

ПРИМЕНЕНИЕ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ПРОГРАММЫ СЕНСОРНО-МОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЛЕГКОЙ СТЕПЕНЬЮ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТИ

Калюжин В.Г., канд. мед. наук, доцент,

Вашкевич М.А.,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Республика Беларусь

Люди с умственной отсталостью во многих странах составляют одну из самых многочисленных групп граждан с ограниченными возможностями. Умственная отсталость как проблема не знает границ и не зависит ни от национальности, ни от социального, ни от экономического положения [2]. Во всем мире людей с интеллектуальной недостаточностью насчитывается более 300 миллионов [4].

В Международной классификации болезней приведено следующее определение «Умственная отсталость – это состояние задержанного или неполного развития психики, которое в первую очередь характеризуется нарушением способностей, проявляющихся в период созревания и обеспечивающих общий уровень интеллектуальности, то есть когнитивных, речевых, моторных и социальных способностей» [1, 7].

У детей с умственной отсталостью отмечается замедленное формирование двигательных навыков по сравнению с нормальными сверстниками: они позже начинают сидеть, ползать, ходить. В дальнейшем проявляется несформированность тонких дифференцированных движений, плохая координация, низкая обучаемость новым двигательным действиям, косность уже сформированных навыков, недостаток целесообразного построения движений, затруднения при выполнении движений по словесной инструкции. У них слабо развиты навыки самообслуживания: многие не умеют самостоятельно мыть руки и умываться, пользоваться полотенцем и носовым платком, одеваться и обуваться и т. п. [1, 4].

Психическое недоразвитие при умственной отсталости носит тотальный характер и охватывает все сферы психики: моторику, восприятие, память, речь, интеллект и личность в целом [2]. При этом высшие формы психических процессов страдают в большей степени, чем элементарные: нарушаются точная координация движений, мелкая моторика кисти и пальцев, развитие координации движений, способность выполнять мелкими мышцами пальцев тонкие манипуляции [3].

Многие исследователи указывают на необходимость и педагогическую значимость обязательной работы по коррекции мелкой моторики у детей в комплексе коррекционно-развивающих мероприятий [6].

Значимость адаптивной физической культуры для детей с легкой степенью умственной отсталости не может быть переоценена. Именно здесь адаптивная физическая культура не имеет аналогов, равноценных по силе воздей-

ствия на все стороны социальной реабилитации человека с ограниченными умственными способностями [2].

Указывая на важность совершенствования двигательной сферы у детей, Л.С. Выготский отмечал, что относительно самостоятельная, независимая от высших интеллектуальных функций и легко упражняемая моторная сфера может дать огромные возможности в компенсации интеллектуального дефекта ребенка [1, 5].

Учитывая все вышесказанное, целью данной работы явилось определение эффективности влияния индивидуальных занятий адаптивной физической культурой на развитие мелкой моторики у детей с умственной отсталостью.

Основными методами исследования были тестирование координационных способностей мелкой моторики рук и педагогический эксперимент с последующим анализом, обработкой и обобщением полученных результатов.

Нами были исследованы дети 5–6 лет с легкой степенью умственной отсталости (n=15). 9 детей с легкой умственной отсталостью составили контрольную группу, с которой 3 раза в неделю проводились занятия физической культурой по стандартной программе для детских дошкольных учреждений. С 6 детьми, которые составили основную группу, на протяжении 5 недель 3 раза в неделю по 20–25 минут проводились дополнительные индивидуальные занятия по развитию мелкой моторики, а также ежедневно дома с родителями (в качестве домашнего задания), что составило предложенную нами программу сенсорно-моторного развития.

При проведении занятий в основной группе использовался массаж кистей и пальцев, упражнения «повтори движение» и предлагалось 5 минут активного отдыха во время которого ребенок играл с разными предметами по желанию под контролем инструктора (мячики-ежики, кубики, массажеры).

Для оценки степени развития мелкой моторики до начала, в процессе проведения и в конце выполнения разработанной нами комплексной программы сенсорно-моторного развития у детей с умственной отсталостью мы применяли следующие тесты:

1. **Тест «Отбор разноразмерных кубиков».** Для определения уровня развития тактильно-кинестетической способности рук использовался модифицированный нами тест Л.Г.Харитоновой. Мы изменили некоторые условия его проведения: заменили плоские фишки разного диаметра на кубики «ЛЕГО» (крупные – с длиной ребра 25–30 мм, средние – 15–20 мм и мелкие – 10–15 мм). Кубики «ЛЕГО», в отличие от фишек, имеют более выраженную трехмерную форму, что позволяет ребенку легче удерживать их пальцами, а исследователю – производить более глубокую дифференциальную оценку наличия или отсутствия ошибок.

Описание теста: в ограниченном пространстве (коробка размером 20×20 см) размещались 30 кубиков – по 10 кубиков большого, среднего и маленького размера. После команды испытуемый, начиная с кубиков большого размера, перекладывал их по одному в стоящую рядом коробочку. После фиксации времени кубики данного размера пересыпались обратно. Затем задание

повторно выполнялось с кубиками других размеров. Фиксировалось время перекладывания кубиков каждого размера.

Показатели времени отбора кубиков разного размера в контрольной группе (после занятий по стандартной программе физического развития) и в основной группе (после проведения разработанной нами комплексной программы сенсорно-моторного развития) представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты теста «Отбор разноразмерных кубиков»

Показатель	Контрольная группа	Основная группа	Р
Мелкие кубики (с)	23,8±0,66	19,3±1,51	<0,05
Средние кубики (с)	24,4±0,84	19,3±1,36	<0,01
Крупные кубики (с)	24,1±0,94	18,8±1,25	<0,01

Как видно из представленных результатов, время отбора кубиков разного размера у детей в основной группе наблюдения после проведения предложенной нами программы было достоверно меньше, чем в контрольной группе. Причем в основной группе в результате проведения нашей программы сенсорно-моторного развития отмечалось достоверно значимое сокращение времени отбора как кубиков крупного, так и среднего и мелкого размера.

2. Тест «Отбор одноразмерных кубиков разных цветов». Вторая наша модификация теста Л.Г. Харитоновой заключалась в том, что вместо плоских разноцветных фишек мы использовали кубики «ЛЕГО» одинакового размера и трех разных цветов: красные, желтые и синие.

Описание теста: в ограниченном пространстве (коробка размером 20×20 см) размещались по 10 кубиков красного, желтого и синего цветов одного размера. После команды испытуемый, начиная с кубиков красного цвета, перекладывал их по одному в стоящую рядом коробочку. После фиксации времени кубики данного цвета пересыпались обратно. Затем задание повторялось поочередно с кубиками других цветов. Фиксировалось время перекладывания для кубиков каждого цвета и количество допущенных при этом ошибок (попадание кубиков другого цвета).

В таблице 2 представлены данные о времени, затраченном детьми контрольной и основной групп наблюдения на выборку кубиков разных цветов после проведения занятий по стандартной программе физического развития (в контрольной группе) и после проведения предложенной нами комплексной программы сенсорно-моторного развития (в основной группе).

Таблица 2 – Результаты теста «Отбор одноразмерных кубиков разных цветов»

Показатель	Контрольная группа	Основная группа	Р
Зеленые (с)	29,1±1,78	22,2±0,65	<0,01
Желтые (с)	29,8±2,50	22,2±0,83	<0,05
Красные (с)	30,1±2,66	22,3±0,71	<0,05
Ошибки (кол-во)	4,2±0,86	2,8±0,54	>0,05

По результатам таблицы видно, что время сбора башни из кубиков любого цвета у детей основной группы после проведения нашей корригирующей программы стало достоверно меньше, чем у детей в контрольной группе.

Сравнительный анализ динамики показателей развития мелкой моторики после проведения программы сенсорно-моторного развития у детей с легкой умственной отсталостью имел достоверно значимые различия в основной и контрольной группах по данным тестам, что позволило говорить о результативности индивидуальных занятий адаптивной физической культурой.

Каждое занятие представляло собой комплекс упражнений, способствующих интеграции деятельности полушарий головного мозга, развитию мелкой моторики и координации движений рук, внимания, памяти, логического мышления и речи ребенка. На занятиях отмечалось повышение эмоционального настроения, интерес, активность детей при выполнении предложенных упражнений.

На основании вышеизложенного можно сделать следующие заключения:

- В настоящее время роль адаптивной физической культуры в воспитании дошкольников с умственной отсталостью весьма значительна. Но при этом большое внимание должно уделяться именно физическому развитию, которое всегда идет параллельно с развитием психики и интеллекта ребенка.

- Разработана и удачно апробирована программа индивидуальных занятий по коррекции и развитию мелкой моторики рук у детей 5–6 лет с легкой степенью умственной отсталости.

- Отмечено, что у дошкольников с легкой умственной отсталостью, занимавшихся по разработанной нами программе коррекции и развития мелкой моторики пальцев рук, произошли достоверно значимые ($p < 0,01$, $p < 0,05$) положительные изменения уровня показателей сенсорно-моторного развития, по сравнению с такими же детьми контрольной группы.

1. Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура: психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии / Н.Л. Литош. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 140 с.

2. Литош, Н.Л. Физическая культура для лиц с нарушенным интеллектом / Н.Л. Литош. – Омск: СибГАФК, 2000. – 50 с.

3. Джонсон-Мартин Нэнси М. Программа «Каролина» для младенцев и детей младшего возраста с особыми потребностями / Нэнси М. Джонсон-Мартин, Сюзен М. Аттирмнер, Кеннет Г. Дженс, Бонни Дж. Хаки. – СПб: Институт раннего вмешательства, 2002. – 336 с.

4. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под ред. Л.В. Шапковой. – Москва: Советский спорт, 2007. – 608 с.

5. Развиваем руки – чтоб учиться и писать, и красиво рисовать: популярное пособие для родителей и педагогов / С.Е. Гаврина [и др.]. – Ярославль: Академия развития, 1997. – 192 с.

6. Борисенко, М.Г. Наши пальчики играют (развитие мелкой моторики) / М.Г. Борисенко, Н.А. Лукина. – СПб: Паритет, 2002. – 144 с.

7. Варенова, Т.В. Коррекционная педагогика: учеб.-метод. комплекс для студентов специальности «Социальная работа» / Т.В. Варенова. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2007. – 112 с.