

Навчання плавання глухих дітей дошкільного віку*Запорізький національний університет (м. Запоріжжя)*

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Серед значної кількості дітей, яких сьогодні відносять до категорії таких, хто має особливі потреби, велику групу складають особи, котрі втратили слух або мають значні його порушення.

Учені довели, що ураження слухового аналізатора негативно позначається на психічному й фізичному розвитку, соціалізації та становленні особистості глухих дітей. Ускладнений розвиток їхнього мовлення, що зумовлюється порушенням або повною втратою слуху, призводить до порушення мислення, пам'яті, уваги й інших психічних процесів, що забезпечують пізнавальну діяльність (Л. Виготський [3], В. Тарасун [5]).

Проте результати наукових досліджень і досвід спеціальної освіти показують, що діти з порушенням слуху можуть успішно опанувати програму загальноосвітньої школи за умови відповідної своєчасної та цілеспрямованої роботи. Ефективність корекційної роботи посилюється, якщо вона починається з дошкільного віку й максимально враховує наявні можливості та компенсаторні механізми психофізичного розвитку організму.

Перспективним у цьому контексті є навчання глухих дітей плавання. Відомо, що воно як засіб фізичного виховання позитивно впливає на діяльність серцево-судинної й дихальної систем організму дитини, підвищує ємність легенів, збільшує інтенсивність обмінних процесів, покращує координацію рухів та орієнтацію в просторі, сприяє вихованню в дитини самостійності, дисциплінованості, сміливості, рішучості й наполегливості (Н. Байкіна[1], Л. Глибокова [2]). Проте проблема використання плавання як засобу розвитку пізнавальної діяльності дітей дошкільного віку з порушенням слуху не була предметом спеціального дослідження.

Завдання дослідження:

- 1) формування в глухих дітей уявлення про плавання як різновид фізичної діяльності, основні рухи й способи плавання;
- 2) подолання страху перед водним середовищем, спортивною спорудою, незнайомими людьми тощо;
- 3) освоєння глухими дітьми водного середовища, ознайомлення з його властивостями та навчання найпростіших рухів і дихання.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Методика навчання плавання глухих дошкільників передбачала застосування наочних, словесних та практичних методів навчання. Специфіка роботи з глухими дітьми в басейні вимагала застосування в процесі навчання плавання умовних сигналів і жестів. Користуючись ними, можна значно швидше здійснювати зв'язок із групою, виправляти помилки, пояснювати завдання.

Наочний метод передбачав використання в роботі з глухими дітьми 5–6 років не тільки зорового сприйняття, а й асоціацій, які виникають у них при образному поясненні плавальних вправ. Наприклад: «Пірнаємо, як дельфін», «Випускаємо водичку, як кит», «Робимо ніжками фонтан», «Працюємо руками, як млин» тощо.

Слід зауважити, що у зв'язку з особливостями розвитку та сприймання глухих дітей при початковому навчанні велике значення має показ або демонстрація зразка. Порушення слуху й недостатній розвиток мовлення не давав змогу глухим дітям повною мірою сприймати усне пояснення, тому до показу ставились особливі вимоги (виразність, доступність, пряма допомога тренера або помічників).

У процесі навчання для полегшення пояснень конкретних плавальних завдань глухим дітям дошкільного віку використовували постійні й тимчасові орієнтири (поперечні та поздовжні лінії на дні басейну, різні кольори забарвлення на доріжках, прапорці на бортиках, установлені в певному місці від старту тощо).

Для оптимізації процесу навчання глухих дітей, а також їх адаптації до умов плавання використано систему жестів Н. Ж. Булгакової [4], пристосовану для навчання глухих людей різного віку. Вона була нами розширена, доповнена та конкретизована відповідно до потреб глухих дітей дошкільного віку.

Крім загальноприйнятих жестів, використовуваних учителями фізичної культури, вихователями в роботі з глухими дітьми, наприклад «Помилка», «Спочатку», «Не бавтеся!», «Виконуйте!» й ін., розроблено спеціальні жести, що дають змогу прискорити освоєння дітьми техніки виконання плавальних вправ (положення кінцівок, гребкових поверхонь, моменти найбільшого докладання зусиль, характеристика темпу та ритму рухів). Для забезпечення техніки безпеки при роботі з глухими дітьми на воді, а також їх орієнтування у водному середовищі й корекції рухів у воді всі спеціальні жести спочатку розучували на суші, у залі сухого басейну, одночасно з навчанням плавальних рухів. Тільки потім вони застосовувалися при роботі з глухими дітьми у воді.

Із практичних методів, які застосовували при навчанні навичок адаптивного плавання глухих підлітків, основне місце належало ігровому методу. Його використання передбачало організацію рухової діяльності тих, хто займається, на основі змісту, умов і правил ігор.

Також застосовували метод інтегрованого навчання: два рази на місяць проводили спільні заняття у воді з однолітками й спортсменами високої кваліфікації, без порушення слуху. На інтегрованих заняттях використовували вправи в парах із підтримкою партнера (у яких ті, щочують, виступали помічниками тренера-викладача) і демонстрацію спортсменами високої кваліфікації окремих вправ або техніки плавання в більш досконалому виконанні.

До практичних методів, які застосовувалися при навчанні адаптивного плавання глухих дітей, належали методи навчання рухових дій: розчленовано-конструктивний і цілісний методи, що застосовувалися комбіновано. Розчленовано-конструктивний метод передбачав розчленовування рухової дії на окремі фази або елементи з їх почерговим розучуванням і наступним поєднанням у єдине ціле.

Значний ефект у навчанні плавання досягався за допомогою використання такого прийому навчання, коли дітям пропонували діяти парами, допомагаючи один одному. Тим самим постійно активізувалася рухова активність дітей. При цьому потрібно зазначити, що виконання вправ у парах вимагає значних координаційних зусиль, викликає певні труднощі й вимагає більшої кількості повторень і часу для освоєння та закріплення вивченого матеріалу.

Заняття з глухими дітьми дошкільного віку склалися з трьох частин:

1. Підготовча частина. Вправи на суші. Шиккування, загальнорозвивальні вправи, демонстрація й пояснення досліджуваного способу плавання, вивчення жестів, пов'язаних із виконанням плавального елемента, виконання імітаційних вправ, вправи, спрямовані на освоєння техніки способу плавання, рухлива гра.

2. Основна робота. Вправи у воді. Шиккування, вхід у воду, повторення вивчених раніше вправ та елементів техніки плавання, виконання підводних вправ і вправ, спрямованих на освоєння плавального елемента, рухлива гра, стрибки у воду.

3. Підбиття підсумків заняття. Аналіз виконуваних вправ глухими дітьми 5–6 років, опитування щодо техніки виконання розучуваних вправ, орієнтовні основи рухової дії (ООРД). Обговорення питань, які викликають у дітей дошкільного віку ускладнення, пов'язані з виконанням плавальних вправ, рекомендації тренера щодо їх усунення.

У процесі навчання плавання глухих дошкільників ми застосовували паралельно-последовну систему навчання плавання, яка передбачала одночасне освоєння двох стилів – кролю на грудях та спині.

Склад засобів, що застосовувалися на заняттях на суші (вивчення положень, прийомів, рухових дій, орієнтирів), давав змогу послідовно збільшувати складність досліджуваних вправ, наближаючи їх до цілісного виконання, що є необхідною умовою вивчення техніки плавання. Це дало можливість підвищити моторну щільність занять у воді, зробити плавальні рухи більш доступними для освоєння глухими дітьми. Застосування великої кількості підготовчих вправ на початковому етапі навчання плавання сприяло створенню в глухих дітей рухової бази, що сприяло надалі підвищенню рівня їхнього психофізичного розвитку.

Оволодіння елементами способу адаптивного плавання та різних їх поєднань у воді (застосування різних вправ, спрямованих на формування необхідних рухових навичок і розширення рухового фонду глухих дошкільників).

Освоєння окремих елементів способів плавання у воді проводилося в такому порядку: попереднє вивчення рухів у воді в опорному положенні без просування (спираючись об бортик або дно басейну), потім у поєднанні з ходьбою по дну басейну, вивчення рухів із рухливою опорою (опора на плавальну дошку, надувні предмети), освоєння плавальної навички в безопорному положенні з просуванням (ковзання з наступними рухами кінцівками).

Навчання нових дій на цьому етапі відбувалося в такій послідовності. Спочатку схематично показували модель дії на малюнку. Малюнок залишався на видному місці, щоб кожна дитина могла його побачити. Потім виконували показ руху. Наступним кроком було виконання за допомогою прямої допомоги тренера або помічників. На початку навчання створювались умови, які сприяли полегшенню виконання дій, що вивчалися. Наприклад, виконання перекиду на початку навчання виконували на похилій площині. Потім за ступенем первісної стабілізації умінь кількість прийомів, що сприяють полегшенню умов, поступово зменшувалась і наближалась до виконання до цільових.

На початковому етапі навчання глухих дітей увага приділялася поясненню основних правил поведінки на воді, ознайомленню з командами, що подаються під час навчання в умовах басейну. Основним методом для розв'язання завдань першого етапу був ігровий, засобами – різні вправи, ігри та ігрові дії пов'язані з виконанням найпростіших рухових дій у воді.

На цьому етапі на заняттях на суші розучували такі рухи: різні стійки й положення, виси, перекиди та угруповання, переміщення кроком, на носках на п'ятах, бігом, махи руками, стрибки, вправи з предметами (м'ячами, гімнастичними палицями). Основними вимогами до виконання вправ були дотримання просторових і часових характеристик рухів. Для забезпечення оптимальної структури рухів застосовували пряму допомогу тренера, що забезпечувало додаткову інформацію глухій дитині про структуру руху й розширювало руховий досвід. На цьому етапі, крім помічників, у воді перебував і керівник, для максимально результативного використання ігрового методу. Ігри, що застосовуються у воді, розглядалися і пояснювалися на суші для подальшого практичного освоєння у воді.

Як було вказано раніше, велике значення для ефективності навчання на цьому на всіх етапах мали рухливі ігри. Вони застосовувалися як на додаткових (на суші), так і на основних заняттях (у воді); були спрямовані на всебічний розвиток рухових якостей і здібностей, формування вмінь і навичок, розширення фонду рухових дій глухих дошкільників, а також на формування стійкого й позитивного інтересу до занять плаванням. Усі ігри, що застосовувалися на заняттях із глухими дітьми 5–6 років, були розділені на дві групи – рухливі ігри на суші та у воді.

Під час проведення ігор на заняттях на суші з глухими дітьми спочатку пропонували ігри, знайомі дітям, потім у них вносили якісь зміни або доповнення, пов'язані з ускладненням умов або навчання нових рухів. Для оптимізації процесу пояснення сюжету, правил і рухових дій нових ігор застосовували допомогу дітей без порушення слуху та дорослих, які брали участь у «показовій» грі як зразка. Така допомога великою мірою сприяло скороченню часу пояснення.

При навчанні техніки плавання кролем, як на грудях, так і на спині, у глухих дітей основні ускладнення полягали в невмінні погодити безперервні рухи кінцівками з диханням у тому ритмі, що визначається структурою способу плавання. Виходячи з цього, глухим дітям пропонували поетапне освоєння техніки виконання цього виду вправи.

До факторів, що ускладнюють процес навчання плавання, можна віднести страх перед водним середовищем, перед незвичними відчуттями (при попаданні води на слизову оболонку очей, у ніс, у вуха), невпевненість у своїх силах тощо. Ці фактори особливо яскраво виражені в глухих дітей у слідстві особливостей їхнього психофізичного розвитку, а саме більш обмеженого життєвого досвіду глухих дітей, порівняно з дітьми без порушень слуху, труднощами передачі відповідної інформації, що вимагає в багатьох випадках словесних форм вираження. Щодо цього дуже ефективним засобом є гра, пропонується дітям уже на перших заняттях, у процесі гри діти значною мірою були здатні долати вищеперераховані фактори.

На кожному занятті з плавання з глухими дітьми ми враховували особливості розвитку їхньої пізнавальної сфери й створювали необхідні умови, які могли сприяти розвитку пізнавальних процесів. Для цього на експериментальних заняттях із плавання з глухими дітьми ми створювали пізнавальні ситуації, пов'язані з передачею спеціальних спортивно-плавальних знань (оволодінням технікою плавальних рухів, вивченням схем, малюнків, спеціалізованих жестів) і з рішеннями рухових завдань і творчих шляхів для їх розв'язання.

Висновки й перспективи подальших досліджень. Процес навчання плавання глухих дітей потрібно стимулювати використанням наочних зображень (плавальних рухів, команд, правил поведінки, ігор), що актуалізують образи предметів і способи їх використання.

При виконанні плавальних вправ значна увага повинна приділятися поясненню дітям просторових і часових характеристик рухів і їх навчанню. При вивченні плавальних рухів потрібно застосовувати картки із завданнями, на яких відображені схеми з виконання спеціальних вправ, вимоги щодо їх оптимального відтворення й кількості повторень. Таким чином, глухі діти мають можливість

засвоювати систему жестів і невербальних команд, за допомогою яких здійснюється керування їхніми руховими діями.

Використання спеціальних жестів сприяє усвідомленню дітьми техніки виконання плавальних вправ та прискорює їх практичне освоєння.

Список використаної літератури

1. Байкина Н. Г. Влияние потери слуха на адаптационные и реабилитационные процессы глухих подростков / Н. Г. Байкина, А. В. Мутьев, Я. В. Крет // Адаптивная физическая культура. – 2003. – № 1. – С. 3–5.
2. Глубокова Л. В. Занятия в младших классах школы для глухих детей / Л. В. Глубокова, Е. З. Яхнина // Дефектология. – 1987. – № 4. – С. 46–51.
3. Виготский Л. С. Игра и ее роль в психологическом развитии ребенка / Л. С. Выготский // Вопросы психологии. – 1966. – № 6. – С. 62–76.
4. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учеб. пособие для студ. / [Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов и др. ; под ред. Н. Ж. Булгаковой]. – М. : Academia, 2005. – 428 [1] с. – (Высшее профессиональное образование. Физическая культура и спорт).
5. Тарасун В. В. Способи уніфікації психолого-педагогічної допомоги дітям з особливостями у розвитку / В. В. Тарасун // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія : зб. наук. пр. – К., 2010. – С. 56.

Анотації

Недостатність у мовній діяльності зменшення обсягу інформації, що отримують глухі внаслідок ураження слуху, позначається на розвитку всіх пізнавальних процесів, і це, зі свого боку, накладає відбиток на розвиток рухового аналізатора й на оволодіння майже всіма видами рухових навичок. Це вимагає здійснення спеціальної корекційно-компенсаторної роботи, спрямованої на вдосконалення їхньої рухової сфери, яка ґрунтується на компенсаторних перебудовах усього розвитку глухих дітей. Завдання роботи – формування в глухих дітей уявлення про плавання як різновид фізичної діяльності, основні рухи й способи плавання. Подолання страху перед водним середовищем, спортивною спорудою, незнайомими людьми тощо. Освоєння глухими дітьми водного середовища, ознайомлення з його властивостями та навчання найпростіших рухів та дихання. Методика навчання плавання глухих дітей 5–6 років передбачає послідовну реалізацію трьох етапів: пропедевтичного, спрямованого на освоєння символічних жестів і невербальних команд, що організують виконання рухових дій глухими дітьми в умовно-водному середовищі; адаптувально-навчального, спрямованого на засвоєння техніки дихання й основних плавальних рухів у водному середовищі та їх виконання за символічно-наочними командами; розвивально-тренувального – з удосконалення координації дихання й плавальних рухів у водному середовищі за символічно-жестовими командами в індивідуальному та груповому виконанні.

Ключові слова: плавання, навчання, глухі діти, водна середа, плавальні вміння.

***Алексей Сокирко. Обучение плаванию глухих детей дошкольного возраста.** Недостаток речевой деятельности, уменьшение объема информации, которую получают глухие вследствие поражения слуха, сказывается на развитии всех познавательных процессов, и это, в свою очередь, накладывает отпечаток на развитие двигательного анализатора и на овладение почти всеми видами двигательных навыков. Это требует осуществления специальной коррекционно-компенсаторной работы, направленной на совершенствование их двигательной сферы, которая базируется на компенсаторных перестройках всего развития глухих детей. Задачи работы – формирование у глухих детей представления о плавании как разновидности физической деятельности, основные движения и способы плавания. Преодоление страха перед водной средой, спортивным сооружением, незнакомыми людьми и т. д. Освоение глухими детьми водной среды, ознакомление с его свойствами и обучение простейшим движениям и дыханию. Методика обучения плаванию глухих детей 5–6 лет предполагает последовательную реализацию трёх этапов: пропедевтического, направленного на освоение символических жестов и невербальных команд, организующих выполнение двигательных действий глухими детьми в условно-водной среде; адаптационно-учебного, направленного на усвоение техники дыхания и основных плавательных движений в водной среде и их выполнение по символично наглядным командам; развивающе-тренировочного – по совершенствованию координации дыхания и плавательных движений в водной среде с использованием символических жестов-команд в индивидуальном и групповом исполнении.*

Ключевые слова: плавание, обучение, глухие дети, водная среда, плавательные умения.

***Aleksey Sokirko. Teaching Swimming of the Deaf Children of Preschool Age.** Lack of speech activity, reducing of information volume that is received by the deaf as a result of hearing impairment influences the development of all cognitive processes and this leaves its mark on the development of motor analyser and mastering of almost all motor skills. This requires conducting of special remedial and compensatory work that is aimed at mastering of all motor spheres that is based on compensatory rebuildings of the whole development of the deaf children. Tasks of the work: formation among the deaf children the conception about swimming as a variant of physical activity, main moves and*

ways of swimming. Overcoming of fear of water, sports constructions, unknown people, etc. Mastering of the deaf children of water, acquaintance of its qualities and studying of the easiest moves and breathing. Methodology of teaching swimming of the deaf children aged 5-6 predetermines step-by-step realization of three stages: propaedeutic (aimed at mastering symbolic gestures and non-verbal orders that organize fulfillment of motor actions by the deaf children in conditional water environment), adaptational-educational (aimed at mastering of breathing technics and main swimming moves in water environment and the fulfillment according to symbolic orders), development-training (aimed at mastering of coordination of breathing and swimming moves in water environment using special gestures, orders in individual and group performance).

Key words: *swimming, teaching, deaf children, water environment, swimming skills.*