

УДК 372.212.

МЕТОДИКА АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА НА ОСНОВЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА

С.Ю. Максимова

ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Волгоград, Россия

Для связи с автором: mal-msy@rambler.ru

Аннотация:

Содержание статьи затрагивает методические разработки адаптивного физического воспитания детей дошкольного возраста с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Ключевые позиции разрабатываемой методике задает дифференцированный подход. С его позиции содержание методики разделяется на два больших направления – для детей с выраженными нарушениями осанки и для детей, имеющих грубые нарушения сформированности сводов стопы. В статье представлены средства оздоровительного воздействия. Отдельно представлен алгоритм реализации физкультурного занятия на основе дифференцированного подхода.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста; нарушения опорно-двигательного аппарата; дифференцированный подход.

METHOD OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN OF 5-6 YEARS WITH DISORDERS OF THE LOCOMOTOR APPARATUS BY MEANS OF A DIFFERENTIATED APPROACH

S. Y. Maximova

Volgograd State Academy of Physical Culture, Volgograd, Russia

Abstract:

In this article affects the methodical development of adaptive physical education of preschool children with disorders of the musculoskeletal system. Key positions developed methodology defines a differentiated approach. With its position content methodology is divided into two areas - for children with severe disorders of posture, and children with gross violations of formation of the arches of the foot. The paper presents a means of improving the impact. Separately, an algorithm for the implementation of physical education classes on the basis of a differentiated approach.

Key words: pre-school children; violation of the musculoskeletal system; differentiated approach.

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе образования особую актуальность имеет проблема профилактики, медицинской, психолого-педагогической и социальной реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА). Основной задачей психолого-педагогической помощи этим детям является их социальная адаптация и интеграция в общество. Недостатки в развитии детей с нарушениями ОДА характеризуются значительной полиморфностью в степени выраженности различных нарушений. Ведущим в клинической картине является двигательный дефект (задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двига-

тельных функций). Данные нарушения могут носить как врожденный, так и приобретенный характер, могут иметь различную степень выраженности [1,3].

При тяжелой степени двигательных нарушений ребенок не владеет навыками самостоятельной ходьбы, предметной и манипулятивной деятельностью. При средней выраженности патологии дети владеют ходьбой, но ходят неуверенно, с помощью дополнительных вспомогательных средств. При легкой выраженности нарушения дети передвигаются самостоятельно, свободно владеют разнообразными двигательными действиями. Однако у них наблюдаются нарушения в сформированности мышечного тонуса, нару-

пления осанки, свода стопы, активности манипуляции рук [2].

Процесс организации адаптивного физического воспитания для детей с НОД требует рациональной организации, грамотного методического обеспечения. Поскольку характеристики двигательных нарушений этой группы детей многогранны и разнообразны, то для достижения наиболее высокого эффекта коррекционно-педагогического и оздоровительного воздействия необходимо учитывать особенности дизонтогенеза каждого ребенка. Нам представляется, что значительную роль в данном процессе должен сыграть дифференцированный подход.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ. В области адаптивного физического воспитания детей с НОД ведущим признаком для разделения их на подгруппы является степень выраженности и характер двигательного нарушения. Воспитанники, имеющие тяжелую степень болезни, занимаются физической культурой индивидуально, при строгом учете персональных особенностей. Для детей, имеющих легкую и среднюю выраженность двигательного нарушения, очень часто занятия физической культурой проходят в общей группе. В данных педагогических условиях применение дифференцированного подхода является наиболее востребованным. Алгоритм организации педагогического процесса представлен на рисунке 1.

Началу педагогического процесса предшествует диагностика, в ходе которой изучаются медицинские карты детей, параметры их физического развития, функциональной (сердечно-сосудистой, дыхательной, нервно-мышечной систем) и двигательной подготовленности. К ней добавляются результаты медицинского и социального анамнеза детей, которые позволяют конкретизировать тяжесть заболевания и особенности семейного воспитания ребенка. Полученные результаты позволяют осуществить классификацию детей на две большие группы, первую из которых составляют воспитанники с тяжелыми двигательными нарушениями, вторую – с легкими и средними.

Соотнесение полученных результатов в целевыми ориентирами современной парадигмы обра-

зования позволяет определить целевые установки адаптивного физического воспитания детей с НОД.

Для обеих групп детей разрабатывается программа физического воспитания, нацеленная на обеспечение гармоничного физического, двигательного развития детей с НОД, формирования их двигательной базы, укрепления здоровья, коррекции имеющихся нарушений. Она представляет собой комплекс взаимосвязанных проективно-учетного, контрольно-учетного, содержательного и организационно-методического блоков.

Представленный педагогический процесс реализуется на основе методики адаптивного физического воспитания детей с НОД на основе дифференцированного подхода (рисунок 2).

Цель методики – содействовать гармоничному физическому развитию детей 5-6 лет с НОД, а также коррекции имеющихся у них нарушений. Поставленная цель конкретизируется в следующем комплексе задач:

1. Укреплять здоровье детей и содействовать их гармоничному физическому развитию.
2. Содействовать развитию их морфофункциональных и двигательных возможностей.
3. Содействовать коррекции имеющихся у них нарушений опорно-двигательного аппарата.

Специфику экспериментальной методики составляют средства педагогического воздействия, подобранные специально для каждой группы детей. Так, для детей с нарушениями осанки в наибольшей степени подходят следующие упражнения:

- лечебная гимнастика – применение средств физической культуры с целью профилактики и лечения различных заболеваний. Занятия лечебной гимнастикой содействуют укреплению и повышению сопротивляемости организма к рецидивам болезни, повышению тонуса организма и исправлению нарушений со стороны опорно-двигательного аппарата. Лечебная физическая культура дошкольников, являясь способом реабилитации больного ребенка, отличается не только физиологическим характером применяемых средств, связанных с естественным внешним воздействием, но и широким использованием методов педагогики и психологии. Лечебная гимнастика дает возможность получать реабилитаци-

онный эффект при различных заболеваниях и показана всем детям, имеющим постоянные или временные отклонения в состоянии здоровья;

- симметричная гимнастика – разновидность ЛФК, имеющая четкую направленность на пораженные мышечные группы. В общей картине двигательного нарушения выделяются мышцы с повышенным тонусом и чрезмерно расслабленные. В ходе симметричной гимнастики подби-

раются специальные упражнения для укрепления растянутых мышц (силовые упражнения) и растяжки спастичированных (упражнения стретчинга и растяжки);

- корригирующая гимнастика. В данной группе используются упражнения, позволяющие оказать профилактическое воздействие на ослабленные мышечные группы. Сюда относятся ходьба по профилактическим дорожкам, упраж-

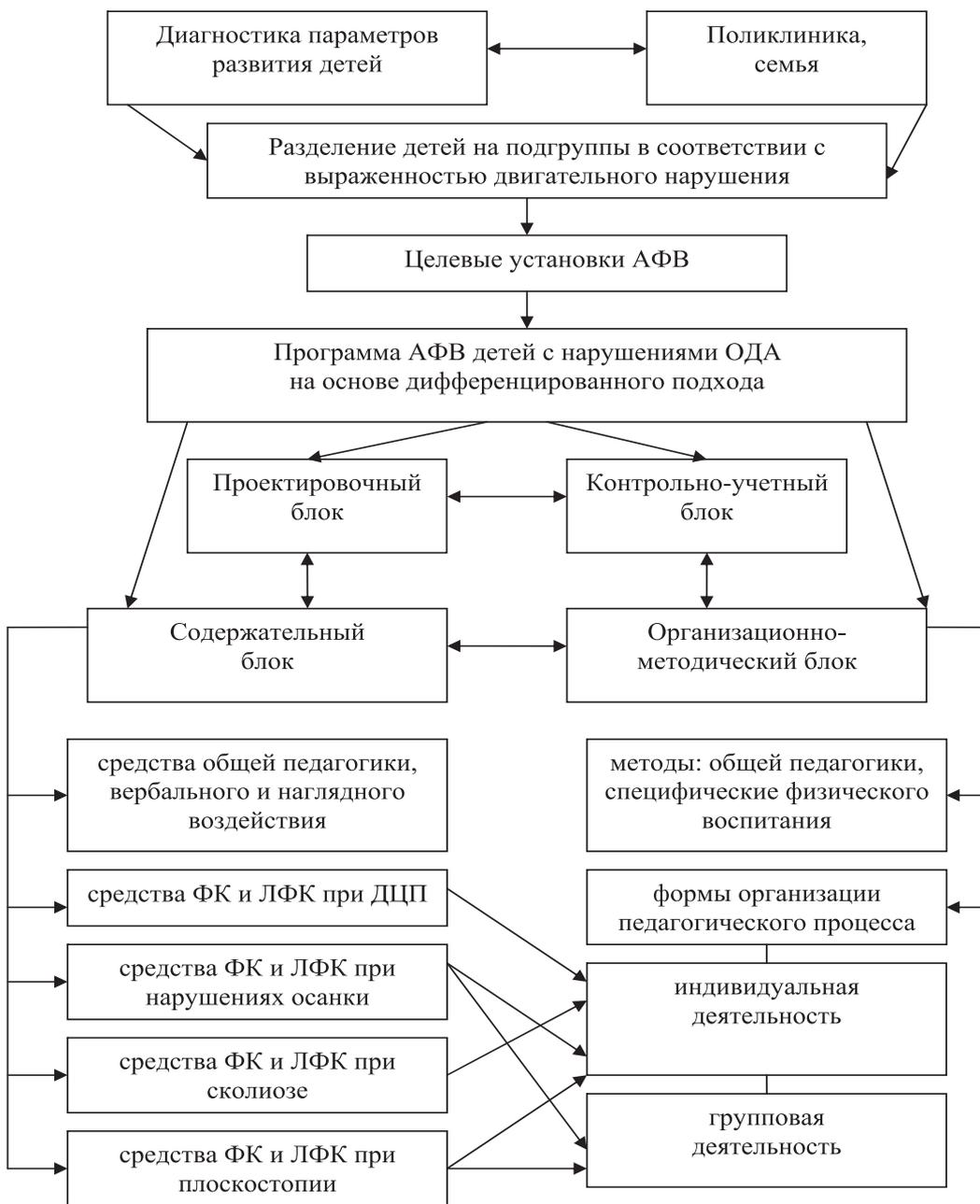


Рисунок 1 – Алгоритм организации адаптивного физического воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата

нения силового характера на основные мышечные группы;

- ОСТ (оздоровительные системы и технологии). В данную группу входят упражнения и техники, имеющие ярко выраженное оздоровительное воздействие – элементы дыхательных техник, мелкомоторной гимнастики, стретчинга, релаксации и пр.

При плоскостопии используются следующие упражнения:

- корригирующая гимнастика. В данную группу упражнений входят упражнения, оказывающие воздействие на мышцы свода стопы, пальцев стопы, голеностопа (ходьба с предметами между пальцами стопы, на внешней стороне стопы, по гальке, влажному грунту и пр.);

- силовые упражнения для мышц ног. В эту группу вошли физические упражнения, укрепляющие мышцы и связки стопы, бедра и голени (приседания, выпады, подъемы на носки, прыжки и пр.), выполняемые как с отягощением, так и без него.

Подобранные средства педагогического воздействия применяются при помощи общепедагогических и специфических методов физического воспитания. Ведущим из них явился метод строго регламентированного упражнения, именно он позволил оказывать четкое и акцентированное воздействие на необходимые мышечные группы. Его сочетание с игровым методом позволило делать двигательные задания доступными и интересными для детей.

Деятельность детей с НОД осуществлялась в общепринятых формах педагогического процесса – физкультурных занятиях (групповых и индивидуальных), утренней гимнастике, физкультпаузах, индивидуальных домашних заданиях. Ведущей формой педагогического процесса явились групповые и индивидуальные занятия. Алгоритм организации физкультурного занятия на основе дифференцированного подхода представлен ниже:

1. Началу коррекционной и оздоровительной работы предшествует мониторинг функцио-



Рисунок 2 – Методика адаптивного физического воспитания на основе дифференцированного подхода

нального состояния организма воспитанников, на основе которого осуществляется деление детей на подгруппы. Обобщение педагогического опыта указывает, что таковыми будут две группы детей: одна с нарушениями свода стопы, вторая – с нарушениями тонуса мышц корпуса. В процессе индивидуальной работы с детьми разучиваются необходимые упражнения.

2. Подготовительная часть занятия соответствует общепринятым требованиям: построение, приветствие, сообщение содержания предстоящей (игровой) деятельности, ходьба, бег. Специфика диагноза данной категории детей диктует необходимость включения в этой части занятия ходьбы по ребристым дорожкам, массажным коврикам.

3. Основная часть. Выполнение комплекса ОРУ всеми детьми одновременно. В его содержание обязательно входят упражнения для разогревания и укрепления основных мышечных групп. Наиболее приемлемыми здесь будут упражнения с собственным весом, выполняемые в среднем темпе с большой дозировкой и малой амплитудой.

4. Выполнение детьми специальных коррекционных упражнений по подгруппам. Дети с нарушениями свода стопы выполняют всевозможные задания на укрепление голеностопа, внутренней поверхности стопы и т.п. Дети с нарушениями тонуса мышц корпуса выполняют различные симметричные упражнения,

укрепляют расслабленные мышечные группы, растягивают закрепощенные и пр.

5. Выполнение всеми детьми упражнений на укрепление мышц спины и брюшного пресса.

6. Заключительная часть. Подвижная игра, упражнения корригирующего характера (ходьба по массажным дорожкам), психогимнастика (упражнения гимнастики мозга).

7. Построение, подведение итогов, прощание.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научно-методической литературы по вопросам адаптивного физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, обобщение собственных наработок позволили разработать методику для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе дифференцированного подхода. Она характеризуется целостностью, обоснованной взаимосвязью таких ее компонентов, как целевые установки, содержательные, методические и организационные компоненты педагогического процесса. Специфической особенностью разработанной методики является возможность осуществления педагогического воздействия на различные подгруппы воспитанников в соответствии с тяжестью и характером имеющихся у них двигательных нарушений. Экспериментальное апробирование разработанного нововведения в практике специализированных образовательных учреждений г. Волгограда позволило констатировать положительный эффект ее использования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Евсеев, С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : учебник, том 2 / С. П. Евсеев. – М. : Советский спорт, 2007. – 448 с.
2. Кривицкая, Е. И. Применение занятий дополнительного физкультурно-оздоровительного комплекса для оптимизации физического состояния детей с функциональными изменениями иммунитета / Е. И.

Кривицкая, Л. А. Соловьева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 1 (83). – С. 68-72

3. Левченко, И. Ю. Особенности обучения ребенка с нарушениями опорно-двигательного аппарата в образовательном учреждении : методические рекомендации / И. Ю. Левченко. – СПб. : Нестор-История, 2012. – 316 с.

BIBLIOGRAPHY

1. Evseev, S. P. Theory and organization of adaptive physical education: a textbook, Volume 2 / S. P. Evseev. – M. : Soviet Sport, 2007. – 448 p.
2. Krivitskaya, E. I. Application of lessons additional sports and recreation complex to optimize the physical condition of children with functional

changes of immunity / E. I. Krivitskaya, L. A. Solovyov // Scientific notes University PF Lesgaft. – 2012. – № 1 (83). – P. 68-72.

3. Levchenko, I. Y. Features of educating a child with disorders of the musculoskeletal system in an educational institution: guidelines / I. Y. Levchenko. – SPb. : Nestor History, 2012. – 316 p.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

Максимова Светлана Юрьевна – доктор педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой теории и методики адаптивного физического воспитания ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры».