

Изменение физической подготовленности у испытуемых КГ и ЭГ за экспериментальный период представлено на рисунке 4

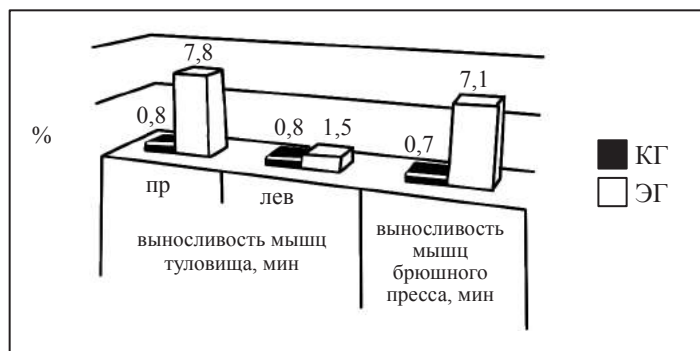


Рисунок 4 – Изменение физической подготовленности у испытуемых КГ и ЭГ за экспериментальный период

Силовая выносливость правой и левой половины туловища у испытуемых КГ увеличилась на 0,8 %, в ЭГ силовая выносливость правой стороны туловища увеличилась на 7,8 %, тем самым силовая выносливость левой стороны туловища увеличилась на 1,5 %. Силовая выносливость мышц брюшного пресса у лиц КГ возросла на 0,7 %, а силовая выносливость мышц брюшного пресса ЭГ возросла на 7,1 %

Выводы

В результате изучения физического развития, функционального состояния дыхательной системы и сердечно-сосудистой системы, а также физической подготовленности детей среднего школьного возраста с нарушением осанки во фронтальной плоскости до исследования было установлено, что их уровень ниже, чем уровень развития у здоровых детей того же возраста, но не имеющих данной патологии.

Разработанная нами программа по полученным результатам доказывает благоприятное воздействие на уровень развития физической подготовленности у детей экспериментальной группы по сравнению с испытуемыми контрольной группы.

Оценки динамики полученных результатов, позволяет говорить о том, что разработанная программа восстановления детей экспериментальной группы, имеющих нарушения осанки, оказалась довольно эффективной и может быть использована на базе детского оздоровительного лагеря «Святязь».

1. Белякова, Н. Т. Формирование правильной осанки / Н. Т. Белякова // Физкультура в школе. – 1999. – № 4. – С. 8–14.
2. Гамза, Н. А. Культура осанки: метод. пособие / Н. А. Гамза, А. И. Разживин. – Минск: БГИФК, 1987.
3. Потапчук, А. А. Осанка и физическое развитие детей: учеб. / А. А. Потапчук, М. Д. Дидур. – СПб.: Речь, 2001.

РАЗВИТИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВКИ ДВИЖЕНИЙ ПАЛЬЦЕВ У ДЕТЕЙ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

Зыбин Ю.В., Калюжин В.Г., канд. мед. наук, *Тимофейчик С.Ч.*,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

В мире насчитывается более 300 млн человек с интеллектуальной недостаточностью. Согласно мировой статистике, умственно отсталыми считаются 2,5–3 % от всего населения планеты, к примеру, слепота встречается в 25 раз реже. Данная проблема касается каждой 10-й семьи. Из всех нарушений здоровья человека интеллектуальная недостаточность является самой распространенной.

Однако 87 % случаев – это легкое снижение интеллекта, заметное только в школе, а в целом такие люди легко приспособляются к обычной жизни [8]. Специалисты, занимающиеся изучением данной категории детей, определяют интеллектуальную недостаточность не как болезнь, а как состояние психического недоразвития, характеризующееся многообразными признаками как в клинической картине, так и в комплексном проявлении физических, психических, интеллектуальных, эмоциональных качеств [9].

Особенности моторики у детей с интеллектуальной недостаточностью обусловлены, прежде всего, недостатками высших уровней регуляции. Это порождает низкую эффективность операционных процессов всех видов деятельности и проявляется в несформированности тонких дифференцированных движений, плохой координации сложных двигательных актов, недостатках целесообразного построения движений, затруднениях при выполнении или изменении движений по словесной инструкции [7].

Адаптивная физическая культура для детей с интеллектуальной недостаточностью – это не только одно из средств устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптации в социуме [2].

Отсутствие или ограничение двигательной активности тормозит естественное развитие ребенка, вызывая цепь негативных реакций организма: ослабляется сопротивляемость к простудным и инфекционным заболеваниям, создаются предпосылки для формирования слабого, малотренированного сердца. Отставания в физическом развитии у детей с интеллектуальной недостаточностью, степень приспособления к физической нагрузке зависят не только от поражения ЦНС, но и являются следствием вынужденной гипокинезии. Гипокинезия часто приводит к избыточному весу, а иногда к ожирению, что еще больше снижает двигательную активность [6].

Цель исследования: разработать коррекционно-развивающую программу по развитию точной дифференцировки движений пальцев рук у детей с интеллектуальной недостаточностью легкой степени.

Исходя из поставленной цели исследования, были сформулированы следующие задачи:

1. Разработать и апробировать коррекционно-развивающую программу по развитию точной дифференцировки движений пальцев рук у детей 4–5 лет с интеллектуальной недостаточностью легкой степени.

2. Установить эффективность влияния разработанной коррекционно-развивающей программы на развитие точной дифференцировки движений пальцев рук у детей 4–5 лет с интеллектуальной недостаточностью легкой степени.

Исследование проводилось на базе ГУО «Специальный ясли-сад № 407» г. Минска. В данном учреждении обучаются дети в возрасте от 4 до 5 лет с различными психоневрологическими заболеваниями. Чаще всего это детский церебральный паралич, синдром Дауна, интеллектуальная недостаточность, синдром повышенной нервной возбудимости, задержка психического развития.

Всего в исследовании приняло участие 12 детей 4–5 лет с диагнозами синдром Дауна, интеллектуальная недостаточность легкой степени, аутизм и синдром Франчискетти.

Контрольную группу (КГ) составили 6 детей (3 девочки и 3 мальчика), экспериментальную группу (ЭГ) – также 6 детей (2 девочки и 4 мальчика). Группы приблизительно равны по возрасту, уровню физического развития и степени интеллектуальной недостаточности.

У детей запас общих сведений об окружающем беден, однако они ориентируются в группе, реагируют на простые инструкции. Внимание непроизвольное, характеризуется неустойчивостью, слабой переключаемостью. Память ситуативная, нет целенаправленности. Запоминание носит стихийный характер. Основные движения и двигательные навыки сформированы по возрасту. Координация общих движений не нарушена, однако моторная координация недостаточно сформирована. Также отмечается недостаточность тонких дифференцированных движений пальцев рук.

Занятия в экспериментальной группе по адаптивному физическому воспитанию проводились 2 раза в неделю по установленной программе специального яслей-сада № 407, но на занятиях в основной части была включена наша коррекционно-развивающая программа.

Мы предложили увеличить количество упражнений с предметами до 15 минут. На каждом занятии с целью развития схватывающей способности пальцев кистей рук выполнялись упражнения с предметами, упражнения для развития мышц, кистей рук и пальцев, подвижные игры, а также пальчиковая гимнастика.

Чтобы удостовериться, что дети в контрольной и экспериментальной группах были одинаковы по своим физическим возможностям, был проведен ряд тестов.

В таблице 1 представлены данные сравнительного анализа параметров точной дифференцировки движений пальцев рук у детей в контрольной и экспериментальной группах до начала проведения исследований.

Как видно из данных, представленных в таблице 1, статистически достоверных различий в группах не было. На основании этого можно сделать вывод, что дети КГ и ЭГ по показателям мелкой моторики были идентичны.

Таблица 1 – Показатели тестирования точной дифференцировки движений пальцев рук у детей контрольной и экспериментальной групп до начала проведения исследования

Тесты	КГ	ЭГ	$t_{\text{факт.}}$	$t_{\text{крит.}}$	p
«Золушка», с	75,2±0,91	75,0±0,74	0,14	2,23	>0,05
«Бусинка», с	60,8±0,66	60,5±0,81	0,31	2,23	>0,05
«Фасолинка», с	59,7±0,97	58,7±0,73	0,83	2,23	>0,05
«Спички – синички», с	62,2±1,48	62,0±1,86	0,07	2,23	>0,05
«Бусины – горошины», с	78,5±0,84	77,5±0,97	0,8	2,23	>0,05

Таким образом, представленные в таблице 1 данные результатов всех тестов до начала исследования как в контрольной группе, так и в экспериментальной, не имели статистических достоверных различий. Это доказывает, что изначально по уровню базового развития точной дифференцировки движений пальцев рук дети в обеих наблюдаемых группах были практически одинаковы.

В таблице 2 представлены результаты тестирования уровня развития точной дифференцировки движений пальцев рук у детей экспериментальной группы до начала и после занятий по разработанной нами коррекционно-развивающей программе.

Таблица 2 – Динамика показателей точной дифференцировки движений пальцев рук у детей экспериментальной группы в ходе проведения занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе

ТЕСТЫ	До начала	После	t _{факт.}	t _{крит.}	p
«Золушка», с	75,0±0,74	71,7±0,83	3,06	2,23	<0,05
«Бусинка», с	60,5±0,8	57,3±0,68	3,02	2,23	<0,05
«Фасолинка», с	58,7±0,73	55,7±0,73	2,91	2,23	<0,05
«Спички – синички», с	64,0±1,06	58,8±1,01	3,56	2,23	<0,05
«Бусины – горошины», с	77,5±0,97	74,2±0,66	2,81	2,23	<0,05

Как следует из представленных в таблице 2 данных, под воздействием разработанной нами коррекционно-развивающей программы наблюдается статистически выраженное улучшение показателей точной дифференцировки движений пальцев рук у детей экспериментальной группы.

Специально организованные занятия по адаптивному физическому воспитанию для детей с интеллектуальной недостаточностью имеют особое значение в развитии точной дифференцировки движений пальцев рук [1].

Необходимость использования новых средств для развития точной дифференцировки движений пальцев рук обоснована, с одной стороны, тем, что тенденции снижения числа детей с дефицитом интеллекта с каждым годом не просматривается, а с другой – с практической значимостью разработки для них программы, позволяющей производить больший эффект [3].

Наше исследование дает основание наметить некоторые пути совершенствования занятий адаптивного физического воспитания, направленных на развитие точной дифференцировки движений пальцев рук у детей с интеллектуальной недостаточностью; использованные нами упражнения в игровой форме, апробированные тесты в исследовании применялись не только на занятиях физическим воспитанием, но и на предметных уроках, внеклассных занятиях [4].

Точная дифференцировка движений пальцев рук составляет основу жизни ребенка. Ее целенаправленное развитие играет немаловажную роль для детей дошкольного возраста, так как именно этот возраст является сенситивным [7].

Для достижения цели нами проведено исследование исходного уровня точной дифференцировки движений пальцев рук данного контингента детей с использованием серии контрольно-педагогических испытаний (тестов). Разработана комплексная программа, направленная на развитие точной дифференцировки движений пальцев рук и оценена ее эффективность [4].

Оценив уровень точной дифференцировки движений пальцев рук у детей исследуемых групп, мы выявили, что достоверных различий между ЭГ и КГ нет. Это дало нам право использовать группы в эксперименте.

Сравнительный анализ эффективности разработанной коррекционно-развивающей программы и базовой, используемой в яслях-саду № 407 на развитие точной дифференцировки движений пальцев рук у детей 4–5 лет с нарушением интеллекта достоверно подтверждает эффективность разработанной программы.

Таким образом, несмотря на то, что умственная отсталость – явление необратимое, это не значит, что она не поддается коррекции. Постепенность и доступность дидактического материала при занятиях физическими упражнениями создают предпосылки для овладения детьми разнообразными двигательными умениями, игровыми действиями, для развития физических качеств и способностей, необходимых в жизнедеятельности ребенка.

1. Вайзман, Н. П. Психомоторика умственно отсталых детей / Н. П. Вайзман. – М.: Педагогика, 1997. – 234 с.
2. Гаврилушкина, О. П. Воспитание и обучение умственно отсталых дошкольников / О. П. Гаврилушкина, Н. Д. Соколова. – М.: Просвещение, 1985. – 254 с.
3. Дудьев, В. П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи / В. П. Дудьев // Дефектология. – 1999. – № 4. – С. 36–40.
4. Каныгина, Е. В. Адаптация средствами АФК мелкой моторики детей с умственной отсталостью легкой степени / Е. В. Каныгина, В. Г. Калюжин // «Мир без границ»: материалы Всеросс. научно-практ. конф. для студ. и молодых ученых, посвящ. Всемирному дню инвалидов (14 декабря 2012 года, Ставрополь) / под ред. С. В. Бобрышева. – Ставрополь: СГПИ, 2012. – С. 101–104.
5. Катаева, А. А. Дошкольная олигофренопедагогика / А. А. Катаева, Е. А. Стребелева. – М.: Владос, 1998. – 268 с.
6. Кольцова, М. М. Ребенок учится говорить / М. М. Кольцова. М.: Сова, 1979. – 156 с.
7. Шапкова, Л. В. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии / Л. В. Шапкова. – М.: Детство-пресс, 2001. – 160 с.
8. Шапкова, Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры / Л. В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2004. – 608 с.