

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-

ством оздоровления, закаливания и физического развития детей. Для проведения занятий данного вида не требуется существенных материальных средств, отсутствие которых в наше время является серьезным барьером на пути реализации обучающих программ и методик.

Многими авторами было показано, что у глухих детей отмечается ряд отклонений в психофизической сфере. Страдает физическое развитие и двигательная подготовленность. У них недостаточно развита зрительно-моторная и двигательная координация, что проявляется в неуверенности движений с плохой сохранностью статического и динамического равновесия. Для них характерен низкий уровень пространственной ориентации, замедленное овладение двигательными навыками. Все вышесказанное указывает на острую необходимость проведения специальной коррекционной работы.

Некоторые исследователи показали, что занятия на свежем морозном воздухе и конькобежная подготовка способствуют накоплению положительного эмоционального заряда, затрагивая более тонкие двигательные и координационные механизмы. В связи с этим, нами была разработана в соответствии с Госстандартом вариативная программа для глухих школьников начальных классов. Кроме того, для каждого подраздела программы (легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика, конькобежный спорт) были составлены специализированные комплексы упражнений, направленные на коррекцию отмеченных недостатков в физическом развитии глухих школьников. При этом имеющиеся нарушения объясняются не только патологией органов слуха, но и функциональной запущенностью двигательной сферы.

Следует отметить, что большинство специалистов в области дефектологии, занимающихся вопросами моторики глухих детей, считают, что действенным средством коррекции недостатков их двигательной сферы являются физические упражнения и спорт. Особое место в коррекции данной сферы глухих школьников занимают не только собственно физические упражнения, но и гигиенические факторы и естественные силы природы. Таким образом, имеются все основания полагать, что данными возможностями и располагает конькобежный спорт.

Основное содержание уроков физической культуры определяется программой, которая состоит из следующих разделов: теоретические сведения, гимнастика с элементами ритмики, конькобежная подготовка, подвижные игры, легкая атлетика, плавание.

Теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе обучения физическим упражнениям на уроке, они способствуют усвоению учебного материала. На занятиях по гимнастике учащиеся овладевают навыками выполнения простейших видов перестроений и построений,

ходьбы, бега, лазанья. Общеразвивающие комплексы по гимнастике направлены на развитие координации движения, ориентировки в пространстве. Так же программой предусмотрены упражнения на исправление дефектов опорно-двигательного аппарата. Занятия по плаванию направлены на закаливание организма детей, на обучение их умению плавать и развитию дыхательной системы.

В разделе «Конькобежный спорт» предусмотрено обучение детей технике скольжения на коньках в различных положениях, и все упражнения направлены на коррекцию двигательных нарушений: это – и координация движений, и ориентировка в пространстве, быстрота двигательной реакции, статическое и динамическое равновесие, а также осанка и умение управлять и расслаблять мышцы спины.

Большое значение в решении задач физического воспитания имеют подвижные игры, которые входят в каждый раздел программы. Немаловажную роль в этом сыграли подвижные игры, проводимые на коньках, так как они обычно проходят на высоком эмоциональном уровне и способствуют наиболее быстрому и непринужденному закреплению пройденного материала.

Педагогические наблюдения, проведенные нами в ходе эксперимента, позволяют говорить о том, что повышенный эмоциональный уровень, обеспечиваемый на уроках по конькам, положительно сказывается на всем учебном процессе глухих детей и активизирует формирование двигательных умений и навыков, придавая детям уверенность в своих силах.

Использование специализированных комплексов физических упражнений помогло глухим детям успешно овладеть новыми двигательными навыками. Более того, стерлись различия между глухими детьми и их сверстниками с нормативными характеристиками в скорости, силе, пространственной ориентации, силе мышц спины, координации движений и т. д.

Положительная реакция исследованных систем организма на предложенную нами программу, с включением вариативного компонента «конькобежный спорт» в младших классах, подтверждает правильность выбранных нами методик, что дает основание говорить о необходимости изменения программы по физическому воспитанию для начальных классов специальных школ.