

ФИТНЕС В СИСТЕМЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

Ермакова Ю.Н., Правдов Д.М., Корнев А.В.

ФГБОУ ВПО «Шуйский филиал «Ивановский государственный университет», Шуя, Россия (155908, г. Шуя, ул. Кооперативная, 24), e-mail: ermakova.2010@mail.ru

В статье рассматриваются проблемы организации инклюзивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушением слуха. Разработка средств и методов инклюзивного физического воспитания в области адаптивной физической культуры детей дошкольного возраста с нарушением слуха. Проведен анализ функциональных нарушений детей старшего дошкольного возраста с нарушением слуха. Определены возможности, проблемы и перспективы использования современных фитнес-программ в системе инклюзивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушением слуха. Представлены фитнес-программы, используемые в процессе физического воспитания у детей с нарушением слуха. Определены направленность, преимущества и сложности реализации современных фитнес-программ в инклюзивном физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста с нарушением слуха.

Ключевые слова: фитнес-программы, детский фитнес, инклюзивное физическое воспитание, дети старшего дошкольного возраста с нарушением слуха.

FITNESS IN SYSTEM OF INCLUSIVE PHYSICAL TRAINING OF CHILDREN OF THE SENIOR PRESCHOOL AGE WITH THE HEARING DISORDER

Ermakova Y.N. , Pravdov D.M. , Kornev A.V.

Shuya branch "Ivanovo State University", Shuya, Russia (155908, Shuya, Kooperativnaya St., 24), e-mail: ermakova.2010@mail.ru

In article problems are considered the organizations of inclusive physical training of children of preschool age with hearing disorder. Development of means and methods of the inclusive physical education in the field of adaptive physical culture of children of preschool age with a hearing disorder. The analysis of functional violations of children of the senior is carried out preschool age with a hearing disorder. Opportunities, problems are defined and prospects of use, modern fitness programs in system of the inclusive physical training of children of preschool age with a hearing disorder. Are presented the fitness programs used in the course of physical training at children with hearing disorder. The orientation, advantages and difficulties are defined realization, modern fitness programs in inclusive physical training of children the advanced preschool age with a hearing disorder.

Keywords: fitness programs, children's fitness, inclusive physical training, children of the advanced preschool age with a hearing disorder.

В настоящее время образование лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов является одним из приоритетных направлений деятельности всех образовательных организаций системы образования Российской Федерации. [8]. Особую актуальность приобретают вопросы, связанные с физическим воспитанием детей с ограниченными возможностями здоровья в дошкольных организациях. В Федеральном государственном стандарте дошкольного образования указано на то, что реализация программ инклюзивного образования, в том числе физического воспитания дошкольников, должно быть обеспечено соответствующими методическими разработками и технологиями [7]. При этом инклюзивное обучение детей с ограниченными возможностями здоровья предполагает совместное обучение детей данной категории с их сверстниками в одной группе, а не в специально организованных группах [2]. В связи с этим разработка научно-методического сопровождения дошкольников с

нарушением слуха в аспекте их физического воспитания является актуальным направлением научных исследований в области адаптивной физической культуры детей дошкольного возраста.

Анализ научно-методической литературы позволяет констатировать, что в последние годы значительно вырос интерес к проблеме помощи детям с функциональными и органическими пороками развития, в том числе детям с нарушениями слуха [1; 4]. Для детей потеря слуха сказывается на их физическом и психическом развитии. В частности, у детей старшего дошкольного возраста с нарушением слуха отмечаются функциональные нарушения в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, отклонения в функциях опорно-двигательного аппарата. На фоне этих нарушений наблюдаются вторичные изменения психики: отставание в развитии мышления и речи, что в свою очередь ведет к уменьшению объема получаемой информации, развитию познавательных процессов и, как следствие, снижению овладения двигательными навыками. Для коррекции психофизического развития и интеграции детей этой группы в современную социальную среду усилия педагогов должны быть направлены на активный поиск новых эффективных форм и методов обучения и воспитания, способствующих укреплению и сохранению здоровья [1; 6].

Анализ собственных исследований и данные других авторов свидетельствуют о трудностях решения проблемы, связанных с организацией процесса инклюзивного физического воспитания детей с нарушением слуха на основе традиционного подхода, что не позволяет педагогам дошкольных организаций в полной мере решить проблему улучшения их физического развития и повышения уровня физической подготовленности.

Одним из средств и форм решения проблемы инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, имеющих недостатки в развитии слуха, может стать фитнес. Направление детского фитнеса появилось недавно, и его популярность стремительно растет как среди специалистов в области физического воспитания дошкольников, так и среди родителей и их детей, посещающих детские сады.

Детский фитнес включает в себя комплексные программы оздоровительных мероприятий. Основу их составляют специальные физические упражнения, использование которых позволяет дозировать психофизическую нагрузку, корректировать параметры физического развития и физической подготовленности, способствует удовлетворению потребности детей в физической активности, повышает интерес их к занятиям, а также приобщает к здоровому образу жизни [3].

Цель исследования - выявить преимущества и сложности реализации наиболее известных фитнес-программ в системе инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с нарушением слуха.

Для достижения поставленной цели использовались следующие **методы**

исследования: анализ специальной литературы по проблеме организации и проведения занятий физическими упражнениями со слабослышащими и глухими детьми; обобщение опыта адаптивного физического воспитания инвалидов по слуху; анализ мнений педагогов о целесообразности, перспективах, трудностях и особенностях реализации фитнес-технологий в системе инклюзивного физического воспитания детей с нарушением слуха.

Результаты и обсуждение. Анализ образовательных программ, наблюдений, опыт работы авторов в системе адаптивного физического воспитания, а также данные воспитателей, инструкторов по физической культуре дошкольных организаций и педагогов учреждений дополнительного образования, работающих со слабослышащими и глухими детьми старшего дошкольного возраста, показывает, что в инклюзивных группах занятия фитнесом реализуются в основном по следующим фитнес-программам: классическая (базовая) аэробика (67%), танцевальная аэробика (53%), аквааэробика (44%), футбол (33%), степ-аэробика (21%) и стретчинг (12%). В то же время использование перечисленных фитнес-программ в системе инклюзивного физического воспитания детей с нарушениями слуха имеет свои сложности и ограничения (таблица).

Характеристика и проблемы реализации фитнес-программ в системе инклюзивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с нарушением слуха

| Фитнес-программы | Направленность и преимущества | Проблемы в реализации |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Классическая и танцевальная аэробика | развивает координацию движений, способствует улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, эмоционального фона занятий | освоение двигательных действий затруднено вследствие недостаточно точной координации, снижена способность к сохранению статического и динамического равновесия, низкий уровень пространственной ориентировки, замедленная скорость двигательной реакции |
| Степ-аэробика | развивает координацию, способствует совершенствованию деятельности кардиореспираторной системы; возможность дозирования нагрузки по объему и интенсивности | вследствие малого двигательного опыта, недостаточно точной координации и низкого уровня физической подготовленности затруднено изучение и овладение двигательными умениями и навыками |
| Фитбол | способствует формированию правильной осанки, снятию излишней нагрузки с позвоночного столба, развитию равновесия, силы и гибкости; возможность избирательного воздействия на отдельные группы мышц | вследствие сниженной способности к сохранению статического и динамического равновесия и низкого уровня развития пространственной ориентировки трудности в выполнении двигательных действий |

| | | |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Стретчинг | способствует развитию гибкости, профилактике заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушений осанки | вследствие сниженной мышечной рецепции возникают сложности в выполнении двигательных действий, что ведёт к ухудшению точности движений |
| Аквааэробика | способствует нормализации деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышению двигательной активности, получению положительных эмоций; возможность закаливания организма | трудности в освоении упражнений, вызванные недостаточно точной координацией движений и низкого уровня физической подготовленностью, а также сложностью их объяснения, ограниченными возможностями дактильной речи. |

Анализ данных, связанных с проблематикой реализации фитнес-программ с детьми с нарушениями слуха, показывает, что общими для всех педагогов являются трудности, связанные с освоением детьми двигательных действий. Среди основных причин специалисты выделяют у детей с нарушениями слуха низкий уровень двигательного опыта, физической подготовленности, развития координации, способности к сохранению статического и динамического равновесия, пространственной ориентировки, замедленную скорость двигательной реакции, сниженный уровень мышечной рецепции. Наряду с этим отмечается, что значительные трудности у детей возникают в понимании самих упражнений, вызванные сложностью их структурных композиций, неточным восприятием объяснений педагогов, что, с одной стороны, обусловлено ограниченными возможностями дактильной речи, а с другой - недоразвитием у глухих и слабослышащих устной речи.

Выводы. Популярность детского фитнеса в настоящее время стремительно растет. Занятия фитнесом способствуют удовлетворению потребности детей в физической активности и способствуют повышению интереса к занятиям физическими упражнениями, а также приобщению их к здоровому образу жизни и социальной интеграции в обществе.

Фитнес является феноменом современной физической культуры и обладает значительными адаптационными и интегративными возможностями. Современные фитнес-программы могут использоваться во всех видах физической культуры с детьми дошкольного возраста, включая и инклюзивное физическое воспитание.

Однако, несмотря на широкий арсенал фитнес-программ, приходится констатировать отсутствие программы занятий фитнесом, свободной от сложностей и ограничений в использовании в системе инклюзивного физического воспитания детей с нарушением слуха, что обуславливает актуальность научных исследований и потребность практики инклюзивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушением слуха в разработке развивающих методик, адекватных состоянию здоровья дошкольников, а также

необходимость повышения квалификации педагогов, осуществляющих инклюзивное физическое воспитание в дошкольных организациях.

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ, проект № 13-36-01270.

Список литературы

1. Картавцева А.И. Комплексный подход в адаптивном физическом воспитании незлышащих детей старшего дошкольного возраста : автореф. дис. ... канд. пед. наук. – СПб. : Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2010. – 23 с.
2. Правдов Д.М. Модель инклюзивного физического воспитания детей дошкольного возраста. Научное издание : монография / Д.М. Правдов, А.В. Корнев. – Шуя : Изд-во ФГБОУ ВПО «ИвГУ» Шуйский филиал, 2013. – 116 с.
3. Сайкина Е.Г. Фитнес в системе физической культуры // Известия РГПУ им. А.И. Герцена. – 2008. – № 11 (68). – С. 182–190.
4. Селезнев Л. Физическая реабилитация и социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивной физической культуры и адаптивного спорта : Доклад на круглом столе Общественной палаты РФ (25 мая 2010 года). – М. : Общественная палата РФ, 2010. – 18 с.
5. Специальная педагогика : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л.И. Аксенова, Б.А. Архипов, Л.И. Беякова; под ред. Н.М. Назаровой. – 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2006. – 400 с.
6. Хода Л.Д. Методология социальной интеграции незлышащих людей в различных видах адаптивной физической культуры : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – СПб. : СПбГУФК, 2008. – 40 с.
7. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования : Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) // Российская газета. – 2013. - 25 ноября. - Федеральный выпуск № 6241. Зарегистрирован в Минюсте РФ 14 ноября 2013 г. Регистрационный N 30384.
8. О коррекционном и инклюзивном образовании детей : Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 июня 2013 г. № ИР-535/07.

Рецензенты:

Правдов М.А., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой ТМФКиС, ФГБОУ ВПО «Шуйский филиал «ИвГУ», г. Шуя.

Махов А.С., д.п.н., доцент, доцент кафедры ТМФКиС, ФГБОУ ВПО «Шуйский филиал

«ИвГУ», г. Шуя.