

Физическое развитие и укрепление здоровья детей с нарушением слуха в дошкольном учреждении

Здоровье – это состояние полного социального биологического и психологического благополучия, когда функции всех органов и систем органов уравновешены с природой и окружающей средой, отсутствуют какие-либо болезненные состояния и физические дефекты.

Физическое воспитание ребенка с недостатками слуха также как и слышащих, является составной частью воспитания. Физическое воспитание служит задачей всестороннего развития детей. Человек должен быть развит не только в умственном, но и в физическом отношении. Чем более гармонично будет развиваться человек, тем с большим успехом он будет решать стоящие перед ним задачи. Огромную роль в укреплении здоровья детей играет физическое воспитание.

Под физическим воспитанием подразумевается система мероприятий, направленных на укрепление и развитие детского организма. Сюда относятся создания необходимых санитарно-гигиенических условий, занятия физической культурой и спортом, и ряд других мероприятий, способствующих охране и укреплению здоровья детей. При проведении мероприятий по физическому воспитанию глухих детей необходимо иметь в виду, что почти все они перенесли те или иные заболевания и в частности мозговые, в результате чего имеют глухоту.

Анализ научных исследований, педагогические наблюдения и проведенные обследования физического состояния неслышащих детей дошкольного возраста выявили значительное отставание в показателях скоростно-силовых качеств и различных проявлениях координационных способностей.

Установлено что в дошкольном возрасте наибольший прирост показателей физических качеств у неслышащих детей происходит в те же

периоды жизни, что и у здоровых детей- с 5 до 9 лет. Это наиболее благоприятный возрастной период для развития всех физических качеств, не слышащих детей дошкольного возраста.

Глухие дети дошкольного возраста имеют свои отличительные особенности физического, функционального и психического развития. Эти особенности обуславливают специфику их физического развития. Среди глухих детей встречаются чаще нарушение осанки, сколиоз, сутуловатость, плоская грудная клетка, крыловидные лопатки, плоскостопие. В этом же возрасте показатели физического развития глухих детей (рост, вес тела, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила мышц спины, живота и клетки) также имеют отличия от показателей слышащих детей.

Наиболее заметны у глухих детей нарушения моторики. В технике выполнения циклических движений имеются отклонения: при ходьбе наблюдается шаркающая походка, а бег на полусогнутых ногах при очень малой амплитуде движений рук и незначительном наклоне туловища. Движения сами по себе лишены пластичности, действия не точные.

Развитие такого жизненно важного качества как скорость движения у глухих детей также отстает от результатов слышащих, такого же возраста, особенно скорость двигательной реакции и одиночного движения.

Также имеется ярко выраженное отставание развития двигательной памяти и уменьшение сохранить равновесие как статически, так и динамически.

Недостатки в равновесии и деятельности вестибулярного анализатора приводят к приспособительным реакциям в статике и моторике. Имеются в виду дефекты: широкая постановка ног при ходьбе и беге, усиление плоскостопия, увеличение изогнутости позвоночника. Степень сохранности вестибулярного аппарата у школьников не всегда сопровождается устойчивостью равновесия. Однако ведущим и решающим фактором в регуляции чувства равновесия является степень сохранности слуха, и мышечно суставное чувство и деятельность двигательного аппарата.

В дыхательной системе у глухих проявляются следующие отклонения: диспропорция в объеме и экскурсии грудной клетки, недостаточность жизненной емкости легких, неумение координировать дыхание с ритмом устной речи. В процессе физического воспитания в детских садах и школах для глухих детей, необходимо использовать устную речь. Включение речевого материала в содержание уроков физической культуры положительно влияет на накопление и осмысление словарного запаса, связанного с формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков на развитие интеллекта глухого ребенка.

Общеразвивающие гимнастические упражнения направлены на воспитание координации движений и развития двигательных качеств. Упражнения на формирование правильной осанки направлены на воспитание и исправление дефектов опорно-двигательного аппарата.

Подвижные игры позволяют совершенствовать технику основных движений в более сложных условиях. Необходимо выбрать те игры, которые способствуют развитию чувства равновесия, двигательной координации, зрительной ориентации, внимания, скорости движения, навыков бега, метания, прыжков, лазания, перелезания. При организации и проведении всех видов физических упражнений, в том числе и подвижных игр, учитель по возможности должен постоянно находиться в поле зрения всех учащихся для того, чтобы они могли видеть сигналы, движения и речь учителя.

Речевой материал дается во время изучения и совершенствования упражнений и включает в себя словарь и фразеологию.

Благодаря тренировкам организм более приспособлен к нагрузкам. Занятия физической культурой и спортом дают высокие показатели физической подготовленности детей с ослабленным здоровьем. Все это благодаря регулярным посещениям занятий физической культуры, тренировок, соблюдая режим дня.

Потеря слуха оказывает значительное влияние на функциональное состояние всех систем накопленный материал неврологической симптоматики глухих детей позволяет выделить некоторые поражения периферических и центральных структур, проявляющиеся в замедленном движении глаз (0,9%), языка(2,7%), акта жевания(0,3%), иннервируемых двигательными черепно-мозговыми нервами. Характерная замедленность

двигательных актов у большинства не слышащих может быть вызвана и нарушениями механизмов координации двигательных реакций.

Эти нарушения прямо или опосредованно влияют на двигательные способности, связанные с быстротой реагирования, темпом движений, скоростными качествами.

Результаты анализа особенностей проявления скоростных качеств в условиях, требующих различного уровня концентрации внимания, показали выраженные различия между глухими и слышащими. Средние величины скорости сенсорно-двигательной реакции при снижении интенсивности звукового информационного потока оказались меньше, чем при нормальном функционировании слухового анализатора.

Таким образом, своеобразие психического и физического развития глухих и слабослышащих детей обусловлено рядом причин: функциональным нарушением отдельных физиологических функций, общей соматической ослабленностью, отставанием в психическом развитии (иногда сопровождающимся задержкой психического развития, умственной отсталостью), недоразвитием или отсутствием речи. Последние в работе с глухими школьниками приобретает особую значимость, если иметь в виду, то исключительно влияние речи на психическое и физическое развитие глухих детей, которое было показано в исследованиях в общей и специальной психологии (Л.С.Выготский, А.В.Запорожец, А.Н.Леонтьев, В.И.Лубовский)

Правильное физическое воспитание компенсирует физическое развитие и двигательную сферу детей с нарушением слуха.

В «Программе воспитания и обучения глухих детей дошкольного возраста» (1991) занимают большую часть основные виды движения, относящиеся к разряду жизненно важных двигательных умений и навыков. Необходимо научить неслышащих детей правильно и уверенно выполнять эти движения в изменяющихся условиях повседневной жизни.

Иванова Маргарита Васильевна