

УДК 797.2 – 057. 874 – 056. 263

АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНОГО РОЗДІЛУ «ПЛАВАННЯ» В ПРОГРАМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ІЗ ВАДАМИ СЛУХУ

Юлія КАРБУНАРОВА

Львівський державний університет фізичної культури

Анотація. Сьогодні фахівці з фізичного виховання спрямовують свої зусилля на пошук нових форм, методів та засобів фізичного виховання для дітей із особливими потребами. Плавання як вид рухової діяльності має позитивний вплив на фізичний, психологічний та функціональний стан дітей із вадами слуху. Метою роботи є проаналізувати розділ «Плавання» у навчальній програмі з фізичної культури для дітей молодшого шкільного віку із вадами слуху.

Проаналізовано методики, що входять у навчальний процес з фізичного виховання спеціалізованих закладів освіти.

Ключові слова: програма з фізичної культури, плавання, діти з вадами слуху, молодший шкільний вік.

Актуальність. У теперішній час значно зріс інтерес до проблеми допомоги дітям із функціональними вадами розвитку, у тому числі і дітям із вадами слуху. Для корекції фізичного розвитку та інтеграції цієї групи дітей у сучасному суспільстві зусилля педагогів повинні бути спрямовані на пошук нових форм, методів та засобів навчання та виховання [14].

Молодший шкільний вік – це важливий етап у формуванні та становленні особистості, тому корекція фізичних та психічних вад у цьому віці є надзвичайно важливою. Одним із дієвих засобів розвитку та корекції осіб із особливими потребами є залучення їх до систематичної фізичної активності [4, 10, 14].

Засоби плавання через виражений вплив водного середовища є важливим компонентом фізичного виховання дітей із вадами слуху [1, 9].

У дослідженнях Д.Ф. Мосунова, А.В. Кубасова, Л.Я. Ковальової (2004) доведено високу ефективність засобів плавання у фізичному вихованні дітей, що мають відхилення у стані психічного та фізичного здоров'я. Крім основної функції оволодіння навичкою пересування у воді, ці засоби значною мірою сприяють підвищенню рівня розвитку фізичних і психічних якостей, а також оздоровленню організму в цілому. У дослідженнях А.І. Погребного, А.В. Риженкова, Д.Ф. Савкіна, Я.А. Смекалова виділено особливий вплив плавання на функціональний стан кардіо-респіраторної системи, опорно-рухового та вестибулярного апаратів дітей із вадами слуху [3, 5, 8, 9, 11].

Мета дослідження – проаналізувати розділ «плавання» в навчальній програмі з фізичної культури для дітей молодшого шкільного віку із вадами слуху.

Методи дослідження – аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури (синтез, аналіз, узагальнення).

Результати дослідження. Аналіз розділу «Плавання» програми фізичної культури для осіб із вадами слуху показав, що зміст навчального матеріалу з плавання наближений до змісту програми звичайної загальноосвітньої школи для здорових дітей [2, 6, 7].

Так, у підготовчому класі діти із вадами слуху вивчають теоретичні відомості, що містить знання про правила безпеки та поведінки на воді, а також вивчають імітацію рухів плавця (рухи руками і ногами; підготовчі вправи плавця на суші). У кінці пройденого матеріалу діти повинні продемонструвати імітацію рухів плавця, підготовчі вправи на суші, а також знати правила і дії, які забезпечують безпеку на воді. На це в підготовчому класі учням програмою передбачено 2 години [6].

У першому класі матеріал навчальної програми в розділі «Плавання» наближений до програми звичайних загальноосвітніх шкіл, адже як і для здорових дітей програма містить вправи на ознайомлення із диханням, вправи для освоєння з водним середовищем (ходьба у

воді з різними рухами, присідання, занурювання по пояс, до підборіддя), занурювання у воду із затримкою дихання, з видихом під водою, вивчення техніки ковзання на грудях та на спині, виконання спеціальних і підготовчих вправ [6].

Відрізняються лише нормативи, які мають продемонструвати учні. Так, у загальноосвітній школі учні повинні продемонструвати ходьбу по дну; вправу «медуза» або «зірочка»; ковзання на грудях та на спині. У той час як основна вимога до дітей із вадами слуху – вміння ходити у воді з різними рухами, виконання занурення до поясу та підборіддя, вміння грати у 2 – 3 ігри та знати їх організацію та правила. На освоєння цього матеріалу у програмі виділено 6 годин [6].

У 2 класі у програмі для дітей із вадами слуху передбачено вивчення різновидів ходьби і бігу у воді, вправи з зануренням у воду, розплющування очей під водою, ковзання на спині та на грудях, узгодження ковзання з роботою рук та ніг, а також плавання довільним способом. Майже такі ж вправи вивчають учні загальноосвітніх шкіл [7]. Проте в навчальному матеріалі розділу «Плавання» для учнів 2 класу відсутнім є етап виконання вправ на спливання, які є у програмі для здорових учнів. Такі вправи для дітей із вадами слуху, пропонуються лише у списку ігор на вибір.

По закінченні цього розділу програми у 2 класі учень повинен вміти ходити у воді з різними рухами; розплющувати очі у воді; виконувати ковзання на грудях і спині з роботою ніг; спеціальні вправи плавця: занурюватися по пояс, до підборіддя; уміти грати в 2–3 гри на воді та знати назви і зміст вивчених ігор та їх правила.

Як і у 1 класі, для учнів 2 класу на освоєння цього матеріалу програмою з фізичної культури відводиться 6 годин [7].

У програмі для 3 та 4 класу для дітей із вадами слуху передбачено вивчення спеціальних вправ плавця: занурення у воду з заплющеними та розплющеними очима, виконання вправ з акцентом на видих під водою, ковзання на грудях і на спині з узгодженням роботи ніг та рук, плавання довільним стилем до 20 м, вивчення техніки плавання кроль на спині та кроль на грудях в узгодженні із диханням [7].

Навчальні нормативи в цих класах – вміння занурюватись у воду з заплющеними й розплющеними очима; занурюватися по пояс, до підборіддя, уміти виконувати вдих та видих під водою; пропливати до 20м. довільним способом; демонстрація техніки ковзання на спині та на грудях з узгодженням роботи ніг та рук; вміння грати у 2 – 3 гри на воді, знати їх зміст, правила та назву.

На засвоєння цього матеріалу учням відводиться лише по 6 годин у кожному класі [7].

Таким чином, на розділ «Плавання» в молодшій школі для дітей із вадами слуху відведено на один рік навчання від 2 до 6 годин, у той час як на інші розділи програми припадає у середньому від 12 до 20 годин [2, 6, 7].

У звичайній загальноосвітній школі для здорових дітей плавання належить до розділу програми з фізичної культури – «Школа пересувань» на яку припадає 26 годин у 1 класі, 25 годин у 2, та по 24 години у 3 та 4 класах. Окрім плавання, у «школу пересувань» входить ще п'ять видів рухової діяльності, тому цілком логічно, що розподіл годин може бути такий самий як і в школі для дітей із вадами слуху, або ж учитель може замінити плавання будь-яким іншим видом рухової діяльності, чи навпаки, відвести на заняття плаванням більшу кількість навчальних годин.

Аналізуючи авторські методики навчання плавання дітей із вадами слуху в доступних нам джерелах інформації, ми виявили, що із 7 вивчених нами методик лише 3 із них цілеспрямовано розроблялися для введення в навчальний процес з фізичного виховання у спеціалізованих школах для дітей із вадами слуху, інші методики – для занять у ДЮСШ та реабілітаційних центрах.

Порівнюючи авторські методики з навчання плавання дітей із вадами слуху, ми можемо констатувати, що усі автори (А.І. Погребний, Д.Ф. Савкін., Н.А. Чистова, Т.Н. Павлова, О.А. Кузнецова, А.В. Риженков, Я.А. Смекалов) у своїй роботі на заняттях радять викори-

стовувати вправи на суші та вправи імітаційного характеру. Проте, за дослідженнями Д.Ф. Савкіна та Я.А. Смекалова, вправи на суші та вправи імітаційного характеру слід виключати із методики навчання плавання дітей із вадами слуху, оскільки вони не дають позитивного переносу у водне середовище. Усі автори радять широко використовувати ігри на воді, наочність та попередньо відпрацьовані умовні сигнали. Зважаючи на психологічний стан учнів цієї категорії, за спільною методикою Н.А. Чистової, Т.Н. Павлової та О.А. Кузнецової, а також урахувавши рекомендації Д.Ф. Савкіна та А.В. Риженкова, на заняттях з плавання корисним для дітей буде перебування тренера разом із учнями у воді, що сприятиме швидкій адаптації учнів до водного середовища. Також Н.А. Чистова, Т.Н. Павлова та О.А. Кузнецова радять використовувати оцінні таблиці, які виражатимуть певну емоцію. Також вони вважають, що навчання плавання слід починати із вивчення техніки кроль на спині, у той час як А.І. Погребний та інші стверджують, що навчання плавання потрібно розпочинати із вивчення техніки плавання кроль на грудях. Д.Ф. Савкін у своїх дослідженнях вказав на те, що дітям із вадами слуху важче освоїти техніку плавання кроль на спині [5, 8, 9, 11, 13].

Методика А.В. Риженкова була спрямовано на навчання плавання дітей молодшого шкільного віку із вадами слуху в умовах навчального закладу. Згідно з цією методикою автор рекомендує за рік навчання провести 32 заняття з плавання по 45 хвилин, 2 рази на тиждень. Для визначення рівня оволодіння руховою навичкою А.В. Риженков радить кожних 5 занять проводити контрольні пропливання таких відрізків: 5 м; 12,5 м; 25 м на грудях із дошкою і без дошки; 5 м, 8 м, 12,5 м пропливання на спині [8].

Я.А. Смекалов розробив методику початкового навчання плавання дітей молодшого шкільного віку, яка входить у навчальний процес школи-інтернат для дітей із вадами слуху у м. Санкт-Петербург. Матеріал складається із 6 блоків та розрахований на рік навчання (32 години плавання на рік). Процес навчання плавання базується на основі диференційованого підходу та врахування діагнозу, супутніх захворювань, рівня фізичного розвитку та фізіологічної адаптації. Ця методика базується на ігровій та змагальній діяльності на уроці, що підвищує емоційне тле заняття [11].

А.М. Фетисов та Е.П. Лисицин розробили методику початкового навчання плавання глухих дітей молодшого шкільного віку, яка складалася із трьох навчальних блоків: теоретичного (роль і місце плавання в житті людини, правила безпеки на воді, вплив води на організм), практичного (освоєння рухових плавальних навичок у воді полегшеним способом) та контрольного блоку, метою якого є здійснення перевірки опанованих учнями рухових плавальних навичок. За цією методикою заняття проводилося 1 раз на тиждень по 40 хвилин, додатково до уроків фізичної культури, передбачених розкладом школи. Усього методика розрахована на 15 занять. Важливим моментом є те, що методика А.М. Фетисова та Е.П. Лисицина базується на попередньому визначенні психічного та фізичного стану учнів. Заняття проводяться за присутності інструкторів-волонтерів у воді, які індивідуально працюють із кожним учнем, допомагаючи виконувати йому вправи, а також долати страхи. Вагоме місце в навчанні плавання такої категорії дітей, на думку цих авторів, є ігровий метод, використання у роботі значної кількості рухливих ігор у воді, вивчення психічного стану дітей та використання наочності [12].

Методика навчання плавання глухих дітей, розроблена Джеймсом Макмілларом, складається із трьох основних блоків навчання. У його методику покладено метод «*Halliwick*» (назва методу походить від назви школи в Лондоні для дівчаток, де 1949 року розпочав свою діяльність як тренер Джеймс Макміллар). Метод «*Halliwick*» містить в себе 6 основних пунктів: позитив від занять у воді; контакт між тренером та учнем (вони єдине ціле); навчання відбувається повільно (коли учень ідеально засвоїть одну вправу, тільки тоді можна переходити до іншої); не використовувати допоміжних плавальних засобів; навчання проводиться у групах, щоразу залучати нових інструкторів для допомоги; використовувати імена, щоб підкреслити рівність усіх, хто присутній у воді (орієнтація на радість і задоволення від занять).

У програмі Дж. Макміллара ми бачимо розвиток цих пунктів через три основні фази (психічний розвиток, рівновага та рух), які автор адаптував до умов водного середовища.

Завданням на початковому етапі (фаза психічного розвитку) є ознайомити учнів із водою, та використовувати вправи, які сприятимуть подоланню страху води та адаптації до водного середовища.

У другій фазі (рівновага) Джеймс Макмілллар радить навчати учнів простих плавальних рухів (виконання вдиху, видиху під воду, рухи руками і ногами, ковзання, стрибки).

Третій навчальний блок за методикою Дж. Макміллара доповнює третю фазу – рух. Основне завдання – поєднання попередньо вивченого, тобто, навчання плавати в повній координації.

В основу цієї методики покладено ігровий метод, адже за словами автора, гра допомагає встановити контакт між дітьми та між дитиною і тренером. Тривалість уроку Дж. Макмілллар не визначає, адже вона є умовною і може змінюватися від різних обставин (температура води, повітря, самопочуття учнів, їхніх можливостей) [15].

Отож, аналізуючи методики навчання плавання Я.А. Смекалова, А.В.Риженкова та авторської методики А.М. Фетисова й Е.П. Лисицина, які входять у навчальний процес спеціалізованих навчальних закладів для дітей із вадами слуху в Росії, з програмою фізичної культури, яка діє в Україні, ми бачимо, що за час, який надається на вивчення основних плавальних рухів (від 2 годин у підготовчому класі до 6 годин на рік у 1 – 4 класах), викликає сумнів те, що при такому підході діти зможуть навчитися долати відрізки у 20 м плисти вільним стилем та стилем кроль на спині в повній координації. До того ж не зрозумілим є розмір плавальної ванни, в якому повинні навчатися діти, оскільки у програмі вказано, що для освоєння водного середовища діти повинні виконувати вправу із зануренням до лінії поясу, що є і навчальним нормативом не лише для учнів 1 класу, а й для учнів 3 – 4 класів.

Натомість у програмі з фізичної культури для дітей із вадами слуху поданий перелік рухливих ігор у воді, які сприятимуть кращому навчанню основних плавальних рухів та корекційно-розвивальної спрямованості.

Незмінними на всіх роках навчання залишаються правила гігієни та правила безпеки й поведінки в басейні.

Висновок. Проаналізувавши програму з фізичної культури для дітей молодшого шкільного віку із вадами слуху та програму з фізичної культури для учнів 1–4 класу загальноосвітньої школи, ми бачимо, що зміст навчального матеріалу в розділі «Плавання» наближений до змісту програми звичайної загальноосвітньої школи, проте в ній опускаються деякі етапи початкового навчання плавання.

Авторські методики з початкового навчання плавання, що належать до навчального процесу із фізичного виховання спеціалізованих закладів освіти розраховані на 15 та 32 заняття і базуються на диференційованому підході до вибору плавальних засобів з урахуванням особливостей дефекту. Навчальний матеріал складається із блоків вправ, які логічно та гармонійно доповнюють один одного. У методиці Дж. Макміллара не вказується кількість годин для опанування навчального матеріалу, оскільки це залежить від індивідуальних особливостей кожного учня.

У програмі фізичної культури для дітей із вадами слуху є розбіжність між розподілом навчального матеріалу та кількістю годин на їх засвоєння (2 години в початковому класі та по 6 годин з 1 – 4 клас), із авторськими методиками навчання плавання у спеціалізованих школах. Програму з фізичної культури для дітей з вадами слуху розраховано на навчання дітей із зниженим слухом і в ній не враховуються особливості організації заняття та специфіка спілкування з глухими дітьми. Тому доцільно удосконалити методику навчання плавання відповідно до психічних та фізичних можливостей глухих дітей з урахуванням відведеного часу на вивчення цього матеріалу.

Список літератури

1. Кардамонова Н. Н. Плавание: лечение и спорт / Н. Н. Кардамонова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2001. — 320 с.

2. Фізична культура: програма загальноосвітніх навчальних закладів 1 – 4 класи / Т. Ю. Круцевич, В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, О. Д. Кривчикова, Г. Г. Смолюс // Фізичне виховання в школі. – 2012. - № 4. – С. 16 – 55.
3. Мосунов Д. Ф. Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию ребенка-инвалида : учеб.-метод. пособие / Д. Ф. Мосунов, В. Г. Сазыкин. – М. : Советский спорт, 2002. – 152 с.
4. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание / Н. Ж. Булгакова, Н. С. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова. – М. : Академия, 2005. – 432 с.
5. Погребной А. И. Плавание в системе физической и психической реабилитации детей с дефектами в развитии [Электронный ресурс] / А. И. Погребной. – Режим доступа : <http://www.-lib.sportedu.ru> (дата обращения: 12. 03. 2012).
6. Програми спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей зі зниженим слухом. Фізична культура. Підготовчий, 1 – 4 класи. – К. : Богдана, 2005 – 77 с.
7. Програма для 2 – 4 класів загальноосвітніх навчальних закладів для дітей зі зниженим слухом/ Фізична культура. 2 – 4 класи / [за заг. ред. Шеремет Б.Г. та інші]. – К. : Неопалима купина, 2006. – Ч. 2. – 216 с.
8. Рыженков А. В. Применение экспериментальной методики начального обучения плаванию слабослышащих детей в возрасте 8 – 9 лет [Электронный ресурс] / А. В. Рыженков. – Режим доступа : www.kamgfk.ru (дата обращения: 11. 01. 2012).
9. Савкин Д. Ф. Особенности обучения плаванию детей с нарушением слуха на начальном этапе подготовки (на отделение адаптивной физической культуры) [Электронный ресурс] / Савкин Д. Ф. – Режим доступа : <http://bmsi.ru> (дата обращения: 4. 01. 2012).
10. Сермеев Б. В. Особенности физического воспитания аномальных детей / Б. В. Сермеев // Дефектология. – 1982. – № 3. – С. 29 – 32.
11. Смекалов Я. А. Начальное обучение плаванию слабослышащих детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Я. А. Смекалов. – Режим доступа : <http://www.dissercat.com> (дата обращения: 12. 01. 2012).
12. Фетисов А. М. Подготовка специалистов по адаптивной физической культуре к проведению занятий по плаванию с глухими детьми 6 – 7 лет / Фетисов Александр // Вестник Тамбовского университета. – 2012. – № 1. – С. 198 – 202.
13. Чистова Н. А. Некоторые особенности физической реабилитации детей с нарушениями слуха средствами плавания [Электронный ресурс] / Чистова Н. А., Павлова Т. Н., Кузнецова Е. А. – Режим доступа : <http://www.Sportmedecine.com> (дата обращения 4. 01. 2012).
14. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2003. – 446 с. – ISBN 5 – 85009 – 743 – 0.
15. Nauka pywania dzieci niesyszcych [Elektrowy zasob]. – Rezim dostupu: <http://www.rumia.edu.pl/sp10/dyplomowa.html> (data zwrocenia 13.11. 2013).

**АНАЛИЗ УЧЕБНОГО РАЗДЕЛА ПЛАВАНИЕ
В ПРОГРАММЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА**

Юлия КАРБУНАРОВА

Львовский государственный университет физической культуры

Аннотация. Сегодня специалисты по физическому воспитанию направляют свои усилия на поиск новых форм, методов и средств физического воспитания для детей с нарушениями в развитии. Плавание, как вид двигательной деятельности, оказывает положительное влияние на физическое, психологическое и функциональное состояние детей с нарушениями слуха. Целью работы является проанализировать раздел «Плавание» в учебной программе физической культуры для детей младшего школьного возраста с нарушениями слуха.

Проанализированы методики, входящие в учебный процесс по физическому воспитанию специализированных учебных заведений.

Ключевые слова : плавание, программа физической культуры , дети с нарушениями слуха, младший школьный возраст.

**ANALYSIS OF “SWIMMING” AS THE PART OF CURRICULUM
IN PHYSICAL EDUCATION PROGRAM PRIMARY SCHOOL FOR CHILDREN
WITH HEARING DISABILITY**

Julia KARBUNAROVA

Lviv State University of Physical Culture

Abstract. Today, specialists of physical education direct their efforts on finding new forms and methods of physical education for children with physical disability. Swimming, as a specific kind of motor activity has a positive impact on the physical, psychological and functional condition of children with hearing disability. The objective is to analyze the part “swimming” as the part of physical education curriculum of primary school for children with hearing disability.

There have been analysed methods of swimming which are included in the learning process of physical education for specialized school.

Key words: swimming, program of physical education, children with hearing disability, primary school age.