

их интересными и увлекательными. Контрольным упражнением для тестирования студентов в скандинавской ходьбе является прохождение дистанции 1600 м более чем за 17 минут с обязательным контролем пульса в начале и конце прохождения дистанции. Желательно использование шагомера для подсчета шагов, сделанных по дистанции. Также студенткам предложено вести дневник тренировки (маршрут, продолжительность и время прохождения дистанции, темп передвижения) и дневник самоконтроля (контроль за частотой сердечных сокращений, артериальным давлением, субъективными признаками). Скандинавская ходьба подходит как для занятий в рамках учебного процесса, так и самостоятельно. Эффективность скандинавской ходьбы не уступает бегу, плаванию и занятиям на тренажерах.

Внедрение скандинавской ходьбы в учебный процесс по физическому воспитанию помимо развития функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы, будет способствовать укреплению иммунитета, оздоровлению организма и увеличению двигательной активности студентов.

Исследования в данном направлении продолжаются.

УДК 376.016:796-053.2+159.9

Косяк Л.С.

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ РАННЕГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ ПСИХОФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Kosiak L.S.

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

FEATURES OF PHYSICAL TRAINING OF YOUNG CHILDREN WITH MENTAL AND PHYSICAL RETARDATION

ABSTRACT. Early detection and early correctional work are essential for mental and physical development of young children.

KEYWORDS: children; infancy; mental and physical retardation; physical education methodology.

АННОТАЦИЯ. раннее выявление и ранняя коррекционно-развивающая работа являются крайне важными для развития детей раннего возраста.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: дети; ранний возраст; нарушения психофизического развития; методика физического воспитания.

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является актуальной. В стране формируется система **ранней комплексной помощи**, предполагающая максимально раннее выявление нарушений в развитии и как мож-

но более раннее начало работы, коррекции и компенсации вторичных отклонений в развитии детей младенческого и раннего возраста. В настоящее время направление работы с детьми раннего возраста становится все более востребовано. При общей тенденции снижения рождаемости отмечается рост случаев патологии, отклонений и нарушений развития у новорожденных. Именно поэтому раннее выявление и ранняя коррекционно-развивающая работа являются крайне важными для развития ребенка.

Нарушения психофизического развития у детей заметны с первых часов жизни, прежде всего, отсутствием психофизиологических реакций на кормление, положение тела, природные раздражители и др. В связи с этим, с раннего возраста в ходе наблюдения и обследования обязательно отмечается физическое развитие общей моторной, мелкой и артикуляционной моторики детей. На первом году жизни отмечается несвоевременное удержание головы (в пределах нормы до 3 месяцев), овладение положением лежа на боку, сидением (в пределах нормы до 6 месяцев), вертикальным положением и ходьбой (в пределах нормы до 12 месяцев), иногда к концу раннего возраста. Наблюдается неустойчивость, неуклюжесть походки, замедленность или импульсивность движений.

Оценивая в целом значимость раннего возраста в онтогенезе, Н.Ю. Борякова (2004) отмечает, что это особый период становления детского организма, формирования их функций, прежде всего, функций мозга. Функции коры головного развиваются в результате взаимодействия организма с социальной средой, и особенно интенсивно это происходит в первые три года жизни, что образует базу для когнитивного и социального развития [3].

Непременным условием реализации присущих определенному этапу онтогенеза функциональных возможностей, оптимальной жизнедеятельности организма и сохранения его здоровья является соответствие эндогенных и экзогенных факторов. На всех этапах развития активными экзогенными факторами, воздействующими на ребенка, являются средства и методы воспитания и обучения [1].

У детей раннего возраста потребность в двигательной активности очень высока. Согласно исследованиям М.И. Фонарева, неправильно сформированный двигательный навык в раннем возрасте остается на всю жизнь и с большим трудом поддается коррекции. Неправильно сформированные движения в раннем возрасте приводят к неравномерному развитию мышц, нарушению осанки, искривления позвоночника, к отклонениям в развитии внутренних органов. В раннем детском возрасте депривация потребности в спонтанной двигательной активности крайне неблагоприятно сказывается на развитии детей [5].

Ранний возраст является уникальным и определяющим для всего последующего умственного, физического, речевого и эмоционального развития детей. Это период становления функциональных систем, формирования высших корковых функций в результате взаимодействия ребенка с окружающей средой, что особенно интенсивно происходит в первые три года жизни. Совершенствуются способности мозга принимать сигналы из внешнего мира, перерабатывать и хранить информацию, формируются процессы восприятия, наглядно-действенного и наглядно-образного мышления, памяти, внимания, что создает базу для дальнейшего психического развития. Поэтому отклонения в моторном, психическом, речевом и эмоциональном развитии, которые проявляются уже в раннем возрасте, отрицательно влияющие на дальнейшее

развитие ребенка, вызывая трудности в овладении чтением, письмом и счетом, являются причиной появления вторичных психофизиологических наслоений.

В связи с этим особое значение приобретают методы ранней диагностики, направленной на всесторонний анализ психического, физического и речевого развития детей с целью выявления и преодоления недостатков. Основные задачи диагностики в специальной педагогике и психологии – установление первичного дефекта и целенаправленная коррекция выявленных нарушений и предупреждение возможных вторичных последствий. Самое раннее вмешательство с целью выявления и преодоления отклонений в развитии детей раннего возраста и предупреждения их последствий является сегодня актуальным и побуждает к разработке и систематизации диагностических методик и дидактических материалов для работы с детьми раннего возраста в условиях ДДУ, ПМПК и семьи [2].

Международные стандарты по обеспечению прав детей с первых дней жизни наиболее активно стали разрабатываться после принятия ООН Всеобщей декларации прав человека, в которой оговорено, что «материнство и младенчество дают право на особое попечение и помощь» (ст. 25). Большую работу проводит Всемирная организация здравоохранения, разрабатывающая документы по охране здоровья и прав лиц с ограниченными возможностями. Ранняя комплексная помощь может оказываться детям в возрасте до трех лет с «факторами риска» в развитии в учреждениях образования, здравоохранения, социальной защиты и в семье. Она организуется в порядке, установленном законодательством Республики Беларусь [6].

Ранняя комплексная помощь включает мероприятия, направленные на выявление психических и/или физических нарушений развития, восстановление или компенсацию нарушенных структур и функций организма, ограничений активности, а также сопровождение развития, обучение детей, консультирование и обучение родителей способам ухода и оказания специальной помощи детям.

На третьем этапе (сентябрь 2011 г. – октябрь 2012 г.) проводился констатирующий эксперимент. Для решения задач исследования была определена выборка респондентов, состоящая из 72 детей раннего возраста. Им оказывалась в системе специального образования ранняя комплексная помощь в Минском городском центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации. В контрольной группе (КГ) занятия проводились по общепринятой методике, которая включала подбор упражнений по возрасту по программе. В экспериментальной группе (ЭГ) занятия проводились по разработанной нами методике.

Таблица – Показатели развития детей контрольной и экспериментальной групп

Возраст	Ползание		Сидение		Хожение		Хватание		Возраст перцепции		Развитие речи		
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	
3 мес.	x	13,2± 0,62	12,733± 0,67	10,733± 0,43	10,46± 0,38	8,83± 0,31	8,8± 0,40	6,13± 0,21	6,03± 0,22	5,2± 0,23	5,4± 0,22	6,83± 0,37	7,26± 0,38
	σ	3,33	3,63	2,33	2,05	1,68	2,15	1,14	1,18	1,24	1,22	2,018	2,08
	t набл		0,51		0,46		0,06		0,33		0,62		0,80

Особенностью разработанной нами методики было сопоставление закономерностей индивидуального (онтогенетического) развития движений, врожденных и приобретенных форм двигательной и рефлекторной деятельности, введение в систему оптимального двигательного стереотипа, характеризующего этапную и конечную цель двигательного развития. В результате исследования был отобран и сформирован закономерный комплекс двигательных развивающих средств в соответствии с основными этапами моторного развития детского организма. При разработке нашей развивающей методики были взяты за основу такие базовые сенсомоторные координации, как зрительно-моторная, слухомоторная и координация ритма, в которых интегрировано несколько базальных факторов развития. У детей, имеющих риск отставания, обследование проводилось несколько раз в год.

Наличие значительной положительной динамики, выявленной у детей с особенностями психофизического развития в результате обучения, позволяет говорить об обратимости имеющих у них отклонений, подтверждает ведущую роль замедления темпа формирования данных процессов, а не ее локальной недостаточности и свидетельствует об эффективности предложенных методов коррекции и необходимости осуществления индивидуальной коррекционной работы именно в раннем возрасте.

Неоспоримо, что ранняя коррекция способствует предупреждению вторичных отклонений развития и реабилитации детей с особенностями развития, открывает возможности для их ранней социализации и интеграции в общество нормально развивающихся сверстников. Тем самым отпадает необходимость в дорогостоящем специальном образовании для такой категории детей.

1. Дубровинская, Н. В. Психофизиология ребенка: психофизиологические основы детской валеологии: учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений / Н. В. Дубровинская, Д. А. Фарбер, М. М. Безруких. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 144 с.

2. Калинина, Е. М. Цели и содержание ранней социализации детей дошкольного возраста с особенностями психофизического развития / Е. М. Калинина // Спец. адукацыя. Серыя «У дапамогу педагогу». – 2009. – № 4. – С. 62–63.

3. Левяш, С. Ф. Концепция сотрудничества учреждений образования с семьями детей с особенностями психофизического развития / С. Ф. Левяш // Спецыяльная адукацыя. Серыя «У дапамогу педагогу». – 2009. – № 1. – С. 8.

4. Филипович, И. В. Диагностика и коррекция психического развития: учеб.-метод. пособие: в 3 ч. – Ч. 1. Ранний возраст. – Минск: Веды, 2003. – 124 с.

5. Фонарев, М. И. Физическое воспитание детей раннего возраста / М. И. Фонарев. – М.: Просвещение, 1978. – 120 с.

6. Официальный ресурс Министерства образования Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://edu.gov.by/sistema-obrazovaniya/spets-obr/informatsiya>. – Дата доступа: 02.03.2019.