

- обучению детей с особыми проблемами в развитии / Е.М. Мастюкова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1997. – 304с.
7. Особенности речевого развития в раннем возрасте у детей с последствиями перинатальной патологии нервной системы. Ранняя диагностика речевых нарушений и их коррекция. \ Володин Н.Н., Шкловский В.М., Заваденко Н.Н., Медведев М.И., Рогаткин С.О., Асмолова Г.А. – Москва, 2005. [Методические рекомендации] – 37с.
8. Психолого-педагогическая диагностика развития детей раннего дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие / Под науч. ред. Л.А. Федорович. Составители И.В. Макаренко, Л.А. Федорович – Кременчуг: Христианская Заря, 2008. – 217с.
9. Розенгарт-Пупко Г.Л. Формирование речи у детей раннего возраста/ Розенгарт-Пупко Г.Л. – М., Академия педагогических наук РСФСР, 1963.
10. Фрухт Э.Л. Сравнительный анализ шкал развития детей первого года жизни / Э.Л. Фрухт, Р.В. Тонкова-Ямпольская, В.А. Доскин // Российский вестник перинатологии и педиатрии. – 1998. – № 2. – С. 39-43.

УДК: 651.851.4 – 056.262:376

**МЕТОДИКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
ДЛЯ АКТИВИЗАЦИИ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ
ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ**

Хомякова О.В.

кандидат біологічних наук, доцент
ТНУ имени Н.И.Вернадского

Штеренберг Е.С.

УРЦ для детей с нарушением зрения г.Симферополя

В статье рассматриваются вопросы об эффективности применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе детей с нарушением зрения.

У статті розглядаються питання про ефективність застосування здоров'я зберігаючих технологій в освітньому процесі дітей з порушенням зору.

In the article questions are examined about efficiency of application of health is a guard technologies in the educational process of children with a paropsis.

Ключевые слова: дети среднего школьного возраста, нарушение зрения, оперативная память, внимание, здоровьесберегающие технологии.

Ключові слова: діти середнього шкільного віку, порушення зору, оперативна пам'ять, увага, здоров'я зберігаючі технології.

Key words: children of middle school ages, paropsis, main memory, attention, health is a guard technologies.

Проблемы влияния учебного процесса на функциональное состояние детей с нарушением зрения имеет особую актуальность при переходе с младшего звена обучения в среднее, когда ребенок взаимодействует с новой информационно-эмоциональной средой, которая может существенно влиять на формирование его психического и психофизиологического состояния. Своеобразие умственной работоспособности детей с нарушением зрения состоит в замедленности реакций, расстройствах внимания и повышенной утомляемости, что затрудняет выполнение учебной работы [1, стр.98]. Это происходит из-за несоответствия условий учебной и трудовой деятельности физиологическим возможностям организма, стремительного увеличения объемов получаемой информации, хронического эмоционального и интеллектуального напряжения на фоне дефицита двигательной активности [2, стр. 9]. Следовательно, успешность обучения, повышение умственной работоспособности, укрепление здоровья учащихся с нарушением зрения во многом зависит от использования рационального режима различных приемов, форм и методов активизирующих познавательную деятельность в образовательном процессе. Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как одну из самих перспективных систем в организации обучения, как качественную характеристику повышения умственной работоспособности и здоровья в целом [3, стр. 306].

В ходе проведения ранее исследований были выделены основные компоненты умственной работоспособности детей с нарушением зрения [4, стр.440]. Исследовательская часть работы выполнялась в условиях учебно-реабилитационного центра для детей с нарушением зрения г. Симферополя. На первом этапе проводилась диагностика некоторых психофизиологических функций 20 учащихся 11-12 лет, имеющих нарушения работы зрительного анализатора. Результаты исследования свидетельствуют об относительной неустойчивости показателей оперативной памяти, низком уровне показателей объема, концентрации и переключения внимания [4, стр.442]. На втором этапе исследования в процессе урока использовались приемы стимулирующие умственную работоспособность, в виде двух физкультурных минуток, для снятия общего напряжения, снятия утомления с глаз и стимулирующие умственную работоспособность.

Комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ)

ФМ для улучшения мозгового кровообращения.

1. Исходное положение (и. п.) – сидя на стуле, 1 - 2 – отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3-4 – голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И. п. – сидя, руки на поясе. 1 – поворот головы направо, 2 – и. п., 3 – поворот головы налево, 4 – и. п. Повторить 6-8 раз. Темп медленный.

3. И. п. – стоя или сидя, руки на поясе, 1 – махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево; 2 – и. п., 3-4 – то же правой рукой. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук.

1. И. п. – стоя или сидя, руки на поясе. 1 – правую руку вперед, левую вверх, 2 – поменять положение рук. Повторить 3-4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

2. И. п. – стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1-2 – свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3-4 – локти назад, прогнуться. Повторить 6-8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3. И. п. – сидя, руки вверх. 1 – сжать кисти в кулак, 2 – разжать кисти. Повторить 6-8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

4. И. п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1 – резко повернуть таз направо, 2 – резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

5. И. п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1-3 – круговые движения тазом в одну сторону, 4-6 – то же в другую сторону, 7-8 – руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

6. И. п. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх, 3-4 – и. п., 5-6 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

ФМ общего воздействия комплектуются из упражнений для разных групп мышц с учетом их напряжения в процессе деятельности,

4. Упражнения для мобилизации внимания.

И. п. – стоя, руки вдоль туловища. 1 – правую руку на пояс, 2 – левую руку на пояс, 3 – правую руку на плечо, 4 – левую руку на плечо, 5 – правую руку вверх, 6 – левую руку вверх, 7-8 – хлопки руками над головой, 9 – опустить левую руку на плечо, 10 – правую руку на плечо, 11 – левую руку на пояс, 12 – правую руку на пояс, 13-14 – хлопки руками по бедрам. Повторить 4-6 раз. Темп – 1 раз медленный, 2-3 раза – средний, 4-5 – быстрый, 6 – медленный.

Комплекс упражнений гимнастики для глаз.

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторить 4-5 раз.

2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3), открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5). Повторить 4-5 раз.

3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторить 4-5 раз.

4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1-4, потом перенести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

5. В среднем темпе проделать 3-4 круговых движения глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.

Упражнение «Корзинка».

Упражнение способствует развитию силы мышц и связок кисти, подвижности суставов кисти, формированию у детей мышечного чувства напряжения и расслабления работающих групп мелких мышц, улучшению их кровоснабжения.

Содержание и техника исполнения



И.п. – сидя, предплечья на столе, кисти ладонями книзу, расстояние между ними 10–15 см.

Сближая кисти ладонями к себе, пальцы переплетают так, чтобы первые и вторые (дистальные и средние) фаланги продвинулись внутрь и были плотно прижаты к ладоням. Большие пальцы соединить: они образуют «ручку» корзинки.

С силой стараться соединить основания ладоней, а пальцы внутри («в корзинке») оказывают сопротивление, локти разведены в стороны и остаются неподвижными.

Задержаться в этом положении три счета, акцентируя внимание на силовом усилии, и обратным движением вернуть пальцы в и.п. Расслабить кисти и быстро-быстро шевелить расслабленными пальцами. Повторить упражнение от 3 до 7 раз, постепенно, от занятия к занятию, увеличивая количество повторений. Темп медленный, затем средний.

Методические указания

Вначале упражнение выполняется с открытыми глазами. Нужно следить, чтобы дети не опускали голову. Затем нужно чередовать исполнение упражнения с открытыми и закрытыми глазами. Сосредоточить внимание детей на силовом усилии работы пальцев. После нескольких повторений опустить руки вниз и потрясти расслабленными руками.

Упражнение «Сбор ягод»

Упражнение способствует развитию воображения ребенка, а при выполнении с закрытыми глазами – координации движений, положительному эмоциональному настрою.

Содержание и техника исполнения

И.п. – расслабленная кисть левой руки (пальцы опущены вниз) изображает ветку с ягодами. Пальцы правой руки по очереди с каждого пальца «снимают с ветки ягоду», начиная с мизинца. Затем положение рук меняют: «ягоды с ветки снимают» пальцы левой руки.

Методические указания

Вначале упражнение выполняется медленно, затем быстро, под счет и с закрытыми глазами. «Снимая ягоду», следует плотно обхватить конечную фалангу и массирующим движением скользнуть по пальцу.

Можно соединить в одно два упражнения – «корзинку» и «сбор ягод».



Упражнение «Солнышко»

Упражнение способствует развитию координации движений, психофизической релаксации, повышению работоспособности.

Содержание и техника исполнения

И.п. – локти на столе, предплечья кверху, кисти ладонями внутрь.

На счет «раз» – кисти ладонями от себя, пальцы разведены широко врозь;

на счет «два» – руки скрестить запястьями, правая перед левой;

на счет «три» – правую кисть повернуть ладонью к себе;

на счет «четыре» – правую кисть повернуть ладонью от себя;

на счет «пять» – смена положения рук, левая перед правой;

на счет «шесть» – левую кисть повернуть ладонью к себе;

на счет «семь» – левую кисть повернуть ладонью от себя.

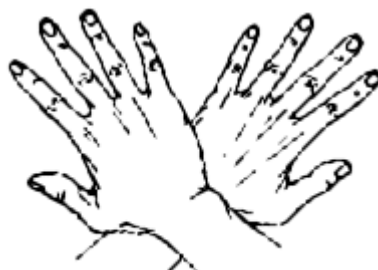
Затем все повторить, но начинать с положения «левая кисть перед правой». Повторить все упражнение от 3 до 5 раз.

Методические указания

Вначале упражнение выполняется медленно под руководством педагога с проговариванием каждого действия, а затем самостоятельно, в индивидуальном темпе, но тоже с проговариванием действий. Нужно чередовать исполнение упражнения с открытыми и закрытыми глазами, добиваться осмысленности, эмоциональной регуляции.

Предложить детям представить, как от каждого пальчика идут лучики и согревают все вокруг.

Упражнение считается освоенным, если при выполнении с закрытыми глазами дети выполняют его под счет три раза подряд без ошибок.



Упражнение «Ворота»

Упражнение способствует развитию точности и пространственной ориентации мелких движений, развитию воображения и творческого потенциала ребенка.

Содержание и техника исполнения

И.п. – сидя, сжать кисти в кулак, положив их на стол, повернув пальцами к себе на расстоянии 2-3 см.

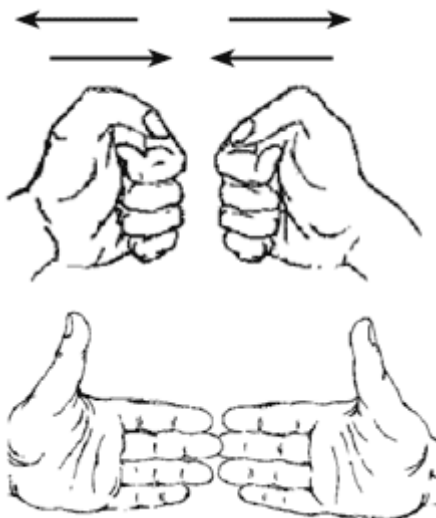
Если упражнение выполняется стоя, то руки держат перед грудью, кулаки развернуты пальцами к себе.

Выпрямляя кисть, большие пальцы отставить в согнутом положении, а остальные четыре пальца выпрямленной кисти соединить так, чтобы кончики средних пальцев касались друг друга. Удерживать это положение три счета с закрытыми глазами, постепенно сдвигая кисти, сжать пальцы в кулак. Расстояние между кулаками 1,5-2 см. Упражнение повторить 4 раза, чередуя выполнение с открытыми и закрытыми глазами.

Постепенно расстояние между кулаками увеличивается до 20-25 см. То же с закрытыми глазами.

Методические указания

Учителю следует добиваться осмысленности и точности действий ребенка. Вначале упражнение выполняется в индивидуальном темпе, постепенно увеличивая расстояние между кистями до 25-30 см и останавливая кисти на точно заданном расстоянии. Затем упражнение выполняется под счет педагога.



Упражнение считается освоенным, если при выполнении с закрытыми глазами дети выполняют его 5 раз подряд без ошибок.

Результаты проведенного исследования с использованием элементов здоровьесберегающих технологий, свидетельствуют о положительной динамике показателей умственной работоспособности: увеличении объема внимания на 10 % ($p < 0,05$), концентрации внимания на 12% ($p < 0,05$), переключаемости – на 10% ($p < 0,05$), увеличении показателей оперативной памяти на 30% ($p < 0,01$).

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Ермаков В.П. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. Пособие для учителя. /Ермаков В.П., Якунины Г.А. – М.: Просвещение, 1990. – 223с.
2. Григорьева Л.П. Психофизиология развития внимания у детей в норме и со сложными сенсорными нарушениями /Григорьева Л.П. Дефектология. – 2002. - №1. – С.3-13.
3. Хомякова О.В. Влияние аэробной нагрузки на уровень физического здоровья детей с нарушением зрения /Хомякова О.В., Сорокина Е.С. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та психологія. Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. – Випуск 15. – С.306-309.
4. Хомякова О.В., Штеренберг Е.С. Оценка уровня развития психофизиологических функций детей среднего школьного возраста с нарушением зрения /Хомякова О.В., Штеренберг Е.С. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19. Корекційна педагогіка та психологія. Збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – Випуск 21. – С.440-442.

УДК: 319.4/345

НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ НАВЧАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Чеботарьова О.В.,

кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник
Інститут спеціальної педагогіки НАПН України

У статті представлено науково-методичні засади навчання молодших школярів, покладені в основу розробки нового стандарту початкової загальної освіти дітей із порушеннями опорно-рухового апарату. Розкриваються особливості розробки змісту навчання та корекційно-розвиткової роботи з учнями, які мають рухові порушення.

В статті представлені науково-методичні підходи к обучению младших школьников, взятые за основу при разработке нового стандарта начального образования детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Раскрываются особенности разработки содержания обучения и коррекционно-развивающей работы с учащимися, имеющими двигательные нарушения.

The scientifically-methodical bases of educating of junior schoolchildren are presented in the article, fixed in basis of development of new standard of primary general education of children with violations of locomotorium. The features of development of maintenance of educating and correction-developing work open up with students, having motive violations.

Ключові слова молодші школярі із порушеннями опорно-рухового апарату, компетентнісний підхід, зміст навчання, корекційно-розвиткова робота.

Ключевые слова: младшие школьники с нарушениями опорно-двигательного аппарата, компетентносный подход, содержание обучения, коррекционно-развивающая работа.

Keywords: junior schoolchildren with violations of locomotorium, competitive approach, maintenance of educating, correction-developing work

Реформування змісту сучасної дошкільної та шкільної освіти в Україні обумовили зміни у системі спеціальної освіти, які сприяють забезпеченню оптимальних умов для розвитку особистісного потенціалу дітей з особливостями психофізичного розвитку, зокрема - з порушеннями опорно-рухового апарату, їхній соціальній адаптації та інтеграції у суспільство.

Поставленні завдання не можливо вирішити без розробки нормативно-правової бази, створення базової програми розвитку як для дітей дошкільного віку, так і удосконалення змісту освіти школярів із порушеннями опорно-рухового апарату з урахуванням їхніх психофізичних можливостей.

Слід зазначити, що змінилися пріоритети у напрямках вибору тієї чи іншої форми освіти. Якщо раніше замовником освіти виступала держава, то зараз законодавчо закріплено право батьків обирати заклад, в якому будуть навчатися їхні діти. Законодавчо підтверджено та гарантовано дітям з порушеннями опорно-рухового апарату можливість відвідувати спеціальні та загальноосвітні навчальні заклади.

Модернізація освіти школярів із порушеннями опорно-рухового апарату передбачає і створення умов для отримання психолого-педагогічного супроводу в освітніх закладах, максимально наближених до місця їх проживання. Однак