

Речицкая Екатерина Григорьевна, профессор, к.п.н.,
Московский педагогический государственный университет,
Московский институт психоанализа, Москва, Россия
Мешковский Егор Николаевич, магистр,
Московский педагогический государственный университет,
Москва, Россия

**ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
(С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА) В КОНТЕКСТЕ
СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Аннотация: В данной статье рассмотрены особенности психофизического развития и компенсаторные пути реализации комплекса разных видов адаптивного физического воспитания, физической реабилитации обучающихся с нарушением слуха на разных ступенях образования. Представлены варианты их применения и примеры направленной комплексной реабилитационной работы в контексте здоровьесберегающей деятельности. Обобщен опыт проведения элективных курсов по физической культуре и спорту для студентов с особыми образовательными потребностями (с нарушением слуха) в Московском педагогическом государственном университете.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание; физическая реабилитация; психофизическое развитие; обучающиеся с нарушением слуха.

Одним из приоритетных направлений государственной политики в настоящее время является разработка и реализация стратегии формирования у подрастающего поколения здорового образа жизни. Именно поэтому организация здоровьесберегающей среды, формирование у обучающихся знаний и практических навыков, направленных на сохранение и укрепление здоровья, является важной составной частью процесса образования.

Построение эффективной системы коррекционного обучения, воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), в том числе с нарушениями слуха, ориентированное на формирование познавательной и речевой активности, предполагает и формирование адаптивной физической культуры, физическую реабилитацию, проблемы которой рассматривались в работах Р.О.Агавеляна, Н.И.Буковцовой, А.А.Дмитриева, С.П.Евсеева, А.И.Картавцевой, А.А. Коржовой, Д.М. Маллаева, Е.Г. Речицкой, Л.М.Семеновой, Б.В.Сермеева и др [2; 5; 7] Формирование здорового и безопасного образа жизни у обучающихся, физической реабилитации и адаптации в настоящее время рассматривается в системе культурных, нравственных, личностных координат, т.е. с позиций антропоцентрической модели, которая меняет содержание мотивов здоровьесберегающей деятельности и запускает целенаправленное формирование у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья знаний, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья, в том числе у лиц с нарушением слуха, на всех ступенях непрерывного образования. Выявлено, что потеря слуха у детей сопровождается дисгармоничным физическим развитием в 62% случаев, в 80% – задержкой моторного развития. Особенно страдают из-за нарушения слуха такие качества, как равновесие (отстает от нормы в 3-5 раз), координация и точность движений (отставание на 15-20%); а скоростно-силовые качества и антропометрические показатели физического развития отличаются в незначительной степени. Отмечается также неустойчивость



вегетативной системы, большая утомляемость. Основные причины недоразвития двигательных качеств связаны с неблагоприятными факторами пренатального, натального и постнатального развития; недоразвитием кинестетического контроля над выполняемыми действиями и отсутствием слухового контроля, с гиподинамией, ограниченной словесной регуляцией действий [2; 5; 7].

Заметим, что именно на координационные способности в большей степени влияют перечисленные причины, так как они управляются на дефектной основе сенсорных систем, которые играют роль в управлении движениями. Опираясь на практический опыт, отметим, что на освоение сложнокоординационных навыков у детей с нарушением слуха тратят больше времени и, как правило, они имеют меньший результат по точности и времени движений, уступают в статическом и динамическом равновесии по сравнению со слышащими детьми. Нарушение слухового восприятия отражается и на развитии двигательной памяти детей, имеющих нарушения слуха, отмечаются также проблемы в развитии произвольного внимания и т.д. Возвращаясь к координационным способностям, заметим, что именно они являются базой для успешного формирования и совершенствования физических качеств.

Проведенная нами экспериментальная работа [7] в младших классах показала, что у слабослышащих детей наблюдается недостаточность знаний о здоровом образе жизни, проявляющаяся в их фрагментарности, а также в характеристике своего здоровья. Имеет место слабое понимание культуры здорового образа жизни, отсутствует ценностное отношение к его сохранению, не сформированы установки и жизненные потребности в своем физическом развитии, социальном и психологическом благополучии.

Вместе с тем многие особенности физического развития успешно корригируются в процессе целенаправленной коррекционной работы [2; 5; 6; 7]. При проектировании программ по формированию деятельности здоровьесбережения большое внимание должно уделяться воспитанию физической культуры обучающихся с нарушением слуха с учетом специфики социокультурной среды образовательной организации. психофизиологическими особенностями и потребностями обучающихся и запросами их родителей. На уровне дошкольного, начального, основного, среднего общего образования важно спроектировать комплекс здоровьесберегающих форм, методов и средств, направленных на формирование знаний о здоровом образе жизни и ценностного отношения к здоровью; обеспечить создание комфортной здоровьесберегающей среды в образовательной организации. В воспитание физической культуры входит осознание ценности здорового образа жизни, повышение двигательной активности, осведомленности в разных областях физической культуры, развитие навыков обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Большое значение в этом плане имеет физкультурно-оздоровительная работа в образовательных организациях на всех ступенях обучения. Физкультурно-оздоровительная работа с обучающимися с нарушением слуха осуществляется по нескольким направлениям в режиме учебного дня и внеурочной деятельности: уроки физической культуры, гимнастика до занятий, физкультминутки на общеобразовательных уроках и во время самоподготовки, музыкально-ритмические занятия, занятия физкультурой на открытом воздухе, подвижные игры и развлечения на прогулках, игры на переменах, туристическая работа, спортивные праздники. Занятия должны быть направлены на коррекцию и формирование жизненно важных двигательных навыков, на развитие координационного базиса, нарушенных двигательных функций развитие мелкой моторики. Содержание занятий должно учитывать реабилитационный потенциал и обеспечивать психофизическую реабилитацию. Для детей с нарушением слуха необходима постановка следующих задач: развитие вестибулярной устойчивости, различных движений, мелкой моторики, преодоление шаркающей походки, способности выполнять движения по словесной инструкции [2; 6]. Формирование знаний о



здоровом образе жизни, физическая реабилитация будет наиболее эффективной при обеспечении комплексного подхода и реализации следующих условий [7]:

- применении здоровьесберегающей деятельности и развитии интереса и навыков бережного отношения к своему здоровью (знания о состоянии собственного здоровья, полезности физических упражнений, двигательной активности в школе и дома, стремление к активному ведению здорового образа жизни, занятиям в спортивных секциях;

- понимании педагогами и учителями-дефектологами роли и значения здоровьесберегающей деятельности и ее использованию в процессе учебной и внеурочных видах деятельности;

- реализации взаимодействия педагогических, медицинских работников, педагогов физической культуры, дополнительного образования в сфере спортивно-оздоровительной деятельности, самих учащихся и их родителей в целях планомерного сохранения и укрепления психофизического здоровья учащихся и создания комфортного эмоционально-психологического климата в классе и в образовательной организации в целом.

Говоря о вузовском обучении молодежи с нарушением слуха, отметим, что в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки глухих основными физическими качествами, обеспечивающими успешность занятий физической культуры, является мышечная сила, скоростные способности, вестибулярная устойчивость и выносливость [3]. В МПГУ традиционно поддерживается система просветительской работы со студентами, имеющими нарушения слуха, по формированию активной позиции в отношении физической культуры, учитывается, что коррекционно-развивающая среда в отношении лиц с ОВЗ должна соответствовать как общим нормативным актам проектирования физического воспитания, так и решать коррекционно-компенсаторные задачи, способствовать преодолению недостатков физического развития в аспекте лечебно-восстановительной деятельности. Отдельными локальными актами прописано создание необходимых условий для успешных занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт», предлагаются, учитывая интересы обучающихся, элективные курсы по физической культуре и спорту. Имеет место и опыт организации и проведения элективных курсов для студентов с нарушением слуха. Разработанная программа элективных курсов (с использованием игровых средств: бадминтона, волейбола, настольного тенниса, дартса и др., объемом в 328 ч. реализуется на протяжении 5-ти семестров, объем практических занятий составляет 180 ч (2ч. в неделю), самостоятельных – 148ч.

Содержание программы включает широкий арсенал средств двигательной активности, оптимальных для лиц с ОВЗ, разной направленности [3; 4]:

- ✓ оздоровительно-коррекционной;
- ✓ скоростно-силовой;
- ✓ двигательно-координационной;
- ✓ ориентированных на индивидуальные запросы;
- ✓ способности и возможности каждого студента.

Контрольные испытания свидетельствовали о достоверном повышении уровня физической подготовки обучающихся с нарушением слуха. Организованные учебно-тренировочные занятия на основе использования разнообразных средств двигательной активности и видов спортивно-оздоровительной деятельности способствовали повышению адаптационных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательных систем к физическим нагрузкам [3]. Студенты значительно изменили свою позицию к предмету «Элективные курсы по физической культуре и спорту». Посещаемость занятий выросла до 91%, изменение содержания предмета повысило мотивацию к самосовершенствованию. Поэтому наряду с общими задачами процесса физического воспитания студентов с нарушениями слухового



анализатора, на практических занятиях следует решать и специальные задачи с учетом познавательной деятельности обучающихся и предшествующего двигательного опыта [4]. А именно:

- воспитывать положительную мотивацию к самостоятельной двигательной деятельности, преодолению неуверенности в своих силах;
- осуществлять коррекцию и компенсацию недостатков физического развития;
- формировать жизненно необходимые двигательные умения на основе деятельности сохранных анализаторов;
- повышать их двигательный потенциал путем создания специальных условий, позволяющих преодолевать скованность, ограниченность движений средствами игровых видов спортивной деятельности.

По результатам заключительного анкетирования 83% опрошенных были готовы участвовать в товарищеских матчах со слышащими по тем видам спорта, которые они освоили на занятиях.

Вследствие направленной комплексной реабилитационной работы в области физического воспитания, которая должна проводиться, начиная с дошкольного возраста, лица с нарушением слуха могут достигать больших успехов в спортивной деятельности [1; 6]. Студенты с нарушением слуха, которые обучались в Московском государственном педагогическом университете (кафедра сурдопедагогики), участвовали в Сурдлимпийских играх в Тайване (серебряные медали получили Я. Герасимова – бадминтон и О. Лотина – боулинг), в мировых и европейских спортивных соревнованиях, имеют звания мастеров спорта (Зенина Е., заслуженный тренер РФ, успешно работает тренером сборной России по плаванию); А. Кулаков, мастер спорта по настольному теннису, работает преподавателем физической культуры в МПГУ. Студенты с нарушением слуха, окончившие бакалавриат по профилю, Сурдопедагогика, обучаются в магистратуре в Институте физической культуры и спорта МПГУ, в Университете физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф.Лесгафта. В частности, Е. Мешковский (МПГУ) закончил магистратуру по профилю «Управление развитием физкультурно-оздоровительных и образовательных организаций спортивной направленности». Он имеет диплом фитнес-тренера.

Таким образом, целенаправленно организованная коррекционно-компенсаторная деятельность по физической реабилитации дает позитивные результаты. Эффективность психофизического развития обучающихся, имеющих проблемы со здоровьем, достигается с позиций антропоцентрической модели за счет решения комплекса задач: образовательных, оздоровительных, воспитательных, коррекционно-развивающих и создания комфортной здоровьесберегающей среды в образовательной организации в целом.

Список литературы:

1. Актуальные проблемы и инновационные подходы в образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья. Материалы научно-практической конференции с международным участием / Под ред. проф. Е.Г.Речицкой. – М.: МПГУ, 2017. – 195 с.
2. Картавцева А.И., Евсеева О.Э. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышащих детей в дошкольных образовательных учреждениях: учебное пособие /А.И. Картавцева, О.Э.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2011г. – 156 с.: ил.
3. Мешковский, Е.Н. Особенности физической подготовки лиц 18-24 лет с нарушениями слуха / Е.Н. Мешковский, И.В. Кулькова, А.В. Кулаков // Инновации и традиции в современном физкультурном образовании: материалы Межвузовской научно-практической конференции с международным участием. сост. Т.К. Ким, Ю.И. Ерина [Электронное издание сетевого распространения] – М.: МПГУ, 2021. – С.185–190.



4. Мешковский, Е.Н. Развитие координационных способностей студентов с нарушением слуха средствами бадминтона / Е.Н. Мешковский, И.В. Кулькова, А.В. Кулаков // Проблемы и перспективы развития спортивного образования, науки и практики: материалы VI очно-заочной конференции молодых ученых. Сост. З.И.Петрина, Д.П. Степанова, отв.редактор О.Н. Степанова. – М., 2022. – С. 122–127.

5. Педагогические технологии воспитательной работы с детьми, имеющими нарушения слуха: учебное пособие для студентов вузов В 2-х частях. Изд. 2-е исправл. и дополн. / Под ред. Е.Г.Речицкой. – М.: Издательство ВЛАДОС. – 575 с.

6. Современные подходы и технологии специальной педагогики. Сборник научных статей/ Под ред. Е.Г.Речицкой и В.В.Линькова. – М.: МПГУ. 2020.–272 с.

7. Речицкая Е.Г., Хедхуд Н. Комплексный подход в создании здоровьесберегающей среды в обучении и воспитании детей с нарушениями слуха. «Наука и школа», 2014, №3. – С.59-64.

