

2. Bakuleva D. S. Sportivnaya travma kak istochnik smysla vysshix dostizheniy i sportivnoy professii / D. S. Bakuleva // Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii. – 2018.
3. Otsenka otlichitel'nykh chert fizicheskogo razvitiya sportsmenov vysokogo urovnya olimpiyskikh vidov sporta / S. A. Bazanovich [i dr.] // Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina. – 2019.
4. Osnovnye patogeneticheskiye faktory razvitiya sindroma polikistoznykh yaichnikov u sportsmenov / S. A. Bondarev [i dr.] // Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina. – 2019.
5. Barshak, S. I. Osobennosti vliyaniya faktorov dalnykh aviapereletov na sostoyaniye zdorov'ya sportsmenov vysokogo klassa / S. I. Barshak // Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina. – 2020.
6. Osobennosti mediko - psixologicheskogo obespecheniya sportsmenov sbornyykh komand Rossii v usloviyakh protivodeystviya koronarnu virusnoy infektsii COVID – 19 / S. I. Barshak [i dr.] // Lechebnaya fizkultura i sportivnaya meditsina. – 2020.
7. Bioimpedannoye issledovaniya sostava tela naseleniya Rossii / S. G. Rudnev [i dr.]. – 2014. – 15 s.
8. Vliyaniye morfofunktsional'nykh pokazateley na sportivnyye rezultaty unykh sportsmenov / V. V. Raush [i dr.] // Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya. – 2015. – № 1.
9. Rekomendatsii po diagnostike lecheniyu i profilaktike ojireniya u detey i podrostkov. – M. – 2015. – S.184–186.
10. Umarova, Y. V. Detskaya i podrostkovaya ginekologiya: rukovodstva dlya vrachey / Y. V. Umarova. – M.: Literatura. – 2009. – S. 342–370.

Байко О.М.

Белорусский государственный университет физической культуры

Дворянинова Е.В.

Белорусский государственный университет физической культуры»

ПРИМЕНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РАЗВИТИЕ СТАТИЧЕСКОГО И ДИНАМИЧЕСКОГО РАВНОВЕСИЯ У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ

Baiko O.M.

Belarusian State University of Physical Culture

Dvoryaninova E.V.

Belarusian State University of Physical Culture

APPLICATION OF EXERCISES AIMED AT THE DEVELOPMENT OF STATIC AND DYNAMIC BALANCE IN SCHOOL-AGE CHILDREN WITH VISUAL IMPAIRMENT

Аннотация. Статья посвящена исследованию эффективности специальной коррекционно-развивающей программы (КРП) для улучшения статического и динамического равновесия у детей 10–11 лет с нарушениями зрения. КРП была апробирована на базе специальной школы. Результаты показали, что у детей, применявших КРП, наблюдалось значительное улучшение равновесия, что делает программу перспективной для использования в коррекционной работе.

Ключевые слова: статическое равновесие; динамическое равновесие; дети школьного возраста; нарушения зрения; физическое воспитание, физические качества.

Abstract. The article is devoted to the study of the effectiveness of a special correctional-developmental program (CDP) for improving static and dynamic balance in 10–11 year old children with visual impairment. The CRP was tested on the basis of a special school. The results showed that children who used the CRP had a significant improvement in balance, which makes the program promising for use in correctional work.

Keywords: static equilibrium; dynamic equilibrium; school-age children; visual impairment; physical education, physical qualities.

Актуальность. В психофизическом развитии ребенка основополагающую роль играет зрительный анализатор. Выпадение его функции или нарушение работы приводит у детей к значительным проблемам в познании окружающего мира, уменьшает социальные контакты и возможности для занятий различными видами деятельности. Это, в свою очередь, отражается на их психофизическом развитии. Нарушения в двигательной сфере проявляются в отставании развития физических качеств, особенно координационных способностей, а также физического развития и функционального состояния [1].

В специализированных школах для детей с нарушениями зрения физическое воспитание – это одно из наиболее важных и необходимых средств гармоничного и всестороннего развития детей, поддержания их здоровья и профилактики прогрессирования нарушений зрения. Физическое воспитание имеет свои особенности у слабовидящих и слепых детей, они вызваны не только нарушениями зрения и вторичными заболеваниями, но и низкими показателями физического состояния [2]. Важность повышения этих показателей трудно переоценить, тем более что в Республике Беларусь каждый год около 1500 человек, по данным Национального статистического комитета республики Беларусь за 2021 г., впервые признаются инвалидами по зрению [1].

Цель работы: изучить влияние разработанной коррекционно-развивающей программы на статическое и динамическое равновесие у детей 10–11 лет с нарушениями зрения. Для достижения цели были поставлены следующие задачи:

1. Изучить развитие статического и динамического равновесия и функциональное состояние у детей 10–11 лет с нарушениями зрения.
2. Разработать, апробировать и внедрить коррекционно-развивающую программу на развитие статического и динамического равновесия у детей 10–11 лет с нарушениями зрения;
3. Оценить динамику показателей статического и динамического равновесия и функционального состояния у детей 10–11 лет с нарушениями зрения под действием коррекционно-развивающей программы.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось в 3 этапа. Согласно цели каждого этапа решались поставленные задачи. На первом этапе были сформулированы, обоснованы цель и задачи исследования, проведены анализ и обработка данных научно-методической литературы. Производилось изучение уровня развития равновесия у детей 10–11 лет с нарушениями зрения. Для оценки уровня развития статического равновесия была подобрана группа тестов – проба Ромберга

(усложненная) – «пяточно-носочная» поза; тест стойка на носках; проба Ромберга «Ласточка»; проба Ромберга (простая). А также группа тестов для определения уровня развития динамического равновесия – тест «Прыжки с остановкой по хлопку»; тест ходьба по гимнастической скамье; тест прыжки через гимнастическую скамью; тест ходьба по линии с разворотом.

На втором этапе была разработана и апробирована, предложенная нами коррекционно-развивающая программа (КПР), направленная на развитие равновесия у детей с нарушениями зрения.

На третьем этапе проводилась обработка и оценка динамики прироста показателей, характеризующих развитие равновесия у детей 10–11 лет с нарушениями зрения.

Педагогическое исследование проводилось на базе ГУО «Специальная общеобразовательная школа № 188 для детей с нарушениями зрения г. Минска» в течение 60 дней. Под наблюдением находилось 16 детей (8 мальчиков и 8 девочек) в возрасте 10–11 лет с нарушениями зрения. Для проведения исследования дети были разделены на 2 группы: экспериментальную (ЭГ) и контрольную (КГ) по 8 человек каждая. Уроки по адаптивному физическому воспитанию (АФВ) проводились 2 раза в неделю по 45 минут в КГ и ЭГ. Также в двух группах применялись дополнительные занятия – в ЭГ 2 раза в неделю по 25 мин. использовались упражнения на фитболах и балансерах; в КГ 2 раза в неделю по 25 мин. специальные упражнения на развитие равновесия.

В дополнительных занятиях в ЭГ использовались следующие средства: упражнения на фитболах – «Балансирование», «Вращение бедрами», «Ходьба сидя на фитболе», «Поднимание таза», «Сгибание ног», «Скручивание», «Боковые скручивания», «Подъем бедер», «Скручивание с отягощением» [3]. А также упражнения на балансерах в различных и.п. с удержанием позы на одной ноге и на двух, сидя и в упоре (таблица).

Таблица – Коррекционная направленность специальных средств

Средства	Коррекционная направленность	Двигательные действия
Специальные упражнения	Развитие равновесия	Необычные И.П., зеркальное выполнение упражнений, изменение скорости, темпа направления движений по сигналу, сочетание с ритмичным дыханием.
Подвижные игры и эстафеты	Развитие равновесия, повышение эмоционального тонуса.	«Кто больше», «Пройди по дорожке», «шагай через кочки», «Пронеси, не урони».
Упражнения на снарядах	Развитие равновесия.	Ходьба по бревну, ходьба с предметом на голове.
Упражнения на фитболах	Развитие равновесия.	Скручивания на фитболе; Подтягивание коленей с фитболом.
Упражнения на балансерах	Развитие равновесия.	Удержание статической позы; приседания с удержанием осанки; удержание предмета на голове; поднимание на носки; стойка на одной ноге.

Для оценки эффективности нами были использованы следующие пробы и тесты: «Проба Ромберга (простая), Проба Ромберга «Ласточка», Тест «Стойка на носках», Проба Ромберга (пяточно-носочная), Тест «Прыжки с остановкой по хлопку», Тест «Ходьба по гимнастической скамье», Тест «Прыжки через гимнастическую скамью», Тест «Ходьба по линии с разворотом»».

Результаты и их обсуждение. Результаты педагогического тестирования представлены на рисунках 1–2.

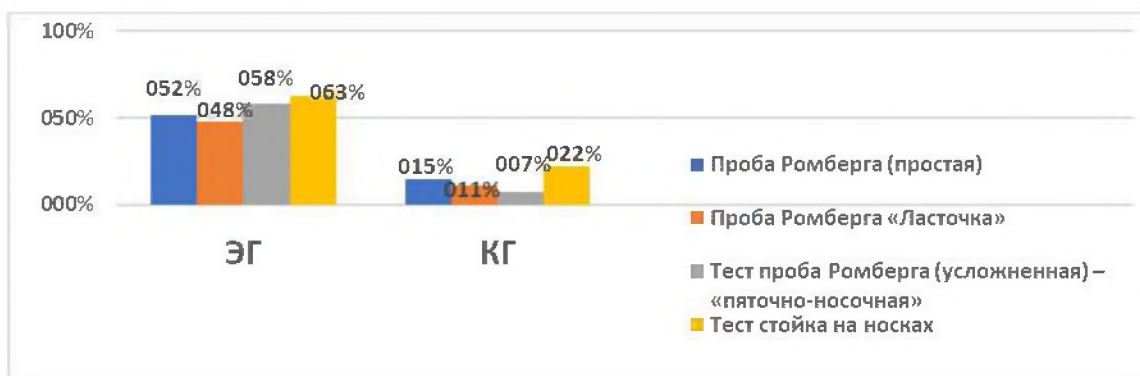


Рисунок 1. – Показатели прироста (в %) развития статического равновесия в КГ и ЭГ после проведения КРП

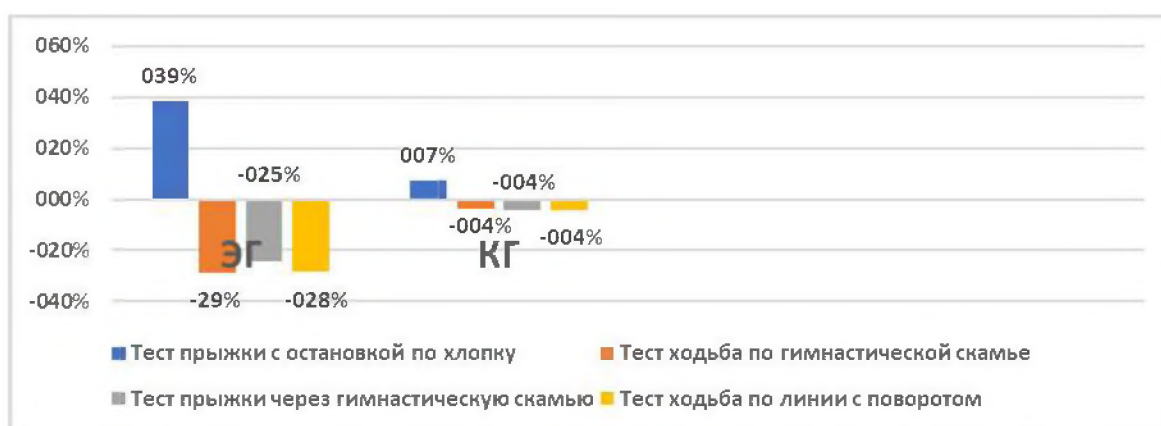


Рисунок 2. – Показатели прироста (в %) развития динамического равновесия в КГ и ЭГ после проведения КРП

Выводы. После применения КРП развитие статического и динамического равновесия улучшилось, по сравнению с исходным, на 24 %. Это свидетельствует о том, что разработанная нами коррекционно-развивающая программа положительно влияет на равновесие детей с нарушениями зрения, и является более эффективной, чем программа, используемая в школе №188 для детей с нарушениями зрения. Она может быть рекомендована для применения в качестве средства коррекции равновесия у данной категории детей.

1. Всемирная организация здравоохранения: ВОЗ [электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/blindness-and-visual-impairment> – Дата доступа: 22.04.2024

2. БелГа/В Беларуси осуществляется весь спектр диагностики и лечения глазных болезней [Электронный ресурс] – 2021. Режим доступа: <http://www.golk.by/vhttp://www.golk.by/v-belarusi-osushhestvlyaetsya-ves-spektr-diagnostiki-i-lecheniya-glaznyx-boleznej/belarusihttp://www.golk.by/v-belarusi-osushhestvlyaetsya-ves-spektr-diagnostiki-i-lecheniya-glaznyx-boleznej/osushhestvlyaetsya-ves-spektr-diagnostiki-i-lecheniya-glaznyx-boleznej/html>. – Дата доступа: 05.05.2024.

3. Дворянинова, Е.В. Эффективность применения голбола с целью развития равновесия у детей 9–10 лет с нарушениями зрения / Е.В. Дворянинова, А.И. Солдатенкова, А.В. Шибко // Ученые записки: сборник научных трудов / Белорусский государственный университет физической культуры РБ; ред. кол. С. Б. Репкин [и др.]. – Вып. 24.– Минск, 2021. – С. 106–111.

Богданова Е.В.

ФГБОУ ВО «Луганский государственный педагогический университет»

СОЦИАЛИЗАЦИЯ СТУДЕНТОВ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ ЧЕРЕЗ ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕАБИЛИТАЦИОННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ПРОЦЕССЕ ИНКЛЮЗИВНОГО ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Bogdanova E.V.

Luhansk State Pedagogical University

SOCIALIZATION OF STUDENTS WITH DISABILITIES THROUGH PHYSICAL EDUCATION AND REHABILITATION ACTIVITIES IN THE PROCESS OF INCLUSIVE EDUCATION AT THE UNIVERSITY

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос влияния физкультурно-реабилитационной деятельности в процессе инклюзивного обучения в вузе на процесс социализации студентов с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья, представлен потенциал данного рода деятельности, описаны формы физкультурно-реабилитационной работы в вузе.

Ключевые слова: студенты, инвалидность, инклюзия, инклюзивное обучение, вуз, деятельность.

Abstract. The article considers the issue of the influence of physical culture and rehabilitation activities in the process of inclusive education at the university on the process of socialization of students with disabilities and disabilities, presents the potential of this type of activity, describes the forms of physical culture and rehabilitation work at the university.

Keywords: students, disability, inclusion, inclusive education, university, activity.

Социализация студентов с инвалидностью через физкультурно-реабилитационную деятельность в процессе инклюзивного обучения в вузе представляет собой многоаспектный и актуальный подход, направленный на интеграцию этих студентов в образовательную среду. Физкультурные занятия не только способствуют улуч-