ногу;

- 5 - толкнулся одной ногой и приземлился на две ноги;

- 6 - толкнулся двумя ногами и приземлился на одну ногу;

- 7 - толкнулся двумя ногами и приземлился на две ноги, но потом упал;

- 8 - толкнулся двумя ногами и приземлился на две ноги, но шагнул в сторону;

- 9 - прыгнул боком (но правильно);

- 10 - толкнулся двумя ногами и приземлился на две ноги.

• 5 тест «Прыжок с поворотом на 360 градусов». Оценивается по 10 бальной шкале:

- 0 - не понял задание;

- 1 - прыгнул, но вверх, затем упал;

- 2 - прыгнул вверх, без поворота;

- 3 - прыгнул с поворотом до 90 градусов, упал или приземлился не точно;

- 4 - прыгнул с поворотом до 90 градусов, приземлился точно, где стоял;

- 5 – прыгнул, выполнил поворот до 180 градусов, упал;

- 6 – прыгнул, выполнил поворот до 180 градусов, приземлился не точно;

- 7 – прыгнул, выполнил поворот до 180 градусов, приземлился точно на исходное место.

- 8 - выполнил прыжок на 360 градусов, но упал;

- 9 - правильно сделал, приземлился не точно;

- 10 - выполнил прыжок, приземлился в исходном месте.

Полученные в результате тестирования показатели обсчитывались *методами математической статистики* и заносились в таблицы. Вычислялись: среднее арифметическое значение (X) - одна из основных характеристик выборки; стандартное отклонение (σ) характеризует степень отклонения результатов от среднего значения в абсолютных единицах, показывает плотность распределения результатов в группе около среднего

значения, или однородность группы. Достоверность результатов исследования определялась по t – критерию Стьюдента [13].

2.2. Организация эксперимента

Исследование проводилось в период с января 2017 года по апрель 2018 года), в 4 этапа:

- 1 этап (январь - май 2017г.) - анализ литературных источников, определение цели и задач исследования, определение гипотезы.
- 2 этап (июнь - август 2017г.) - подбор методов исследования и диагностики детей младшего школьного возраста, разработка методики, направленной на развитие координационных способностей, с акцентом на воспитание пространственных представлений у слабослышащих детей.
- 3 этап (сентябрь 2017г. - февраль 2018г.) – организация и проведение педагогического эксперимента в целях апробации экспериментальной методики, направленной на развитие координационных способностей, с акцентом на воспитание *пространственных представлений* у слабослышащих детей.
- 4 этап (март - апрель 2018г.) – полученные показатели тестирования обрабатывались методами математической статистики, оформлялась бакалаврская работа.

ГЛАВА III

Результаты исследования и их обсуждение

Как показал анализ специальной литературы, большинство специалистов-сурдологов едины во мнении, что основная цель помощи детям с нарушением слуха заключается в обеспечении их социального, эмоционального, интеллектуального и физического роста.

Как пишут Мазурин А. В., Воронцов И. М. [14]: «Основная патология может вызвать цепочку следствий, которые, возникнув, становятся причинами новых нарушений и являются сопутствующими. Выявлено, что потеря слуха у детей сопровождается дисгармоничным физическим развитием в 62% случаев, в 43,6% - дефектами опорно-двигательного аппарата, в 80% случаев – задержкой моторного развития. Сопутствующие заболевания наблюдаются у 70% глухих детей».

Следовательно, в процессе работы с детьми, имеющими нарушения слуха и речи, основное внимание должно быть сосредоточено на раскрытии своеобразия ребенка, на создании для него индивидуальной коррекционно-развивающей программы, основанной на всестороннем комплексном изучении особенностей его развития.

Педагогический эксперимент был организован нами на базе школы-интерната для слабослышащих и позднооглохших детей г. Самары. На начальном этапе, в исследовании принимали участие слабослышащие мальчики 10 – 11 лет, в количестве 34 человек.

В результате первичного тестирования нами были получены данные, характеризующие развитие координационных способностей у слабослышащих учеников 10 – 11 лет.

На основе анализа исходных показателей, из всех участников входного тестирования были отобраны 16 слабослышащих мальчиков, из которых сформированы приблизительно равные группы по уровню развития координационных способностей, по 8 человек в каждой: экспериментальная и контрольная (таблица 3).

Результаты тестирования координационных способностей у детей экспериментальной (n=8) и контрольной групп (n=8), до эксперимента (сентябрь 2017 года)

Показатели	Контрольная группа		Экспериментальная группа		t-критерий Стьюдента
	X	σ	X	σ	
Поза Ромберга (сек)	10,2	1,2	9,4	1,2	2,3
Удержание равновесия «Ласточка» (сек)	22,3	1,8	22,1	1,8	2,26
Броски и ловля теннисного мяча (кол-во пойманных мячей)	12,9	1,4	13,1	1,4	2,34
Прыжок через веревочку (баллы)	4,5	0,8	4,9	0,8	-
Прыжок с поворотом на 360 градусов (баллы)	4,6	0,8	4,5	0,8	-

В период проведения педагогического эксперимента, все участники исследования посещали уроки адаптивного физического воспитания и занятия в бассейне.

Кроме того, дети экспериментальной группы занималась по разработанной нами комплексной методике адаптивного физического воспитания, направленной на развитие координационных способностей, с акцентом на воспитание *пространственных представлений* у слабослышащих детей (одно занятие проходило в спортивном зале, второе занятие в бассейне). *Комплексная методика* включала легкоатлетические упражнения, подвижные игры и подвижные игры на воде.

Комплексная методика адаптивной физической культуры для слабослышащих детей 10 - 11 лет

Комплексная методика состоит из двух блоков: занятий в зале и занятий в бассейне (рис. 1). Это сочетание благоприятно воздействует на психоэмоциональное состояние детей, чему способствует смена окружающей среды (план-график).

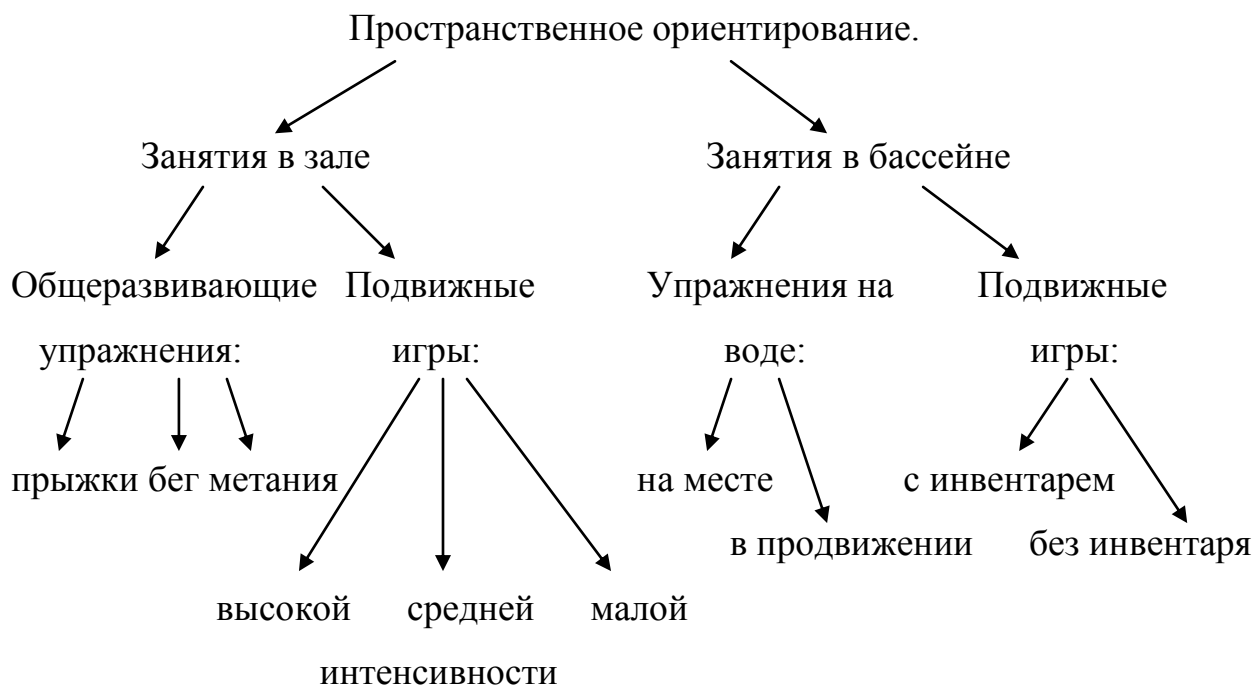


Рис. 1. Содержание комплексной методики АФВ

Как известно, основной формой организации проведения учебного процесса по адаптивному физическому воспитанию учащихся являются уроки, проводимые 2 раза в неделю по 40 минут [20].

В этой связи, структура учебного занятия со слабослышащими детьми также имела традиционную форму (урочную), состоящую из: подготовительной, основной и заключительной частей.

Однако, согласно рекомендациям Коржовой А.А [12], «...построение занятий по физическому воспитанию учащихся с проблемами в развитии отличается от обычных и имеет свои методические особенности с учетом диагноза заболевания».

- Первая часть – подготовительная: её продолжительность составляла 7-12 минут и в неё были включены общеразвивающие гимнастические упражнения, проводимые в медленном темпе, чередуемые с дыхательными упражнениями. Нагрузка повышается постепенно (каждые 3

занятия), путем выполнения упражнений на различные мышечные группы и увеличения числа повторений каждого движения.

Использовались такие упражнения, как прыжки: на месте, через предметы, на специальном оборудовании; беговые упражнения: с изменением направления, из разных исходных положений; различные метания: мешочка, теннисного и волейбольного мячей, на дальность, на точность. Пример упражнений:

Метание:

1. Метание мешочка (200г) на дальность (правой и левой рукой).
Коррекционная направленность: дифференцирование пространственных и мышечных усилий, координация движения.

2. Метание мешочка сверху, снизу, сбоку. Коррекционная направленность: координация движений, дифференцирование пространственных параметров.

3. Метание теннисного мяча в цель. Коррекционная направленность: развитие глазомера, пространственное ориентирование.

4. Броски волейбольного мяча из-за спины, поймать спереди.
Коррекционная направленность: координация движений.

5. Упражнения в парах, броски из-за головы, спины, правой рукой, левой рукой, сбоку. Коррекционная направленность: взаимодействие в парах, дифференцирование мышечных усилий.

6. Передача волейбольного мяча из руки в руку: за коленными суставами, за поясницей, за шеей. Коррекционная направленность: координация движений.

Дыхательные упражнения:

1. И.П. – стоя, руки вытянуты вперед, голова опущена, на «раз - два» разогнуть голову, поднять руки вверх – в стороны (вдох), на счет «три-четыре» опустить голову, вернуться в и.п. (выдох). В медленном темпе.

2. И.П. – о.с. На «раз» руки в стороны, расправить грудную клетку (вдох), на «два-три» наклон вперед и подтянуть колено к груди (выдох), на

«четыре» (пауза в дыхании) вернуться в исходное положение. На следующие четыре счета повторение упражнения, подтягивая к груди другое колено.

3. И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки перед грудью. На «раз-два» поворот туловища в сторону с отведением рук (вдох), на «три-четыре» возвращение в и.п. (выдох).

4. И.П. – стоя, ноги на ширине плеч, руки в замок. На «раз» - резко опустить руки, произнося «у-у-ух» (выдох). На «три-четыре» принимать и.п.

- Вторая часть - основная, продолжительностью 15-23 минуты, в которую входили подвижные игры различной интенсивности.

Критериями отбора данных игр служили следующие положения:

1. Игры должны быть разнообразными и не сложными по структуре движений и подбираться на занятия с учетом ранее приобретенных детьми навыков.

2. Основными упражнениями в играх должны быть виды естественных движений, таких, как бег («К своим флажкам»), прыжки («Прыгающие воробушки»), метания («Сбей кеглю»), преодоления препятствий («Гуси-лебеди»), упражнения на внимание («Класс!»).

3. Двигательное содержание игр должно быть сведено к развитию основных физических качеств: быстроты, ловкости, выносливости, силы и сочетания этих качеств: скоростно-силовых, координации, пространственного ориентирования, быстроты реакции и т.д.

4. Инвентарь, применяемый в играх, должен быть разнообразным (мячи, кегли, кубики, обручи и т.п.) и содействовать решению задач, поставленных на занятии.

Так, например, в занятия включались такие игры:

«Перестрелка».

Цель: развитие точности, координации, пространственной ориентировки.

Количество игроков от 6 и более (четное количество игроков).

Инвентарь: мяч.

Инструкция: Две команды строятся напротив друг друга. Мяч у одной из команд. Участники выбивают друг друга мячом. Игрок которого задевает мяч идет за команду соперников («в плен») и от туда пытается выбивать соперников. Если он попадает, то возвращается в свою команду, а «подстреленный» идет в «плен». Выигрывает та команда у которой будет больше пленников.

Правила: мяч нельзя кидать в лицо [13].

«День-ночь».

Цель: развитие координации, пространственной ориентировки, скоростных качеств.

Количество игроков от 4 и более (четное количество игроков).

Описание игры: Дети делятся на две команды. Одна команда «День», другая «Ночь». По команде руководителя «День», команда «День» убегает, команда «Ночь» догоняет. И наоборот. Участники «саят» друг друга касанием руки. Выигрывает та команда у которой больше «осаленных».

Правила: толкать участников нельзя.

«Космонавты».

Цель: развитие ориентировки на площадке, быстроты, воспитание выдержки, развитие речи и памяти.

Инвентарь: кегли, обручи.

Описание игры: Дети строятся в круг, берутся за руки. Идут по кругу, и говорят: «Ждут нас быстрые ракеты для полета по планетам

На какую захотим на такую полетим!

Но в игре один секрет: опоздавшим места НЕТ».

После слова НЕТ все дети разбегаются, и пытаются занять место в ракете (обруч, а в нем стоят несколько кегель). Космонавт должен поднять руку с кеглей вверх. Затем все собираются в общий круг и игра повторяется.

Выигрывают те дети, которые совершили больше полетов в космос.

Правила: 1. Разбигаться по ракетам раньше того, как сказано последнее слово, нельзя.

2. Запрещается сталкивать товарищей с занятых на ракетах мест. Кто это сделает, теряет место в полете.

«Волк во рву».

Цель: воспитание решительности, ориентировка в пространстве.

Подготовка: посередине зала проводятся две параллельные линии на расстоянии 2 – 3 метра. Этот коридор – «ров». Выбираются 1-2 водящих – «волки». Они встают во рву. Остальные дети строятся около линии дома – они «козочки».

Описание игры: После сигнала руководителя. Дети бегут из дома на пастбище, а волк старается их поймать. Тоже самое в обратном направлении. Через 5 минут «Волк» меняется.

Выигрывают те дети, которых ни разу не поймали.

«К своим флажкам».

Цель: развитие быстроты, ориентировки на площадке, памяти.

Подготовка: играющие делятся на несколько групп по 2-3 человека, становятся в кружки. В центре каждого кружка флажок или кегля определенного цвета.

Описание игры: все играющие разбегаются по сигналу руководителя, и встают лицом к стенке. В этот момент расположение флажков меняется. Руководитель дает сигнал: «все к своим флажкам!». Играющие бегут к своим флажкам или кеглям.

Выигрывает группа построившееся в кружок первой.

Правила: 1.Играющим нельзя поворачиваться, до сигнала руководителя. Если кто-то это сделал группа проигрывает.

«Шишки, желуди, орехи».

Цель: воспитание быстроты реакции, ориентировки на площадке.

Подготовка: играющие становятся в колонну по трое лицом в центр круга. Водящий – в центре круга. Первые в колоннах – «шишки», вторые «желуди», третьи – «орехи».

Описание игры: по сигналу водящий произносит любое из трех названий. Например, «орехи» и все орехи должны поменяться местами, а водящий должен занять свободное место. Кому не хватило место становится новым водящим и игра продолжается.

«Вышибалы».

Цель: развитие скоростных качеств, ловкости, пространственной ориентировки.

Подготовка: в зале чертятся две линии на расстоянии 6-8 м. Выбираются два водящих. Они располагаются за линиями, лицом в центр. Остальные игроки – в центре.

Описание игры: по команде руководителя водящие выбивают мячом игроков, перебрасывая мяч друг другу. Кого мяч задевает, тот садится на скамейку или выполняет какое-нибудь задание, и игра продолжается.

Выигрывают игроки которых ни разу не осалили.

Правила: 1. Бросать мяч можно только руками.

2. Целиться в голову нельзя, за это игрок наказывается.

«Класс!».

Цель: развитие внимания.

Подготовка: игроки строятся в одну шеренгу.

Описание игры: руководитель показывает разные упражнения, а игроки должны их выполнять если слышат слово – «класс». Например, «Класс» руки в стороны игроки выполняют, но если это слово не прозвучало, то выполнять это задание не надо. Игрок выполнивший делает шаг вперед и игра продолжается дальше.

Выигрывают игроки, которые ни разу не сделают шаг вперед или с наименьшим числом шагов [13].

«Земля, небо, вода».

Цель: развитие внимания.

Подготовка: игроки строятся в колонну по одному.

Описание игры: игроки идут по кругу и слушают задания руководителя. По команде «земля» игроки должны выполнить упор присев, по команде «небо» - поднять руки вверх и по команде «вода» - встать на носки и поставить руки на пояс. Руководитель может произносить эти слова в любой последовательности. Количество слов может быть любым и значение их не регламентируется. Игрок выполнивший задание не правильно присаживается на скамейку и игра продолжается.

Выигрывают игроки, которые остаются последними (это может быть 1 или несколько, на усмотрение руководителя).

Методические указания: детей необходимо предупредить, что игра должна быть «на честность».

При отборе игрового материала важно учитывать *физиологическую стоимость по частоте сердечных сокращений (ЧСС)*. С этой целью игры ориентировочно классифицированы по степени интенсивности двигательной деятельности на низкую или малую, среднюю и высокую степень нагрузки (за основу взят показатель увеличения ЧСС относительно исходного уровня в процентах):

Таблица 4

Классификация интенсивности по ЧСС

Уровень интенсивности	малая	средняя	высокая
Увеличение ЧСС	до 30%	от 30 до 50%	от 50 до 90%

В числе отобранных игр есть игры, не связанные с большой физической нагрузкой. Они содействуют организации внимания, развитию глазомера, памяти, ориентировки занимающихся (например, «Сбей кеглю», «Циркачи», «Продвинь дальше», «Класс!»).

В качестве примера приведем краткий план-конспект одного занятия в спортивном зале:

Таблица 5

План-конспект занятия в спортивном зале

Часть занятия	Описание упражнения	Дозировка	Методические указания
Подготовительная	<p>Построение</p> <p>1. Ходьба;</p> <p>2. Бег в медленном темпе;</p> <p>3. ходьба;</p> <p>Построение в одну шеренгу</p> <p>4. Бег из разных исходных положений (спиной вперед, из упора присев, из упора лежа, из поворотов на месте).</p> <p>5.ОРУ:</p> <ul style="list-style-type: none"> -наклоны головы влево и вправо; -круговые движения в плечевых суставах, на 1-4 вперед, на 5-8 назад; -наклоны туловища вправо и влево; -перекаты с ноги на ногу; -выпады. <p>6. Прыжки на месте:</p> <ul style="list-style-type: none"> -в высоту, -в длину, -с поворотом на 90 град., на 180 и 360 градусов. <p>7. Метания мешочка:</p> <ul style="list-style-type: none"> -на дальность (правой и левой руками), -сверху, снизу и сбоку. 	<p>1 мин.</p> <p>1 круг.</p> <p>2 круга.</p> <p>1 круг.</p> <p>По 2 раза.</p> <p>8 счетов</p> <p>2 раза</p> <p>8 счетов</p> <p>10 раз</p> <p>10 раз</p> <p>10 прыжк.</p> <p>8 прыжков</p> <p>По 3 раза</p> <p>По 5 раз</p>	<p>Смотреть вперед</p> <p>Плечи не поднимать.</p> <p>Руки прямые.</p> <p>Как можно выше и дальше</p>
Основная	Подвижная игра «Волк во рву», «Класс!»	15-20 мин	Играют все ребята. Обязательно выполнять правила игры.
Заключительная	Ходьба по кругу, с выполнением дыхательных упражнений.	1 круг	

К играм средней интенсивности относятся: «Космонавты», «Волк во рву», «Прыгающие воробушки», «Шишки, желуди, орехи», «К своим флажкам», «Вызов».

Игры с высокой интенсивностью: «Перестрелка», «Вышибалы», «День-ночь» (и как вариант «Воробьи-вороны»), «Бездомный заяц».

- Основной задачей *заключительной части*, которая длится 3-5 минут, мы ставили следующую: привести детей в исходное или приближенное к исходному состояние по показателям ЧСС.

С этой целью детьми после динамической физической нагрузки выполняются упражнения восстановительного характера: ходьба дозированная, комплексы упражнений на дыхание, расслабление и внимание. Затем, подводятся итоги урока, преподаватель дает учащимся индивидуальные домашние задания [15].

По убеждению Ляха В.И., Зданевич А.А. [15]: «Одно из наиболее действующих методов коррекции физического развития слабослышащих детей является *плавание*. Обучение плаванию слабослышащих детей способствует улучшению качества здоровья, коррекции психического развития».

Занятия на воде включали в себя упражнения на месте: «Поплавок», «Медуза», «Звезда», «Стрела»; упражнения в движении такие, как: «Акробаты», «Гигантские шаги», «Гусиный шаг», «Лодочка», «Краб», «Рак».

Все эти упражнения позволяют концентрировать внимание детей на дальнейших подвижных играх. Игры проводились с инвентарем: «Нырки», «Водолазы», «Слалом», «Салки с мячом» и без инвентаря: «Море волнуется», «Рыба и сеть», «Карпы и караси», «Пятнашки с поплавком».

Занятие состояло из вводной части, в которую входил инструктаж по технике безопасности, проводимый на суше; подготовительной части, которая включала упражнения на месте и в движении.

Основная часть - подвижная игра. Заключительная часть - восстановление дыхания («дыхание в воду»).

В качестве примера приведем план-конспект одного занятия на воде:

Таблица 6

План-конспект занятия на воде

Часть занятия	Описание упражнения	Дозировка	Методические указания
Вводная	Правила техники безопасности.	2мин.	Проводится на суше.
п о д г о т о в и т е л ь н а я	<p>Организованный вход в воду.</p> <p>Упражнения на месте:</p> <p>1. выдохи в воду: погружения до уровня носа, до уровня глаз, всей головой.</p> <p>2. «поплавок» - занимающийся, сделав глубокий вдох, приседает на дно и, обхватив руками колени (голова опущена, подбородок прижат к груди), всплывает на поверхность.</p> <p>3. «медуза» - занимающиеся, сделав глубокий вдох, приседают на дно и, обхватив руками колени, всплывают на поверхность; отпускают руки, руки и ноги «расслабленно болтаются».</p> <p>4. «звезда» - необходимо лечь на спину (или, как вариант, на грудь), разведя руки и ноги в стороны.</p> <p>5. «стрела» - исходное положение, лежа на спине или груди; руки подняты вверх; пальцы сцеплены между собой.</p> <p>Упражнения в движении:</p> <p>6.«гигантские шаги» - занимающиеся ходят по дну бассейна широким шагом, высоко поднимая ноги, сначала взявшись за руки, потом отпустив руки;</p>	<p>30 сек.</p> <p>По 10 счетов</p> <p>5 раз</p> <p>5 раз</p> <p>По 5 раз</p> <p>По 5 раз</p> <p>По 25м. каждое задание.</p>	<p>Вода должна бурлить.</p> <p>Чтобы поплавок поднялся, надо делать выдох.</p> <p>Руки тянутся вверх.</p> <p>Смотреть через удобное плечо.</p>

	<p>можно внести соревновательный элемент и выполнить это упражнение «кто быстрее».</p> <p>7. «гусиный шаг» - занимающиеся ходят по дну на согнутых ногах, положив руки на колени, касаясь грудью поверхности воды.</p> <p>8. «лодочка» - дети ходят по дну, делая впереди себя гребковые движения руками в стороны по поверхности воды.</p> <p>9. «краб» - занимающиеся передвигаются в приседе боком.</p> <p>10. «рак» - занимающиеся передвигаются спиной вперед.</p>		
о с н о в н а я	<p>Подвижная игра «Рыбы и сеть».</p> <p>Инструкция. Все играющие, кроме двух водящих, разбегаются. Водящие, держась за руки, стараются поймать «рыб».</p> <p>Для этого им надо сомкнуть руки вокруг пойманного.</p> <p>Пойманный присоединяется к водящим, образуя цепь.</p> <p>Игра заканчивается, когда все рыбы пойманы.</p> <p>Правила: если игрока поймали, он не может убежать.</p>	10-15 мин	Цепь не должна разрываться.
Закл ючи- тель ная	Выдохи в воду: погружения до уровня носа, до уровня глаз, всей головой.	По 10 Счетов.	Вода должна бурлить.

План-график работы со слабослышащими детьми

Недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Месяцы	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль			
Беговые упражнения: С изменением направлений движения			+	+			+			+	+	+			+	+			+			+	+	+
Из различных исходных положений	+	+			+	+		+	+				+	+			+	+		+	+			
Прыжки: На месте	+	+					+	+					+	+					+	+				
Через предметы			+	+					+	+					+	+					+	+		
На оборудовании					+	+				+	+						+	+					+	+
Метание: мешочка	+	+	+			+							+	+	+			+						
Теннисного мяча				+	+				+	+						+	+				+	+		
Волейбольного мяча							+	+			+	+							+	+			+	+
Подвижные игры	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Игры: Малой интенсивности				+	+					+		+				+	+					+		+
Средней интенсивности	+	+				+	+	+	+				+	+				+	+	+	+			
Высокой интенсивности			+	+	+					+	+	+			+	+	+					+	+	+
Занятия на воде: Упражнения на месте	+	+			+	+	+		+			+	+	+			+	+	+		+			+
Упражнения в движении	+	+	+	+			+	+		+	+	+	+	+	+	+			+	+		+	+	+
Игры с инвентарем			+		+	+			+			+			+		+	+			+			+
Игры без инвентаря	+	+		+			+	+		+	+		+	+		+			+	+		+	+	

После проведения эксперимента, длительность которого составляла 6 месяцев (сентябрь 2017г. - февраль 2018г.), было проведено контрольное тестирование, позволившее выявить уровень развития координационных способностей с акцентом на пространственные представления у испытуемых после использования комплексной экспериментальной методики.

Таблица 8

Показатели координационных способностей у испытуемых контрольной (n=8) и экспериментальной групп (n=8) до и после эксперимента

Показатели	До эксперимента		После эксперимента		Т-критерий Стьюдента
	X	σ	X	σ	
Экспериментальная группа					
Поза Ромберга (сек)	9,4	1,2	18,5	1,6	4,2
Удержание равновесия «Ласточка» (сек)	22,1	1,8	38,4	2,3	3,8
Броски и ловля теннисного мяча (кол-во пойманных мячей)	13,1	1,4	16,9	1,6	2,5
Прыжок через веревочку (балы)	4,9	0,8	7,0	1,0	
Прыжок с поворотом на 360 градусов (балы)	4,5	0,8	7,6	1,04	
Контрольная группа					
Поза Ромберга (сек)	10,2	1,2	11,4	1,3	2,4
Удержание равновесия «Ласточка» (сек)	22,3	1,8	25,8	1,9	2,45
Броски и ловля теннисного мяча (кол-во пойманных мячей)	12,9	1,4	13,3	1,4	2,39
Прыжок через веревочку (балы)	4,5	0,8	4,9	0,8	
Прыжок с поворотом на 360 градусов (балы)	4,6	0,8	5,1	0,8	

Итоговые показатели тестирования испытуемых контрольной и экспериментальной групп

Показатели	Контрольная группа		Экспериментальная группа		t-критерий Стьюдента
	X	σ	X	σ	
Поза Ромберга (сек)	11,4	1,3	18,5	1,6	3,5
Удержание равновесия «Ласточка» (сек)	25,8	1,9	38,4	2,3	3,1
Броски и ловля теннисного мяча (кол-во пойманных мячей)	13,3	1,4	16,9	1,6	2,41
Прыжок через веревочку (балы)	4,9	0,8	7,0	1,0	-
Прыжок с поворотом на 360 градусов (балы)	5,1	0,8	7,6	1,04	-

Анализ результатов, полученных в ходе экспериментальных исследований координационных способностей слабослышащих детей, выявил улучшение показателей в обеих группах.

Однако, наибольшее различие в итоговых результатах по всем заданиям, показанное слабослышащими детьми из экспериментальных групп (увеличение показателей на 80%), доказывает эффективность внедрения комплексной методики адаптивной физической культуры в рамках всеобщего интегрированного обучения. Благодаря правильно подобранным методам и средствам адаптивного физического воспитания, произошли более значимые изменения в физическом, познавательном и эмоциональном развитии слабослышащих учащихся экспериментальной группы.

Показатели теста «*Поза Ромберга*», свидетельствуют об улучшении результатов в экспериментальной группе на 90%. Выполняя упражнение с закрытыми глазами, дети данной группы стояли, в среднем, на 15с дольше испытуемых из контрольной группы.

Результаты в тесте «*Ласточка*» демонстрируют улучшение не только в координации, но и в качестве выполнения упражнения. Так, испытуемые

экспериментальной группы выполняли данное упражнение более технично: поднятая нога была параллельна полу, руки перпендикулярны туловищу, голова поднята.

В тесте *«Броски и ловля теннисных мячей»*, учащиеся экспериментальной группы показали увеличение средних показателей с 13 единиц до 17. Надо отметить, что упражнения с мячом не только входили в программу тестирования, но и являлись составной частью комплексной экспериментальной программы развивающей пространственные представления. Поэтому, на занятиях испытуемые экспериментальной группы обучались не только манипуляциям с мячом, но и способам его ловли и броска, элементарным движениям и правильному распределению мышечных усилий при выполнении разнообразных действий с мячом.

Результаты же испытуемых контрольной группы в данном тесте были не столь показательными, что видно по неуверенности выполнения упражнений, замедленному включению в движения, неточному выполнению бросков и низкой результативности в ловле мяча детьми.

Если всем детям до эксперимента было трудно понимание упражнения *«Прыжок через веревочку»* и без показа они не могли его выполнить (толкались одной ногой; приземлялись, падая), то после эксперимента 70% детей экспериментальной группы выполнили данный тест только после словесной инструкции, а 30% - по показу, при этом, техника выполнения была верной. Что нельзя сказать об испытуемых контрольной группы.

Тест *«Прыжок с поворотом на 360 градусов»*, изначально показался детям сложным, не все могли выполнить поворот (падали, делали неправильный замах руками, выполняли поворот на меньшее число градусов - 90, 180). Однако после внедрения комплексной методики, большинство детей экспериментальной группы выполняли прыжок на 360 градусов, при этом приземляясь в исходное положение. Результаты у них в данном тесте увеличились на 65% (таблица 9).

Таким образом, итоговое обследование показало, что изменения в контрольной группе произошли, в основном, в физических качествах, а не в способности к пространственной ориентировке.

При сравнении испытуемых контрольной и экспериментальной групп видны более значимые положительные сдвиги в результатах, показанных слабослышащими учащимися, занимающимися по разработанной нами инновационной методике. Следовательно, внедрение в учебные планы образовательных учреждений II-го типа комплексной методики развития пространственных представлений у слабослышащих учащихся, является целесообразным.

Обобщенные статистические результаты исследований убедительно свидетельствуют об эффективности проведенного эксперимента по исследованию координационных способностей, в частности, пространственных представлений у слабослышащих детей 7-8 лет. Двигательные занятия способствуют более качественному развитию учащихся с нарушением слуха, реализуя их естественные возрастные потребности: движение, умственную активность, радость сопереживания, свободу деятельности и творчества. Эти занятия не только предупреждают возможность возникновения вторичных отклонений у детей, но в значительной степени корректируют их слух, зрение, речь и кинестетическо-двигательную четкость.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. На основе литературных источников, было выявлено, что дети с нарушением слуха имеют отклонения в познавательной сфере и нарушения в физической сфере, которые характеризуются отставанием развития основных физических качеств, что в свою очередь, негативно проявляется в социально-бытовых условиях. В настоящее время увеличивается число методик адаптивного физического воспитания, которые позволяют корректировать развитие слабослышащих школьников, однако, крайне не хватает методик, позволяющих адаптировать детей с нарушением слуха в современное общество.

2. Результаты тестирования, полученные до эксперимента, показывают, что экспериментальная и контрольная группы сформированы по принципу случайного отбора и результаты в них были близки между собой. Исходное тестирование подтверждает данные специальной литературы о том, что у слабослышащих детей имеется низкий уровень развития координационных способностей, в частности, пространственных представлений.

3. На основе анализа литературных источников и начального исследования, нами была разработана комплексная методика развития координационных способностей и пространственного представления у слабослышащих детей 10-11 лет средствами адаптивного физического воспитания. Методика содержит следующие блоки упражнений, направленных на развитие пространственных представлений:

- беговые упражнения, связанные с изменением направления движения и положением туловища;
- прыжковые комплексы упражнений с преодолением различных препятствий;
- комплексы упражнений с мячами;
- подвижные игры;
- упражнения и игры в бассейне.

4. По истечению эксперимента выявлен темп прироста показателей,

отражающих уровень развития координационных способностей, в частности, умения ориентироваться в пространстве, у слабослышащих испытуемых.

Наибольшие изменения произошли в тестах на способность к сохранению равновесия 31,4% ($P < 0,05$) («Поза Ромберга», «Ласточка»), способность к дифференцированной координации 14,7% ($P < 0,05$) («Броски и ловля теннисных мячей»).

Использование предложенного методического обеспечения развития и коррекции пространственных способностей позволило повысить координационную подготовленность учащихся экспериментальной группы, в среднем, на 28% ($P < 0,05$).

При сравнении различных сторон пространственных представлений слабослышащих испытуемых контрольной и экспериментальной групп после педагогического эксперимента выявлена достоверная разница ($P < 0,05$) в темпах прироста всех исследуемых базовых координационных способностей.

Основываясь на данных проведенного исследования, можно сделать следующие рекомендации:

1. Оптимальная длительность занятий со слабослышащими детьми, по мнению большинства специалистов-сурдологов, должна составлять не менее 40 минут; в занятия рекомендуется включать разнообразные двигательные действия, что позволяет всесторонне развивать ребенка с нарушением слуха.

5. Глубина бассейна должна составлять от 80 до 90 см, температура воды - 27-29 градусов, при этом, необходимо отслеживать любые изменения в поведении и состоянии детей: в поведении – апатия, раздраженность; в физическом состоянии - отдышка, покраснение или бледность кожи, губ и при проявлении этих характеристик, ребенку следует устроить перерыв.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Байкина Н.Г., Сермеев Б.В. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2001. - 62 с.
2. Былеева Л., Коротков И., Климова Р., Кузьмичева Е. Подвижные игры. - М.: Физическая культура. - 2010. - 290 с.
3. Варлоломеева З.С., Максимихина Е.В., Шивринская С.Е. Формирование физической культуры личности младших дошкольников в условиях реализации инновационных моделей физического воспитания: теория и практика. - М.: Флинта. - 2015. - 380 с.
4. Вильчковский Э.С. Развитие двигательных функций. - М.: Просвещение, 2013. – 2-ое изд перераб. и доп. – С.71 – 80.
5. Воротилкина И.М. Физкультурно-оздоровительная работа в школьном образовательном учреждении: метод. пособие – М.:НЦЭНАС, 2004. – 143 с.
6. Галанов А. Подвижные игры для детей старшего дошкольного возраста. - М.: Вентана-Граф. - 2015. - 68 с.
7. Гирченко И. Легкоатлетические упражнения. - М.: Мой мир. - 2015. - 260 с.
8. Гужаловский А.А. Физическое воспитание школьников. - М.: Просвещение, 2015. – 3-е изд. доп. - С.24 - 35.
9. Ермоленко Е.К. Возрастная морфология. – 3-е изд. –Ростов н/Д: Феникс, 2012. – С. 12–29.
10. Киселев П., Киселева С. Подвижные и спортивные игры с мячом. - М.: Планета. - 2015. - 227 с.
11. Кожухова Е., Рыжкова Л. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М.: ВЛАДОС. - 2008. - 293 с.
12. Коржова А.А. Физическое воспитание детей с нарушениями слуха. - М.: Просвещение, 2010. - 224 с.
13. Кудряшов А. Спортивные и подвижные игры в школе. - М.: Народная газета. - 1968. - 216 с.

14. Кузмичева Е.В. Подвижные игры для детей среднего и старшего школьного возраста. - М.: Физическая культура. - 2008. - 130 с.
15. Кузнецов В.Н. Теория и методика физической культуры. - М.: Academia. - 2012. - 417 с.
16. Луткова Н., Минина Л. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Подвижные игры. - М.: Academia. - 2014. - 272 с.
17. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании [Текст]: учебное пособие / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2010. – 272 с.
18. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов.- М.: Просвещение, 2003. -296 с.
19. Мазурин А. В., Воронцов И. М. Пропедевтика детских болезней. Санкт-Петербург, 2000. - С. 926.
20. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры. - М.6 Физическая культура. - 2009. - 498 с.
21. Менхин Ю. Физическое воспитание. Теория, методика, практика. М.: СпортАкадемПресс. - 2007. - 330 с.
22. Назаров В.П. Координация у детей школьного возраста. - М.: Физическая культура и спорт, 2014. – 4-ое изд перераб. и доп. - С. 9-23.
23. Нищева Н. Подвижные и дидактические игры на прогулке. - М.: Детство-Пресс. - 2015. - 195 с.
24. Патрикеев А. Хитрые подвижные игры в начальной школе. - Р/нД.: Феникс. - 2014. - 170 с.
25. Патрикеев А. Подвижная зима. - Р/нД.: Феникс. - 2012. - 120 с.
26. Покровский Е. Русские детские подвижные игры. - М.: Сфера. - 2011. - 164 с.
27. Педагогическая реабилитация детей с нарушением слуха. - СПб.: КАРО. – 2006. – С.44-48с.
28. Садыкова С., Лебедева Е. Физическая культура. 1-11 классы. Подвижные игры на уроках и во внеурочное время. - М.: Учитель. - 2015. - 96с.

29. Сочеванова Е. Подвижные игры с бегом. Для детей 4-7 лет. - М.: Детство-Пресс. - 2013. - 51 с.
30. Способы повышения уровня физической подготовленности глухих и слабослышащих старших школьников [Текст]: Ю. А. Пеганов, А. Г. Спицин. – М.: Дефектология. - 2008. - №2 - С. 37-48.
31. Степаненкова Э. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. - М.: Мозаика-Синтез. - 2014. - 150 с.
32. Совершенствование медико-социальной и психологической реабилитации детей-инвалидов и инвалидов с детства : приказ М-ва здравоохранения Рос. Федерации от 25.11.2003 г. № 567, утверд. концепцию // Детская и подростковая реабилитация. – 2004. – № 1(2). – С. 3–16.
33. Сулейманов И.И. Основы воспитания координационных способностей. - Омск: СибГУФК, 2013. – С. 7 -14.
34. Теория и методика физического воспитания: учеб. для ИФК. /Под ред. Б.А. Ашмарина.- М.: Просвещение, 2015. - 4-е изд., стер. – С.88 – 95.
35. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 4-е изд. - М.: Советский спорт, 2014. - 463 с.
36. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. - М.: Физическая культура и спорт, 1978. – 266с.
37. Торочкова Т. Теория и методика физического воспитания детей младшего школьного возраста с практикумом. - М.: Academia. - 2014. - 280 с.
38. Фатеева Л. Подвижные игры в водной среде для школьников. - М.: Академия развития. - 2007. - 195 с.
39. Холодов Ж., Кузнецов В. Теория и методика физической культуры и спорта. - М.: Academia. - 2016. - 590 с.
40. Шашина В. Веселые игры для детских вечеринок: настольные, подвижные, интеллектуальные. - М.: Р/нД.: Феникс. - 2015. - 198 с.
41. Янн П.А. Воспитание и обучение глухого ребенка: Сурдопедагогика как наука. – М.: Академия, 2003. – С.32-40.

42. Яшкова И.В. Наглядное мышление глухих детей. - М.: Психология детства, 2008.- С.33-42.

43. «Страна глухих» <http://www.deafworld.ru/нарушения>