

**Балашова Валентина Федоровна,**

*д-р пед. наук, профессор кафедры адаптивной физической культуры, спорта и туризма;*

**Рева Антон Валериевич,**

*преподаватель кафедры физического воспитания,*

*ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет»,*

*г. Тольятти, Самарская область, Россия*

## **АДАПТИВНОЕ ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

Своеобразие двигательной сферы глухих детей проявляется в отставании развития всех жизненно важных физических способностей, замедленном овладении двигательными навыками, отклонении в развитии моторной сферы. Большая часть авторов объясняет сниженный уровень двигательной сферы глухих и особенно координационных способностей, недостаточной функциональной активностью вестибулярного аппарата. Характерными проявлениями при этом являются нарушения: статического и динамического равновесия, точности движений, пространственной ориентировки, способности усваивать заданный ритм движений. Следовательно, эффективность обучения слабослышащих детей выражается в приобретении ими необходимых двигательных навыков, нивелировании отставания от слышащих сверстников по уровню развития физических качеств и повышении уровня их физиологической адаптации. В этой связи, в статье исследуется влияние лыжной подготовки на уровень физической подготовленности школьников с нарушением слуха.

**Ключевые слова:** адаптивная физическая культура, нарушение слуха, лыжная подготовка, физическая подготовленность.

**Valentina F. Balashova,**

*Doctor of Education,*

*professor of the adaptive physical education, sport and tourism chair,*

**Anton V. Reva,**

*academic of the physical education chair,*

*FSBEI HE «Togliatti State University»,*

*Togliatti, Samara Oblast, Russia*

## **ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION OF CHILDREN WITH HEARING IMPAIRMENT**

The peculiarity of the motor sphere of deaf children is manifested in the developmental lag of all vital physical abilities, slow-speed mastering of motor skills, motor sphere abnormalities. Most of the authors explain the reduced level of the deaf children's motor sphere and, especially, coordination abilities, insufficient functional activity of the vestibular apparatus. Meanwhile typical manifestations are disturbance of static and dynamic equilibrium, precision in movement, confusion of spatial orientation, impairment in ability to understand a given rhythm of movements. Consequently, the effectiveness of teaching children with hearing impairment is expressed in the acquisition of the necessary motor skills, differential leveling towards the children who have no hearing impairment in terms of the physical qualities development and their physiological adaptation improvement. In this regard, the influence of ski training on the physical fitness level of schoolchildren with hearing impairment is examined in the article.

**Keywords:** adaptive physical education, hearing impairment, ski training, physical fitness.

В настоящее время в Российской Федерации просматривается устойчивая тенденция повышения заболеваемости, связанной с нарушением слуха. Отечественная и зарубежная статистика свидетельствует, что число детей со слуховыми дефектами постоянно растёт. Как правило, дети с устойчивыми патологиями слуха имеют многочисленные вторичные отклонения в состоянии здоровья.

По свидетельству Л.В. Шапковой [6], потеря слуха у детей сопровождается дисгармоничным физическим развитием в 62% случаев, в 44% – дефектами опорно-двигательного аппарата (сколиоз, плоскостопие и др.), в 80% случаев – задержкой моторного развития. Сопутствующие заболевания наблюдаются у 70% слабослышащих детей. Установлено, что неслышащие дети дошкольного возраста отстают от своих сверстников в психофизическом развитии на 1-3 года.

Слух теснейшим образом связан с движением. Еще в 1966 году Б. Бернштейн [7], указывая на взаимосвязь двигательного и слухового анализаторов, подчеркивал, что «...движение корректируется не только зрением, но и слухом». Этим объясняется своеобразие двигательной сферы глухих детей, проявляющееся в отставании развития всех жизненно важных

физических способностей, замедленном овладении двигательными навыками, отклонении в развитии моторной сферы.

Большая часть авторов [1, 3, 4, 5 и др.] объясняет сниженный уровень двигательной сферы глухих и особенно координационных способностей, недостаточной функциональной активностью вестибулярного аппарата. Характерными проявлениями при этом являются нарушения статического и динамического равновесия, точности движений, пространственной ориентировки, способности усваивать заданный ритм движений. Задержка в развитии «прямостояния» приводит к нарушению ориентировки в предметном мире, что проявляется в неуверенной ходьбе и беге, значительно сужает «ближнее пространство».

В этой связи эффективность обучения слабослышащих детей выражается в приобретении ими необходимых двигательных навыков, нивелировании отставания от слышащих сверстников по уровню развития физических качеств и повышении уровня их физиологической адаптации.

Отсюда, как пишет в своем диссертационном исследовании В.Ф. Балашова [2], «...специалист по адаптивной физической культуре должен обладать способностью выбора средств и методов, адекватных особенностям слабослышащих и глухих детей, оптимально содействующих развитию всех его физических качеств; при этом, в первую очередь, необходимо научить неслышащих детей правильно и уверенно выполнять основные двигательные действия в изменяющихся условиях повседневной жизни». В качестве компенсирующих каналов обратной связи при обучении и развитии глухих детей выступают такие сенсорные системы, как зрительная, кожная, двигательная, тактильная. Успех коррекционно-педагогической деятельности во многом зависит от умения специалиста адаптивной физической культуры использовать сохранные функции занимающихся в целях их всестороннего развития и физического совершенствования.

*Объект исследования* – учебно-тренировочный процесс по лыжной подготовке со слабослышащими школьниками.

*Предмет исследования* – комплекс физических упражнений, направленных на развитие силовых и координационных способностей слабослышащих подростков.

*Цель исследования* – исследование физической подготовленности слабослышащих школьников, занимающихся лыжной подготовкой.

*Гипотеза исследования:* предполагалось, что занятия лыжной подготовкой будут способствовать улучшению силовых и координационных способностей слабослышащих школьников.

*Педагогический эксперимент* проводился на базе СДЮСШОР №1 г.о. Тольятти в период с ноября 2017 г. по март 2018 г. В исследовании приняли участие 18 детей подросткового возраста с нарушением слуха по типу тугоухости. Испытуемые были разбиты на две однородные группы по 9 человек в каждой. Контрольная группа (КГ) занималась по программе лыжной подготовки с акцентом на равномерное преодоление дистанций от 2 до 5-ти километров. Экспериментальная группа (ЭГ) занималась лыжной подготовкой с использованием дополнительных заданий, направленных на развитие силовых и координационных способностей. Так, в процессе каждого занятия испытуемые ЭГ преодолевали на лыжах подъёмы в гору на 30-50 метров, с уклоном в 20-30 градусов, классическим и коньковым стилем, с палками и без палок.

Эффективность дополнительных заданий оценивали при помощи тестовых упражнений, проведённых в начале и в конце исследования. Результаты тестирования обрабатывали методами математической статистики: вычислялись средняя арифметическая величина ( $M$ ), среднее квадратичное отклонение ( $\delta$ ), достоверность различий определялась по t-критерию Стьюдента.

Полученные результаты исследования представлены графически.

- Тест 1. «Удержание равновесия в лыжной стойке» – испытуемый принимает позу лыжной стойки на одной ноге. Даются две попытки для правой и левой ног. Отмечается лучшая попытка. Результаты отражены на рис. 1.

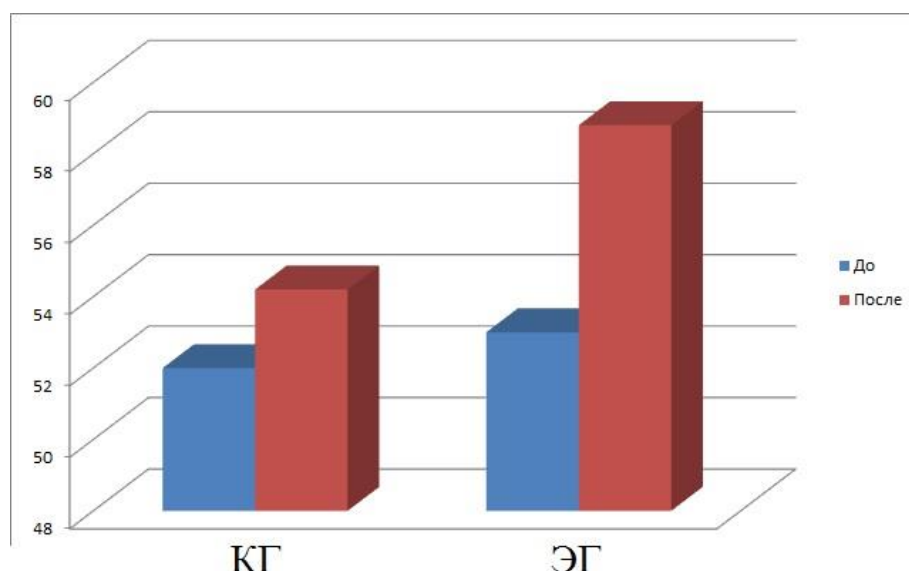


Рисунок 1 – Показатели теста «Удержание равновесия в лыжной стойке»

В этом тесте у слабослышащих школьников КГ в начале исследования  $M = 52,5 \pm 2,10 \text{ с.}$ , после педагогического эксперимента  $M = 54,2 \pm 2,3 \text{ с.**}$ , тогда как у испытуемых ЭГ в начале показатель  $M = 53 \pm 2,56 \text{ с.}$ , а в конце эксперимента  $M = 58,3 \pm 2,4 \text{ с.**}$

- Тест 2. «Прокат на одной лыже коньковым ходом» – испытуемый встаёт на линию старта и, благодаря «подседанию», делает прокат без палок на одной лыже. Дётся по одной попытке для правой и левой ног.

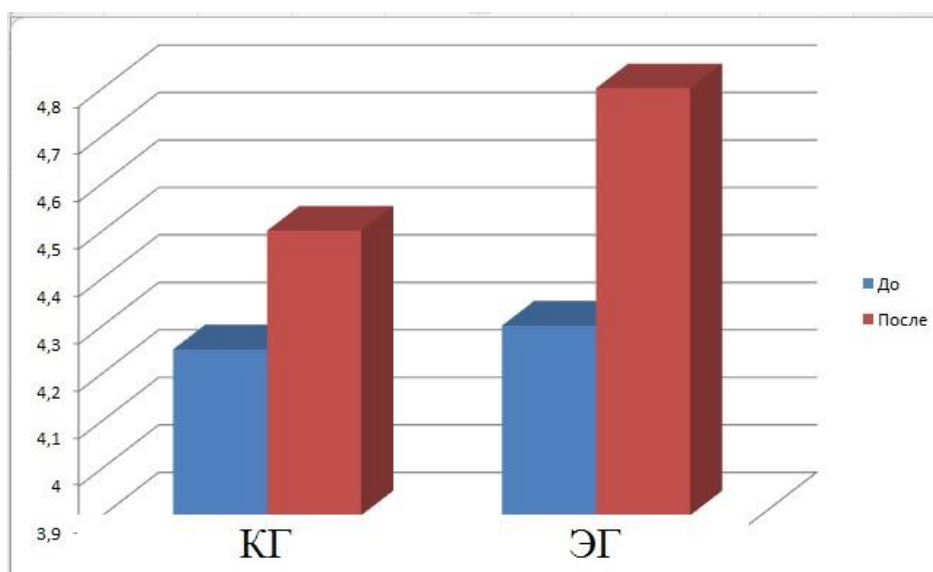


Рисунок 2 – Показатели теста «Прокат на одной лыже коньковым ходом».

Наглядно видно, что у слабослышащих детей КГ в начале исследования  $M = 4,25 \pm 0,40$  м., а после педагогического эксперимента  $M = 4,5 \pm 0,3$  м., в то время как у испытуемых ЭГ на начало эксперимента  $M = 4,3 \pm 0,41$  м., а по его окончании –  $M = 4,8 \pm 0,42$  м (рис. 2).

• Тест 3. «Прохождение дистанции 1 км» – испытуемый должен без использования палок преодолеть дистанцию в 1 км, свободным стилем.

Показатели, представленные на рис. 3, свидетельствуют о том, что в начале исследования у слабослышащих, занимающихся в КГ, средняя величина  $M$  была равна  $3,17 \pm 0,04$  мин., а после эксперимента достоверно уменьшилась до  $2,99 \pm 0,2$  мин.\* У испытуемых из ЭГ также наблюдается достоверное улучшение результата: в начале эксперимента  $M = 3,20 \pm 0,06$ , после эксперимента  $M = 2,95 \pm 0,4$  мин.\* (все-таки несколько больше).

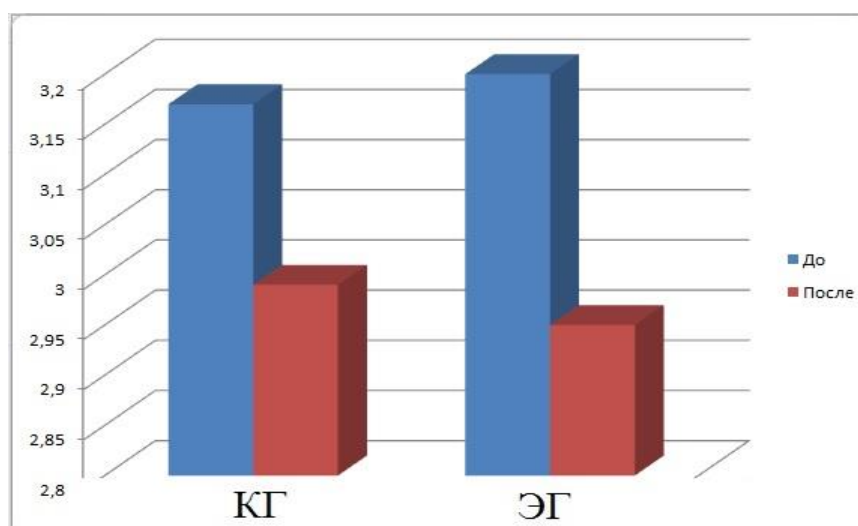


Рисунок 3 – Показатели теста «Прохождение дистанции 1 км».

Таким образом, по всем тестовым заданиям у слабослышащих школьников экспериментальной группы (ЭГ) виден более значимый прирост в исследуемых показателях по сравнению с детьми контрольной группы (КГ), что более наглядно можно представить в процентах:

1. Тест на удержание равновесия в лыжной стойке – на 10%.
2. Прокат на одной лыже свободным стилем – на 12%.
3. Тест на прохождение дистанции 1 км – на 8%.

Следовательно, гипотеза исследования подтвердилась: занятия лыжной подготовкой с использованием дополнительных заданий способствуют улучшению силовых и координационных способностей слабослышащих школьников.

#### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

- 1. Байкина Н.Г. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих / Н.Г. Байкина, Б.В. Сермеев. – М. : Сов. спорт, 1991. – 61 с.*
- 2. Балашова В.Ф. Научно-теоретические основы формирования компетентности специалиста по адаптивной физической культуре: дисс... д-ра пед. наук / Балашова Валентина Федоровна; РГУФКСМиТ. – М., 2009. – С. 166-167.*
- 3. Головщиц Л.А. Дошкольная сурдопедагогика: Воспитание и обучение дошкольников с нарушениями слуха. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 304 с*
- 4. Пеганов Ю. А. Способы повышения уровня физической подготовленности глухих и слабослышащих старших школьников / Ю.А. Пеганов, А.Г. Спицин // Дефектология. – 1998. – № 2. – С. 37-48.*
- 5. Рева А.В. Улучшение функций кардиореспираторной системы детей младшего школьного возраста с патологией слуха средствами лыжного спорта: сборник материалов Международной научно-практической конференции «Стратегическое планирование развития городов России. Памяти первого ректора ТГУ С.Ф. Жилкина». – Тольятти: ТГУ, 21-22 июня 2011 г. – Т.2. – С. 190-197.*
- 6. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л.В. Шапковой. – М.: Сов. спорт, 2003. – 463 с.*
- 7. Bernstein B. Sprasche und Lernen im Sozialisationsprozess / Bernstein B. // Einfuhrung in Padagogisches Sehen und Denken. – Munchen, 1967. – S. 253–257.*