

Изучение особенностей физической подготовки детей с умственной отсталостью

Волкова Анна Александровна

*Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема
студент*

Аннотация

В статье представлены результаты экспериментального изучения физического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями развития, даны рекомендации по совершенствованию физического развития в процессе коррекционно-развивающей работы.

Ключевые слова: физическое развитие, умственная отсталость, тяжелые множественные нарушения развития, воспитанники

Study of features of physical training of children with mental retardation

Volkova Anna Aleksandrovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University
student*

Abstract

The article presents the results of an experimental study of physical development of children with severe multiple developmental disorders, provides recommendations for improving physical development in the process of correctional and developmental work.

Keywords: physical development, mental retardation, severe multiple developmental disorders, pupils

Проблема умственной отсталости изучена достаточно хорошо и не теряет своей актуальности. Выдающиеся ученые занимались и занимаются изучением данного вопроса.

С.Я. Рубинштейн [1] дает следующее определение: «Умственно отсталый ребенок – тот, у которого стойко нарушена познавательная деятельность в следствии органического поражения коры головного мозга».

Ученые В.И. Лубовский [2], С.Д. Забрамная [3], О.Е. Шаповалова [4] и многие другие установили, что все психические процессы данной категории детей обладают рядом специфических недостатков.

Мышление конкретное, ребенок не может выстраивать длинные логические цепочки. Память кратковременная, объем крайне мал. Информацию, которую дети усвоили и запомнили, не могут воспроизвести быстро и качественно.

Внимание неустойчиво, концентрация крайне слабая. Все виды восприятия находятся на низком уровнях. Детям сложно воспринимать и понимать звуки, тактильные ощущения. Наиболее сохранным зрительное восприятие.

Страдает и эмоционально-волевая сфера. У данной категории детей узок диапазон переживаний, недостаточная адекватность эмоциональных проявлений. Воля детей слабая, мотивация на крайне низком уровне.

Физическое развитие – это процесс изменения естественных морфологических и функциональных свойств организма в процессе жизни и деятельности и индивидуальных особенностей человека.

У умственно отсталых детей имеется целый ряд недостатков физического развития, на которое оказывают влияние тяжесть интеллектуального дефекта, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и эмоционально-волевой сферы детей.

Могут быть обнаружены следующие аномалии физического развития:

- отставания в массе тела;
- отставания в длине тела;
- нарушения осанки;
- нарушения в развитии стопы;
- нарушения в развитии грудной клетки и снижение ее окружности;
- парезы верхних конечностей; парезы нижних конечностей;
- отставания в показателях объема жизненной емкости легких;
- деформации черепа;
- дисплазии;
- аномалии лицевого скелета.

Мы считаем тему данного исследования актуальной, поскольку физическое развитие умственно отсталых детей является одним из условий их успешной социализации в обществе.

Наше экспериментальное изучение физического развития умственно отсталых детей проводилось на базе ОГБУ «Валдгеймский детский дом-интернат».

Для воспитанников учреждения была разработана программа по адаптивной физической культуре (В.И. Кондратенко), где дети были разделены на 2 группы.

Дети первой группы имеют тяжёлые опорно-двигательные нарушения неврологического генеза (сложные формы ДЦП, спастический тетрапарез, гиперкинез и т.д.) и, как следствие, полная или почти полная зависимость от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании и предметной деятельности.

Дети второй группы могут иметь нарушения общей моторики, но менее зависимы от посторонней помощи, в отличие от детей первой группы. Их моторная недостаточность проявляется в замедленном темпе, несформированной координации и неточности движений.

В нашем исследовании приняли участие 10 детей с тяжелыми множественными нарушениями развития (первая группа). Работа с воспитанниками проводилась в групповой форме (2-3 человека). Воспитанникам были предложены для выполнения следующие физические упражнения:

- ходьба по кругу;
- прыжки вверх;
- прокатывание мяча друг к другу;
- попадание мячом в кольцо;
- ползание на четвереньках под дугой.

При оценке учитывалось выполнение инструкции педагога, опора на технику выполнения. Если ребенок выполнил упражнение, соблюдал инструкции и технику выполнения – 1 балл. Если ребенок выполнил упражнения, но не соблюдал инструкцию педагога и технику выполнения – 0,5 балла. Если ребенок не смог выполнить упражнение или отказался его выполнять – 0 баллов. Таким образом, система оценивания была следующей:

- высокий уровень – 4-5 балла;
- средний уровень – 2,5-3,5 балла;
- низкий уровень – 0-2 балла.

Количественные результаты успешности выполнения физических упражнений представлены в таблице 1.

Таблица – 1. Уровни успешности выполнения комплекса физических упражнений

| Уровень | Количество воспитанников |
|----------------|---------------------------------|
| Высокий | 2 |
| Средний | 3 |
| Низкий | 5 |

Из таблицы видно, что воспитанники разделились по уровням. Опишем выполнение упражнений воспитанниками более подробно.

Из десяти детей, только двое оказались на высоком уровне. Детям удалось выполнить заданные упражнения по инструкции, соблюдая технику выполнения, не смотря на имеющиеся дефекты. Дима с легкостью ходил по кругу, при этом не отвлекаясь. Задание с прокатыванием мяча друг другу оказалось самым интересным для ребенка. Он с удовольствием работал в паре, при этом стараясь занимать лидирующую позицию, что говорит об его адекватном эмоциональном состоянии. Мячом в кольцо попал не с первого раза, однако усердно выполнял задания, опираясь на замечания педагога, исправлял ошибки. Прыжки дались воспитаннику достаточно легко, но не вызвали особого интереса. Проползти под дугой так же удалось с первого раза.

Второй воспитанник, показавший высокий уровень, охотно справлялся с упражнениями, однако ему не удалось попасть мячом в кольцо. После

первой попытки сдался, продолжать не захотел. Перекатывал мяч напарнику с большим удовольствием, лидирующую позицию не занимал. Прыжки, ходьба по кругу, ползание на четвереньках под дугой не вызвали особых затруднений, но оказали положительное влияние на эмоциональную сферу воспитанника.

Данные воспитанники наиболее сохранны в своем физическом развитии несмотря на другие множественные нарушения. Они понимают и выполняют инструкции педагога, действуют осознанно.

Стоит отметить, что трое воспитанников из десяти оказались на среднем уровне. Дети подходили к выполнению упражнений с особым энтузиазмом, однако не слышали инструкции, делали все быстро, не обращая внимания на замечания. Богдану удалось выполнить три упражнения: ходьба по кругу, прыжки и прокатывания мяча друг к другу. Он приступил к заданиям уверенно, быстро. Инструкции слушал частично. При выполнении упражнения «прыжки» совершил несколько ошибок.

Так же на среднем уровне оказались две девочки, которые с легкостью выполнили упражнение «прокатывание мяча друг к другу». Однако не соблюдали технику выполнения. Аня не смогла пройти по кругу, прослушав инструкции, отказалась проползать на четвереньках под дугой. Аля выполнила все упражнения, но часто допускала технические ошибки: кидала мяч не в кольцо, а в сетку; при проползании через дугу, упала и начала смеяться.

Дети данной группы (средний уровень) не умеют контролировать свои эмоциональные всплески, не хотят слушать инструкции и реагировать на замечания педагога. Общая моторика значительно нарушена, требуется коррекционное воздействие.

Наибольшее количество детей показали низкий уровень (пять из десяти). Воспитанники справлялись с 1-2 упражнениями, инструкцию педагога не воспринимали, а также отказывались выполнять упражнения из-за своих физических недостатков. Егор, Вова, Женя и Саша не смогли прыгать из-за поражения ног, а Максим из-за своего психофизического состояния отказался.

Упражнение «ходьба по кругу» оказалось затруднительным, дети ходили прямо или назад, но не понимали, как правильно выполнить упражнение даже после наглядного показа. Упражнение «попадание мячом в кольцо» оказалось недоступно детям из-за парезов рук и ДЦП. Несмотря на то, что Саша очень хотел выполнить данное упражнение, его физическое состояние не позволило этого сделать.

Так же из-за парезов ног и ДЦП дети не смогли встать на четвереньки, чтобы проползти под дугой, некоторые испугались.

Наиболее легким оказалось упражнение «прокатывание мяча друг к другу». Все воспитанники с удовольствием выполняли это задание, несмотря на неудобство.

Таким образом, данная группа детей наименее сохранны. Воспитанники не имеют возможности выполнить элементарных упражнений, прослушать инструкцию.

Во время экспериментального изучения физического развития умственно отсталых воспитанников удалось установить недостатки эмоционально-волевой сферы: неадекватность проявления эмоций (смех во время неудачного выполнения задания), узость диапазона переживаний (дети не обращали внимания на свои неудачи).

Физическое развитие имеет особую роль в развитии умственно отсталых воспитанников. Дети имеют возможность научиться свободно двигаться, управлять своими движениями.

Для дальнейшего развития физической подготовки могут быть подобраны следующие игры [5]:

Игра «Соберем колечки». Цель - развитие у детей умения двигаться в горизонтальном и вертикальном направлении, ориентироваться в пространстве. Педагог разбрасывает по залу колечки, дает детям палочки, на которые нужно нанизывать колечки (игра может повторяться 2-3 раза).

Игра «Доползи до игрушки». Цель - формировать у ребёнка навык ползания. Педагог взрослый показывает игрушку ребёнку на расстоянии 3 м, побуждает ползти и взять игрушку.

Игра «Цыплята и насекомые». Цель - учить детей подлезать под препятствие, действовать по сигналу, развивать мышцы живота, спины, ног. Педагог собирает детей за натянутой верёвкой в домике, надевает им шапочки-маски цыплят, объясняет, что цыплятки пойдут из домика на улицу искать зёрнышки. Как только услышат, что прилетела большая птица, они должны быстро спрятаться в домике.

Данные игры будут способствовать физическому развитию воспитанников и подготовке ребенка к последующим, более сложным занятиям.

Библиографический список

1. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец №2111 «Дефектология». М.: Просвещение, 1986. 192 с.
2. Забрамная С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей / С.Д. Забрамная. – М.: Просвещение; Владос, 1996. 112 с.
3. Специальная психология / Под ред. В.И. Лубовского. М.: Академия, 2003. 464 с.
4. Шаповалова О.Е. Эмоциональное развитие умственно отсталых школьников: автореф. дис. ... докт. психол. наук. Нижний Новгород, 2006. 47 с.
5. Игры и занятия с детьми раннего возраста, имеющими отклонения в психофизическом развитии: Книга для педагогов /Под ред. Е.А. Стребелевой, Г.А. Мишиной. М.: Полиграф сервис, 2002. 128 с.