

**МАТЕРИАЛЫ XIX МЕЖДУНАРОДНОГО
НАУЧНОГО КОНГРЕССА**

**ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ И
СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ**

Ереван – 2015

**ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО
ПРОЦЕССА В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ СО
СНИЖЕННЫМ ЗРЕНИЕМ****СЕРГИЕНКО К.Н., ДЖУХА Х. Ш.****Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина**

Аннотация: в статье рассмотрены существующие программы по физическому воспитанию детей младшего школьного возраста с нарушениями зрения. Установлено, что использование упражнений для коррекции осанки, профилактики плоскостопия являются приоритетным средством педагогического воздействия на физическое состояние данной категории детей.

Ключевые слова: обучение, анализ, метод, процесс, образование, физическое состояние, зрение, нарушение.

Abstract. Sergienko Konstantin, Habib Juha. Innovative approaches to the organization of educational process in adaptive physical education of children with visual impairment. Studied the existing programs in physical education of primary school children with visual impairments. Found that the use of exercises to correct postural disorders, prevention flatfoot and visual training are a priority means of pedagogical influence on the physical condition of this category of children.

Key words: study, analysis, method, process, education, physical condition, vision, impaired.

Введение. Анализ последних исследований показал, что вопросам изучения особенностей физического воспитания детей с нарушением зрения посвящено значительное количество научных исследований [1, 2, 5, 10,13 и др].

Изучая специфику физического развития и физической подготовленности детей со сниженным зрением, специалисты отмечают, что для детей данной нозологии характерны значительные отклонения физического развития и физической подготовленности [1]. По мнению автора, особенно заметное отставание наблюдается в координации движений, сохранения статического и динамического равновесия, ориентации в пространстве, снижения точности движений, в замедлении скорости выполнения отдельных движений [1, 12]. В ходе проведенных исследований А.А. Юрченко зафиксировал у младших школьников с ослабленным зрением функциональные нарушения осанки в сагиттальной плоскости [14]. Отмечается, что у лиц с нарушениями зрения вследствие значительных трудностей с ориентировкой в пространстве, минимизируется их двигательная активность, что вызывает отклонения в физическом и психическом развитии [4]. Согласно свидетельствам исследователей, зачастую у таких детей проявляется деформация опорно-двигательного аппарата [1, 9, 10].

Следовательно, дети указанной категории имеют характерные особенности развития, что предполагает использование уникальных подходов к развитию их физических качеств. Тем не менее, среди обилия сведений, освещающих вопросы физического воспитания детей со сниженным зрением, нам не удалось найти источники, в которые содержат информацию о существующих методах и приемах их физического воспитания. Проведенный анализ большого массива информации показал, что в настоящее время не предприняты попытки систематизировать накопленный опыт.

Методы: изучение, анализ, обобщение, систематизация данных научно-методической и специальной литературы.

Результаты исследования. Как уже отмечалось, вопросы, связанные с физическим воспитанием различных категорий людей со сниженным зрением, вызывают пристальное

внимание специалистов. В ходе изучения педагогического опыта мы обратили внимание на исследование И. А. Ахмадуллиной, в результате которого автором была предложена программа физического воспитания слабовидящих учащихся юридического и педагогического отделений средне-специального учебного заведения, которая предполагала комплексное применение специфических и неспецифических средств физического воспитания коррекционно-оздоровительной направленности. Было доказано, что среди неспецифических средств наиболее эффективными являются офтальмотренинг, самомассаж, пальминг, массаж век [3].

С целью совершенствования процесса физического воспитания подростков с нарушенным зрением, Л. Ю. Коткова провела серьезное научное исследование, результатом которого стала разработка коррекционно-развивающей методики с использованием игрового и кругового методических подходов [8].

Тем не менее, поскольку детский возраст является наиболее ответственным этапом для того, чтобы заложить у них основы здоровья, основная часть наработок направлена на совершенствования процесса физического воспитания детей со сниженным зрением. В процессе изучения данных литературы нами были получены и переосмыслены сведения о существующих методиках и технологиях, направленных на развитие физических качеств школьников со сниженным зрением.

Большой интерес вызывает методика непрерывного адаптивного физического воспитания детей старшего дошкольного возраста с нарушением зрения, разработанная О.В. Анфилатовой. Данная разработка направлена на улучшение состояния здоровья указанного контингента путем коррекции вторичных отклонений у детей [2, 14].

В свою очередь И. В. Козлов представил комбинированную методику организации учебно-тренировочного процесса слабовидящих школьников. По мнению автора, такая организация процесса физической подготовки на подготовительном этапе обеспечивает комплексное развитие физических качеств при развитии «доминантных» для каждого двигательных качеств и свойств. Применение данной методики способствовало коррекции физического развития, повышению уровня общей и специальной физической подготовленности физической подготовленности слабовидящих школьников, что обусловило улучшение показателей их психоэмоциональной сферы [7].

В ходе дифференцированного физического воспитания слепых и слабовидящих в условиях специализированного интерната Л. А. Еракова разработала и научно обосновала фитнес-технология оздоровительной направленности, использование которой позитивным образом повлияло на мотивацию школьников к занятиям физическими упражнениями [6].

Как считает В. А. Барков, для коррекции сенсорных нарушений на уроках адаптивной физической культуры нужно стремиться к максимальному уровню развития всех видов восприятия, формировать сенсорные эталоны, формы, величины предметов. По мнению автора, успешную адаптацию к предметному миру и развитие сенсорной сферы возможно достичь за счет применения методики, наиболее полно учитывающие индивидуальные особенности поражения зрительного анализатора [4].

При организации и осуществлении педагогического процесса детей со зрительной патологией Л. В. Шапкова акцентирует внимание на соблюдении принципов, используемых в специальной педагогике, а именно коррекционной и компенсаторной направленности педагогических воздействий [13]. Среди ряда применяемых методов обучения с данными категориями детей хорошо зарекомендовал себя метод практических упражнений, основанный на двигательной деятельности учащихся и предусматривающий многократное повторение изучаемых движений, выполнение их по частям и в облегченных условиях, использование страховки, звуковых и осязательных ориентиров.

Выявлено, что организовывая занятия со школьниками с нарушениями зрения, специалисты особое внимание уделяют развитию их координационных способностей. Так, Л.В. Харченко предложена коррекционная программа «Совершенствование базовых координационных способностей у школьников с нарушениями зрения», которая базируется на индивидуальном подходе с учетом степени патологии зрения и рекомендуется к использованию на протяжении всего учебного года [12].

Кроме того, большая часть исследований направлена на коррекцию осанки детей со сниженным зрением. Модульную технологию коррекции нарушений пространственной организации тела детей младшего школьного возраста со сниженным зрением предложил О.А. Юрченко. Технология, базирующаяся на дифференцированном и индивидуальном подходе, включала шесть модулей, состоящих из комплексов физических упражнений различной дидактической направленности. С точки зрения автора, при разработке комплексов упражнений необходимо учитывать возраст и пол ребенка, исходный уровень физического развития и физической подготовленности, результаты медицинского осмотра и рекомендации врачей [14].

Технологию коррекции нарушений осанки детей младшего школьного возраста с ослабленным зрением представила А.А. Дяченко. Среди главных отличий технологии следует отметить ее осуществление по данным обследования биogeометричного профиля осанки, угловых характеристик наклона туловища относительно вертикали при сохранении статической позы и при ходьбе. Отметим, что составной частью коррекционной технологии является аудио-программа «Школа осанки», которую включает текстовый компонент комплексов коррекционно-профилактических упражнений, а также музыкальные сюжеты для использования во время проведения «Фестиваля осанки» [5].

Как доказал А. П. Павлов, формированию правильной осанки у школьников с нарушениями зрения способствует использование оптимальной нагрузки физических упражнений растягивающего, силового и скоростно-силового характера [11].

Выводы. В достаточной части работ специалисты поднимают вопросы формирования правильной осанки и коррекции ее нарушений у детей со сниженным зрением.

Следует отметить, что, несмотря на то, что, по мнению специалистов [1, 5, 14], одним из сопутствующих заболеваний, характерных для слабовидящих детей является нарушение опорно-рессорной функции стопы, в настоящее время не разработана технология коррекции плоскостопия в процессе адаптивного физического воспитания. По свидетельствам многочисленных авторов, у детей с нарушениями зрения наблюдается снижение уровня физического состояния. Особенно заметное отставание от практически здоровых школьников специалисты фиксируют в уровне физического развития и развитии физических качеств, в частности координационных способностей.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в изучении и анализе существующих программ физического воспитания, предназначенных для детей со сниженным зрением, а так же обоснованию и разработке авторской программы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев В. В. Комплексная коррекция двигательных способностей школьников 12–17 лет с депривацией зрения на основе дифференцированного подхода: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / В. В. Андреев. – Набережные Челны, 2012. – 24 с.
2. Анфилатова О. В. Методика непрерывного адаптивного физического воспитания старших дошкольников с нарушением зрения: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / О.В. Анфилатова. – Киров, 2005. – 23 с.

3. Ахмадуллина И. А. Физическое воспитание слабовидящих учащихся среднего специального учебного заведения: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / И.А. Ахмадуллина. – Набережные Челны, 2011. – 24 с.
4. Барков В. А. К развитию функции "чувство предмета" у детей с нарушениями зрения на уроках адаптивной физической культуры / В. А. Барков // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Випуск 107. – Том 2. – 2013. – С. 5-8. – (Серія: Педагогічні науки).
5. Дяченко А. А. Корекція порушень постави дітей молодшого шкільного віку з пониженим зором засобами фізичного виховання: дис. ... канд. наук з фіз. вих і спорту: спец. 24.00.02 / А. А. Дяченко. – К., 2010. – 190 с.
6. Еракова Л. А. Дифференцированное физическое воспитание слепых и слабовидящих в условиях специализированного интерната: дис. ... канд. наук по физ. воспи. и спорту: спец. 24.00.02/Л. А. Еракова. – К., 2005. – 182 с.
7. Козлов И. В. Изучение эффективности программы физического воспитания слабовидящих школьников: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / И. В. Козлов. – Ярославль, 2007. – 21 с.
8. Коткова Л. Ю. Коррекционно-развивающая методика совершенствования двигательных качеств и координационных способностей слабовидящих школьников 14-15 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Л. Ю. Коткова. – Омск, 2009. – 24 с.
9. Сергиенко К.Н. Профилактика нарушений опорно-рессорной функции стопы детей 9 - 10 лет в процессе физического воспитания К. Н. Сергиенко Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. - 2003. - № 13. - С. 89-95.
10. Сергієнко К., Джуха Х. Проблема профілактики порушень опорно-рухового апарату в дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у процесі фізичного виховання К. Сергієнко, Х. Джуха Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Фізичне виховання і спорт . -2013. - Вип. 12. - С. 59-62.
11. Павлов А. П. Формування правильної постави у школярів з порушенням зору: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / А. П. Павлов. – М., 1984. – 20 с.
12. Харченко Л. В. Совершенствование базовых координационных возможностей у школьников 8-12 лет с нарушениями зрения: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Л. В. Харченко – Омск, 2009. – 23 с.
13. Шапкова Л. В. Адаптивна фізична культура: методологія та розвиток в сфері вищої професійної освіти: дис. ... доктора пед. наук: спец. 13.00.08 / Л. В. Шапкова. – СПб. – 2003. – 448 с.
14. Юрченко О. А. Корекція порушень просторової організації тіла дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у процесі фізичного виховання: дис. ... канд. наук з фіз. вих і спорту: спец. 24.00.02 / О. А. Юрченко. – К., 2012. – 247 с.

ПРОЦЕСС КОНСТРУИРОВАНИЯ ПСИХОРИТМИЧЕСКИХ АЛГОРИТМОВ ОПТИМИЗАЦИИ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНА И БИОРИТМОЛОГИЯ

СОПОВ В. Ф.

РГУФКСМиТ, Москва, Россия

Аннотация: В работе рассматриваются биологические факторы оказывающие влияние на психику спортсмена и в сочетании с циклической природой спортивной тренировки становятся процессом конструирования психоритмических алгоритмов воздействия на психическое состояние, как важнейший компонент готовности к достижению максимального спортивного результата. Приводятся примеры конкретных алгоритмов психотехнологий психологического обеспечения подготовки спортсмена.

Ключевые слова: биоритмы, психоритмические алгоритмы, психологическое обеспечение подготовки, экзистенциальная модель человека, психическое состояние, психическая саморегуляция.

Abstract: the paper deals with biological factors affecting the psyche of the athlete and, combined with the cyclical nature of sports training design process psihoritmik algorithms are the effects on mental health as an essential component to achieve maximum sports performance. Examples of specific algorithms psihotehnologij psychological training of athletes.

Keywords: biorhythms, psihoritmik algorithms, psychological training, existential model of a person's mental state, psychic self-regulation.

Введение. Возникшее противоречие между пониманием психологической подготовки или как процесса или как деятельности требует исследования её как реальной действительности. Этой реальной действительностью может быть психологическая подготовка спортсмена как *вид познавательной деятельности* [3].

Принято считать, что всякая деятельность включает в себя цели, средства, результат и сам процесс деятельности, и, следовательно, неотъемлемой характеристикой деятельности является ее осознанность.

Но в силу недостаточной отдифференцированности понятия «деятельность» от понятия «поведение», в силу сложившегося в большинстве исследований представления о том, что понятие «поведение» относится к поведению животных, из анализа жизнедеятельности человека исключаются биологические факторы, оказывающие существенное влияние на человека и носящие характер определенных ритмов.

Кроме того, существует ряд форм активности человека, которые необходимо описывать как поведение, но не как деятельность. Например, избегая боль или испытывая страх, спортсмен вряд ли осуществляет сознательную деятельность по удовлетворению своих потребностей.

Его поведенческие реакции гораздо шире и охватывают, и опираются на большое число факторов, в том числе неосознаваемых, но регулярно повторяющихся. Например, суточные, месячные, годовые биоритмы, входящие в экзистенциальной модели «Человек -и- мир» в «мир среды обитания», включающего в себя биологические законы и циклы природы, главной формой которого является адаптация. Которая, в свою очередь, является основополагающим понятием теории и методики спортивной тренировки.

При выполнении спортивной деятельности, опираясь на факторы среды обитания, спортсмен как субъект, сознательно, активно взаимодействует с окружающей действительностью, воздействует на объекты и удовлетворяет уже осознанные потребности.