

Преодоление страховенных ситуаций в процессе начального обучения плаванию детей с нарушением интеллекта

Целью нашей работы стало повышение эффективности обучения плаванию детей с нарушением интеллекта. В число задач входило: формирование умений двигательных действий в обучении плаванию детей с нарушением интеллекта; ускорение формирования этих умений выполнением игровых заданий; преодоление страховенных ситуаций в игровой форме.

Необходимо шире применять систему подвижных игр, характеризующихся доступностью, занимательностью и произвольно регулируемой физической нагрузкой. В игре дети находятся в постоянной ситуации, требующей проявления сообразительности, что, несомненно, способствует проявлению интеллекта.

При отборе и определении последовательности применяемых игр учитываются физическая подготовленность, индивидуальные возможности и уровень воздействия страховенных ситуаций на психику ребенка. На каждом уроке плавания, при выполнении любого упражнения нужно добиваться осознания того, что это не страшно. В плавательных бассейнах детей часто гнетет обстановка – чистая вода и понимание того, что бассейн глубокий до дна, далеко пугает детей.

Самым сложным моментом является создание зрительных и кинестезических образов. Они формируются на основе показа упражнения, а также подробного и образного его пояснения. Задания сначала выполняются лучшим из учеников, а затем повторяются одновременно всеми.

Обучение не должно носить характера развлечения, но в самом начале оно должно быть достаточно привлекательным. Учителя плавательных бассейнов используют на первых занятиях разнообразные надувные шары, поплавки, разноцветные игрушки для переключения внимания детей. Чувства неуверенности, страха при этом как бы отходят на второй план, что способствует ознакомлению детей с водной средой и снижению неадекватной реакции на страховенные ситуации.

Первостепенное значение в формировании у детей с нарушением интеллекта представления об изучаемом движении, в понимании его формы и содержания, осмысливании и устранении ошибок приобретают словесные методы обучения (объяснение, рассказ, указания, оценка действия). Краткая, образная речь определяет успех этих методов.

Одним из важных моментов овладения правильной техникой предлагаемых упражнений является детальный показ, рассказ, заучивание

упражнений на бортике бассейна и только после этого перенос их в условия водной среды. Принцип последовательности, на уроках плавания, реализуется и в том, что, начиная обучение на бортике бассейна, оно продолжается затем на мелком месте бассейна или в «лягушатнике», а только после этого на «глубокой» воде.

По степени сложности овладения двигательными действиями в воде упражнения изучаются в следующей последовательности: у неподвижной опоры (бортик плавательного бассейна); с подвижной опорой (с надувным кругом, игрушкой или партнером); в безопорном положении.

Основной формой проведения занятий по обучению детей с нарушением интеллекта плаванию должно быть групповое обучение с индивидуальным подходом, которое предусматривает выполнение учениками заданий и указаний учителя, а также индивидуальную работу с отстающими учениками. На первых уроках является эффективной помощь преподавателя непосредственно в воде. В этом случае можно быстрее организовать детей, обеспечить для них надежную страховку. Необходимо заметить, что учитель по плаванию должен хорошо рассчитывать величину оказываемой помощи детям. Излишняя страховка очень часто приводит к тому, что дети медленнее осваиваются с водной средой.

Включение в группу детей, которые испытывают непреодолимую боязнь воды, ученика, прошедшего ранее курс обучения плаванию, позволяет быстрее преодолеть эти эмоции.

Методы, используемые при обучении плаванию детей с нарушением интеллекта, разнообразны. С помощью словесных методов создается предварительное представление об изучаемом движении, о его форме и характере, а также развиваются умения анализировать движение, устанавливать и устранять ошибки. Подробные объяснения техники плавания нужно проводить на суше, а в воде следует напоминать лишь о главных деталях упражнений. Команды и распоряжения надо отдавать громко и четко («Поставить кисти на колени» и т. п.). Указания используются для устранения ошибок, оценки выполняемого упражнения даются без остановки движений голосом и жестами.

Наглядные методы обеспечивают создание конкретного представления об изучаемом действии, движении или упражнении. Эти методы включают: показ упражнений, сопровождаемый краткими объяснениями основных деталей техники плавания, звуковые, зрительные и комбинированные сигналы (голосом, свистком, жестами).

Для детей с нарушением интеллекта из методических приемов обучения плаванию мы выделили следующие: облегчение условий выполнения движений (при этом упражнения проводятся в мелком бас-

сейне или при плавании поперек бассейна); усложнение условий выполнения движений – переходим к обучению в глубоком бассейне, а также плавание по всей длине бассейна безостановочно.

Образные выражения и сравнения позволяют облегчить понимание сущности задания («Гуди как паровоз», «Задуй горящую свечу», «Нырни как утка», «Вытянись в струну»). Демонстрируя элементы способа плавания, необходимо четко указывать положение конечностей, выделять работу каждого их звена, объяснять положение основных гребущих поверхностей, указывать моменты наибольшего приложения усилий в рабочем движении.

Мы считаем, что основной формой проведения занятий по обучению плаванию у детей с нарушением интеллекта должно быть групповое обучение с индивидуальным подходом, которое предусматривает выполнение занимающимися групповых и индивидуальных заданий и указаний преподавателя, а также индивидуальную работу с отстающими учениками. Необходимо использовать все многообразие методов обучения, строго соблюдая принцип последовательности.

Л.В. Цивилева (Екатеринбург)

Коррекция двигательной сферы глухих детей средствами, применяемыми в конькобежной подготовке, на уроках физической культуры

Основной целью предмета «физическая культура» в специальной школе является совершенствование личностных характеристик ученика с помощью собственно физических упражнений специальной направленности. Предложенная на сегодня программа по физической культуре, как показали результаты исследований, не может в полной мере реализовать потребности глухих детей в двигательной активности. При этом коррекция двигательной сферы не осуществляется должным образом.

Многие педагоги указывают на необходимость разработки вариативных программ, учитывающих этнокультурные и социально-экономические особенности населения.

При анализе программы по физической культуре в специальных школах обращает на себя внимание отсутствие конькобежного спорта в начальных классах, несмотря на то, что геометеорологические особенности Уральского региона способствуют занятиям на коньках. Во многих регионах коньки становятся любимым развлечением, сред-