

## Особенности физического развития детей с нарушениями слуха в ДОО

Как известно, подвижный образ жизни благоприятно сказывается на всех системах и органах ребенка. Подвижные игры и физкультура укрепляют сердечно-сосудистую систему, мышцы, стимулируют обмен веществ. Дети меньше болеют, легче переносят вирусные инфекции. Специальные дошкольные учреждения для детей с нарушениями слуха выполняют следующие задачи:

- ◆ охрану здоровья детей;
- ◆ укрепление и закаливание растущего организма;
- ◆ привитие культурно-гигиенических навыков;
- ◆ развитие целенаправленных движений;
- ◆ коррекционная работа по преодолению дефектов физического развития детей с нарушением слуха;
- ◆ обучение речи в тесной связи с физическим воспитанием детей.

В качестве средств физического воспитания можно назвать режим жизни детей, правильное питание, физические упражнения, подвижные игры.

В дошкольном учреждении функционирует группа для детей с нарушениями слуха. С 2-3-летнего возраста жизнь детей подчинена специальному режиму, который обеспечивает благоприятное протекание всех физиологических процессов в организме ребенка. В результате в коре больших полушарий головного мозга формируются условные рефлексы на время и чередование нервных процессов возбуждения и торможения. Это позволяет обеспечить четкую работу организма ребенка при выполнении определенного вида деятельности в одни и те же часы. Четкая смена отдыха и деятельности формирует динамические стереотипы жизнедеятельности.

Для группы предусмотрен свой режим дня, учитывающий психофизиологические особенности детей. Здесь четко определено время для сна, приема пищи, занятий, игр, прогулок. Для профилактики переутомления нервной системы ребенка на сон детей отводится 2-2,5 часа в дневное. Предусмотрено пятиразовое питание, ежедневные прогулки в течение 3-4 часов.

Сравнительно с обычными группами детского сада, в компенсирующей группе для детей с нарушениями слуха значительно увеличены количество и длительность организованных занятий. На дополнительных занятиях проводится коррекционная работа по развитию восприятия, речи, мышления. Подобная нагрузка требует повышения и двигательной активности детей с нарушениями слуха.

Одной из важнейших задач физического воспитания является закаливание. Оно поднимает иммунитет к простудным, инфекционным заболеваниям, повышает устойчивость к температурным раздражителям, тренирует нервную и сердечно-сосудистую системы организма. Закаливание эффективно начинать с первых лет жизни ребенка, поскольку детский организм значительно легче приспосабливается к новым условиям. В детском

саду для ребенка регулярно проводятся воздушные процедуры. Помещения, в которых спят и занимаются дети, должны регулярно проветриваться как в теплое, так и в холодное время. При занятиях физкультурой дети должны быть в легкой удобной одежде.

В процессе закаливания детей педагогам необходимо принимать во внимание состояние здоровья, индивидуальные особенности, поведение воспитанника. К ослабленным детям нужен более осторожный подход. Здесь требуется медленнее изменять силу и длительность воздействия.

В соответствии с программными требованиями и индивидуальными особенностями детей с нарушениями слуха, в группе формируются культурно-гигиенические навыки. В процессе коррекционной работы глухие и слабослышащие способны овладеть теми же культурно-гигиеническими навыками, что и обычные дети.

В два года ребенок с нарушением слуха должен уметь самостоятельно садиться на стульчик, пользоваться ложкой, пить из чашки, мыть руки, снимать отдельные предметы одежды. Формирование навыков осуществляется путем показа действия, подкрепленного словом. То есть ребенок одновременно усваивает и действие, и слово, что является необходимым для организации общения во время протекания режимных моментов.

Четырех-пятилетние дети с нарушением слуха более самостоятельны в самообслуживании. Они должны самостоятельно одеваться и раздеваться, застегивать пуговицы, завязывать шнурки. Они должны уже сами или с помощью взрослых содержать свою одежду в порядке, аккуратно складывать свои вещи на отведенные места. Ребенок должен также уметь тщательно умываться, мыть руки, чистить зубы, причесываться. Кроме того, детей с нарушениями слуха приучают к бесшумным движениям. Ребенок должен уметь тихо встать из-за стола, осторожно поставить свой стульчик на место, при ходьбе не шаркать ногами, не толкаться. Культурно-гигиенические навыки прививаются в процессе показов, упражнений, а также игр. Так, к примеру, для обучения застегиванию пуговиц организуются специальные занятия, на которых дети сначала на дидактических пособиях: домиках, цветочках — застегивают пуговицы. Так же осуществляется обучение зашнуровыванию и завязыванию шнурков. Таким образом, ребенок с нарушением слуха учится воспринимать, анализировать, обобщать, предвидеть результат практических действий.

Для нормального физического и психического развития ребенку необходима двигательная активность. Развитие основных движений очень важно для детей с нарушениями слуха. Оно осуществляется как на занятиях, так и в самостоятельной повседневной жизни. Основными формами физического воспитания в группе для детей с нарушениями слуха являются:

♦ утренняя гимнастика благоприятно воздействует на весь организм, повышает его работоспособность, формирует правильную осанку, походку, осуществляет профилактику плоскостопия. В утреннюю гимнастику включаются упражнения в соответствии с программными требованиями

каждого года обучения. В основном это простые построения, ходьба, бег, подскоки, подвижные игры. Продолжительность утренней зарядки колеблется от 4 до 12 минут, в зависимости от возрастной группы детей;

♦ занятия по физической культуре проводятся 2 раза в неделю в спортивном зале. В разновозрастной группе продолжительность занятия 20-30 минут. Основные задачи каждого года обучения можно увидеть в программе детского сада. Здесь же представлен словарь, употребляемый детьми в устной и дактильной форме во время занятий. Программа включает и перечень основных видов движения: построение, ходьба, бег, прыжки, ползание, лазание, перелезание, упражнения с различными предметами и без них, корригирующие упражнения (развитие равновесия, формирование правильной осанки, предупреждение плоскостопия);

♦ подвижные игры позволяют стимулировать активную деятельность детей во время занятий. В младшем дошкольном возрасте широко проводятся игры по подражанию животным, птицам, воспроизведению движения машины, самолета. Старшие дошкольники охотно принимают участие в играх, включающих элемент соревнования. Это активизирует детей, побуждает прилагать волевые усилия. В процессе проведения подвижных игр у детей с нарушением слуха развивается и совершенствуется точность движений, формируется реакция на словесный или звуковой сигнал, появляется умение действовать в группе сверстников с учетом игровых правил;

♦ физкультурные минутки прекрасно снимают напряжение во время занятий, предупреждают появление утомления, повышают работоспособность. Упражнения организуются педагогом и могут выполняться как вместе с ним, так и самостоятельно. В старших группах выполнение определенных упражнений сопровождается речевками. Помимо специально организованных занятий имеет место и самостоятельная двигательная активность детей. Она осуществляется перед завтраком, между занятиями, на прогулках, в часы игр, перед сном. Педагоги не должны постоянно гасить эту подвижность в целях наведения порядка и тишины в группах. Дети должны двигаться. Очень важно правильно организовать и направить эту двигательную деятельность.

Занятия по физкультуре в специальных детских дошкольных учреждениях включают в себя 3 части:

♦ вводную, которая подготавливает организм ребенка к физической нагрузке, эмоционально настраивает его, сюда входят игры на внимание, упражнения в ходьбе, беге;

♦ основную, которую составляют уже более сложные общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, подвижные игры;

♦ заключительную, которая включает в себя упражнения с замедленными движениями, приводящими организм ребенка в более спокойное состояние.

В процессе занятий по физической культуре особое внимание уделяется ходьбе. Она включается в каждое занятие и способствует формированию у детей устойчивой походки, правильной осанки, координации движений.

Дошкольники учатся ходить по одному, парами, группами. Устойчивость у ребенка тренируется путем выполнения упражнений в ходьбе между предметами, перешагивания предметов (палки, кубики, канат).

Свобода движений, координация и устойчивость вырабатываются также в процессе выполнения всевозможных упражнений в беге: бег «стайкой», в одиночку, вдоль каната, по кругу, за мячом, к флажку и т.д.

На занятиях по физическому воспитанию детей с нарушениями слуха широко проводится и коррекционная работа, направленная на устранение недостатков в двигательном развитии детей и на формирование словесной речи детей. Правильная осанка отрабатывается в процессе выполнения упражнений из положения лежа на животе и на гимнастической стенке. Задания на развитие равновесия характеризуются уменьшением площади опоры. Ребенок, к примеру, должен пройти по скамейке, доске, наклонной доске, дорожке из канатов и др.

Педагогами применяется целый комплекс двигательных гимнастических упражнений, способствующих нормальному развитию у детей с нарушением слуха грудной клетки и органов дыхания. Сюда входят голосовые и двигательные упражнения, фонетическая ритмика.

Ученые давно заметили зависимость развития устной речи от развития в целом общей моторики ребенка. Точность движений предплечья и пальцев руки, координация движений обеих рук играют значительную роль в восприятии ритма. Именно поэтому в программу специальных детских садов в целях формирования устной речи включена фонетическая ритмика.

Фонетическая ритмика — это выполнение ребенком определенных движений в сочетании с проговариванием различных составляющих речи: звуков, слогов, слов и фраз. То есть, ребенок регулярно выполняет тренировочные упражнения для развития речедвигательного анализатора, учится правильно воспринимать и воспроизводить ритмико-интонационную и слоговую структуры слова.

Одновременно с развитием движений осуществляется работа по развитию слухового восприятия. Ребенок учится различать звуковые сигналы и соотносить их с движениями. К примеру, аккорд или удар барабана может служить сигналом к началу выполнения упражнений. Многие гимнастические упражнения обязательно выполняются под музыку. Дети учатся танцевать, петь песни, играть под музыку.

Во время занятий по физической культуре дети обязательно должны общаться посредством словесной речи. Каждое новое движение сначала показывается детям без словесного сопровождения, упражнение воспроизводится детьми по подражанию. После того как дошкольники хорошо усвоят движение, педагог вновь показывает знакомое движение, но уже проговаривая словесную инструкцию. Далее сначала педагог проговаривает движение и только потом повторяет его. В дальнейшем все разученные детьми движения выполняются исключительно по словесной инструкции. Речь воспитателя также должна подчиняться определенным

требованиям. Она должна быть немногословной и включать в себя минимум слов и фраз, который нужен для точного выполнения упражнений.

Физическое воспитание, так или иначе, затрагивает и нравственное воспитание ребенка. Дошкольник, выполняя различные упражнения, воспитывает свою волю, закаляет характер. Коллективные игры и упражнения формируют у ребенка дисциплинированность, умение подчиняться общим правилам игры, способность соотносить свои желания с желаниями соратника по игре или команде.

Немаловажное значение для благоприятного воздействия физкультуры на организм ребенка приобретает его настроение. Очень важно, чтобы упражнения и подвижные игры вызывали у дошкольников только позитивные переживания. Это определяет нормальное протекание всех физиологических процессов организма ребенка: сердечной деятельности, дыхания, процессов обмена. Здесь многое зависит от воспитателя, от его умения взаимодействовать с детьми, способности поддержать дошкольника, когда что-то не получается с первого раза.

Эффективное осуществление всех задач физического воспитания делает процесс воспитания и обучения детей с нарушением слуха в дошкольном возрасте более успешным.

### **Список литературы**

1. Гигиена физической культуры и спорта: учебник / И.В. Быков [и др.]; под ред. В.А. Маргазина, О.С. Семёновой. – Санкт–Петербург: СпецЛит, 2010. – 192 с.
2. Евсеев С. П. Л. В. Адаптивная физическая культура / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. — СПб. — 240 с.
3. Картавцева О.Э. Комплексная программа адаптивного физического воспитания незлышаших детей в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие /А.И. Картавцева, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2011. – 156с.