

ЛЕКЦІЯ № 9

Тема: АДАПТИВНІ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ПРИ РОЗУМОВИХ ВАДАХ

Мета: ознайомити студентів з метою та завданням АФВ при розумових вадах., охарактеризувати особливості використання засобів АФВ при вадах інтелекту. Визначити особливості методики АФВ при розумових вадах.

Література

1. Евсеев С.П., Шпакова Л.В. Адаптивная физическая культура. Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2000. – 240с.
2. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Том 2. – К.: Олимпийская литература, 2003 – 390с.
3. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание. – К.: Наукова думка, 2000. – 358с.
4. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів у міжнародному спортивному русі. – Львів: Край, 2006. – 346с.
5. Справочник по детской лечебной физкультуре / Под ред. М.И.Фонарёва. – Ленинград: Медицина, 1983. – 360 с.
6. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие. – М.: Учебная литература, 1997. – 320с.
7. Мастюкова Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом. – М.: Просвещение, 1991. – 159с.

ПЛАН

1. Загальні відомості про розумові вади.
2. Мета та завдання АФВ при розумових вадах.
3. Методи та засоби АФВ при розумових вадах.
4. Особливості методики АФВ при розумових вадах

ВСТУП

Відхилення розумового розвитку — широке поняття, що означає будь-яку інтелектуальну недостатність, яка виникла у період формування психіки. За визначенням ВООЗ, це значне зниження основних інтелектуальних функцій. До недавнього часу відхилення розумового розвитку визначали такими термінами, як олігофренія, ідіотія, імбецильність, дебільність, але у зв'язку з негативним забарвленням цих термінів від них відмовилися. З етичних міркувань у медицині діагнози психічних порушень шифруються цифровими кодами.

1. Сьогодні виділяють більше 100 факторів, які призводять до відхилення розумового розвитку: інфекційні захворювання, отруєння, радіаційні ураження, біологічна несумісність тканин матері і плода, неправильне харчування матері під час вагітності, гіпоксія мозку (в тому числі під час клінічної смерті), спадкові порушення обміну речовин, хромосомні захворювання, травми дитини під час пологів. Так одних тільки хромосомних захворювань відомо кілька сотень, хвороб, пов'язаних із порушенням обміну речовин, нараховують більше 2000. З них близько 200 проявляються у вигляді порушень діяльності центральної нервової системи, серед яких і відхилення розумового розвитку. Наприклад, хвороба Дауна — потроєння 21 пари хромосом — зустрічається з частотою 1:700 новонароджених, відмічається типовою зовнішністю хворих, розумовою відсталістю із супутніми проявами (гіпотонія м'язів, пороки серця і травної системи).

Для визначення рівня розвитку інтелекту в сучасній психіатрії використовується IQ — коефіцієнт інтелектуального розвитку. Визначення проводиться експериментально-психологічно за методиками Біне—Симона, Пробста, Векслера. Нормальні значення IQ знаходяться у межах 85—100 %. Проте слід пам'ятати, що інтерпретація даних методики вимагає великого досвіду і здатна на помилки відносно рівня розвитку обстежуваного.

Виділяють чотири ступені зниження інтелекту, %:

легкий — 10 від 50—55 до 70; помірний — 10 від 35—40 до 50—55; тяжкий — 10 від 20—25 до 35—40; глибокий — 10 нижче 20—25.

Окремо виділяють категорію неуточненої розумової відсталості — якщо є достатньо підстав передбачити відхилення розумового розвитку у людини, але вона не може бути обстежена за допомогою стандартних тестів. Наприклад, при наявності тяжких порушень, а також у немовлят при наявності клінічних проявів затримки психічного розвитку, оскільки тести дослідження дітей у віці до одного року не дають кількісної оцінки IQ

Найбільш глибокий ступінь психічного недорозвинення (IQ = 0*5%) характеризується відсутністю або зародковим станом пізнавальних функцій. Життєва активність обмежується у цьому випадку інтенсивними діями, часто

спотвореними реакціями на смак їжі, біль, радість або засмучення тощо. У моториці мають перевагу стереотипні дії. Такі люди ледве оволодівають ходьбою, соціально не пристосовані навіть на рівні самообслуговування. IQ — відношення "інтелектуального віку" (віку, якому відповідає розвиток дитини) до паспортного віку, виражене у відсотках. Наприклад, при інтелекті дитини 10 років, що відповідає 5 рокам, $10 = 5/10 \cdot 100 \% = 50 \%$.

При IQ = 5 * 19 % відмічається недорозвиненість психіки, що характеризується рудиментарним мисленням (в уявленнях); наявність недорозвиненого різною мірою мовлення; відносна соціальна адаптація на рівні самообслуговування або елементарних трудових процесів, що, проте, вдається тільки при постійному опікуванні; деяке орієнтування у конкретній ситуації; впізнавання близьких; адекватне реагування на звичні повсякденні слова і фрази; використання окремих слів з 3—5 років з комунікативними цілями; можливе навчання елементарних навичок охайності.

Люди з IQ = 20 -/ 34 % характеризуються недорозвиненим дефектним мовленням у вигляді фраз із 2—3 слів, що має ситуаційний характер, надзвичайною бідністю уявлень, можливістю розвитку лише навичок самообслуговування.

IQ = 35 -г 49 % — стани, при яких людину можна буде навчити простим трудовим умінням, має фразове мовлення та іноді може оволодіти читанням, писанням. Емоції недиференційовані, примітивні.

При IQ = 50 -г 70 % має місце конкретно-описовий тип мислення (без абстрагування), знижене формування понять і допитливість, разом з тим користуються шаблонами і, виходячи з них, люблять повчати інших; добре розвинені механічна пам'ять, слух, здатність до математичних розрахунків: мають добру практичну (конкретну) обізнаність і високу переконливість.

У ранньому віці таким дітям властива мала допитливість, відсутність творчості у діяльності, пізній розвиток мовлення, значна бідність жестикуляції та міміки. У дошкільному віці у них відсутній інтерес до сутності речей, явищ. У грі ці діти погано засвоюють правила, погано визначають свою рольову позицію. У них ледве формуються відносні кількісні, просторові й часові поняття, різко знижена логічна пам'ять, бідні емоційні сприйняття. У молодшому шкільному віці має місце нечіткість таких понять, як ім'я, прізвище. Відсутні задуми в іграх. Проблематичними є осмислення простого сюжету, рахунку. При цьому підказки дорослих малоефективні. Діти слабо реагують на власні успіхи або помилки. Має місце надмірна збудженість або загальмованість. У старшому віці відмічається недостатність абстрагування й осмислення суттєвості навіть знайомих явищ, невміння виділити суттєві ознаки, надмірна конкретність, шаблонність мислення та вчинків, відсутність критичного ставлення до власних вчинків.

Затримка психічного розвитку (ЗПР) — прояв незрілості психомоторних реакцій у результаті уповільненого дозрівання морфофункціональних систем мозку під дією різних негативних факторів. Закінчується, як правило, недорозвиненістю функції або її компенсацією іншими функціями. Може мати тимчасовий зворотний характер. У таких випадках можливе її повна ліквідація при затримці розвитку або шляхом стимуляції психічного розвитку. При ЗПР найбільшу роль відіграє недорозвиненість сприйняття і відчуттів. Аналізатори працюють нормально, але порушена обробка інформації, що надходить від них, існують труднощі з перетворенням цієї інформації у руховий акт і, як наслідок, проблеми зі сприйняттям розмірів, форм, відстані. Недостатня кількість чуттєвих вражень призводить до відставання розвитку мислення

До соціальних, а не до медичних, належить проблема затримки інтелектуального розвитку внаслідок педагогічної занедбаності. Вона виникає у дітей, що знаходилися з раннього дитинства у несприятливих умовах виховання, котрі до шкільного віку виявилися не готовими до засвоєння шкільної програми. Індивідуальні заняття дозволяють за кілька місяців ліквідувати результати педагогічної занедбаності

Аутизм — стан відходу від реальності та відмова від спілкування. Це серйозна проблема у роботі з людьми, які мають відхилення розумового розвитку.

Усі випадки відхилень розумового розвитку супроводжуються малим словниковим запасом, розпливчастістю понять, низьким рівнем сприйняття (а саме: осмислення й структуризації), малою рухливістю мислення, примітивністю відчуттів, інтересів, низькою ініціативністю, несамостійністю.

Школярі з відхиленнями розумового розвитку відстають від вікової норми за показниками сили, швидкості, витривалості, координації, стрибучості на 25—40 %, за частотою рухів на — 30 %, за часом зорово-моторної реакції — на 40 %. Це відставання пояснюється зниженням сили й рухливості нервових процесів.

При відхиленнях розумового розвитку часто зустрічаються вроджені дефекти вušних раковин, радужки й зіниці, недорозвиненість зубів і щелеп, зайві пальці рук і ніг, порушення окостеніння, вроджені пороки серця та інших внутрішніх органів.

Одне з найбільш важливих завдань АФВ при відхиленні розумового розвитку — формування нормального алгоритму рухових дій, розвиток рухових умінь.

2. *Завдання навчального процесу.*" формувати позитивну мотивацію до навчального процесу; сприйняття; здатність концентрувати й утримувати увагу; нормалізувати співвідношення збудження й гальмування нервових процесів; логічне й образне мислення; алгоритм виконання дії (розвинути такі вміння, як усвідомлення й самостійна постановка мети, вибір засобів її вирішення, аналіз : оцінка результатів); достатній запас практичних умінь і навичок; мовлення.

Вирішуючи ці та інші завдання у роботі з людьми з відхиленнями розумового розвитку, викладач буде змушений долати такі проблеми, як страх перед новими завданнями та відмова від їх виконання, нездатність до зосередженості та психічних навантажень, відсутність позитивного досвіду, низька працездатність, швидка стомлюваність.

3. *Засоби вирішення цих завдань:* шиккування і перешикування, ритмічні зправи, а також, вправи які розвивають пластичність, хвилеподібні рухи, вправи з предметами, сюжетні ігри, заняття у воді (табл. 8.8).

Особливість методики — її доступність. Сприйняття розвивається адекватними діями на усі сенсорні системи. Оскільки зір забезпечує 90 % усієї зовнішньої інформації, особливу увагу потрібно приділити розвитку зорового сприйняття. При відхиленнях у розумовому розвитку слід враховувати наявність мотивації до сприйняття. Один із прийомів її розвитку — напрям мотивації учня від його власних інтересів до завдань уроку. Методами формування мотивації також можуть бути:

- завдання нової дії в обсязі попередньої;
- використання результату попередньої дії для реалізації наступної;
- застосування прийомів стимулювання (заохочення).

При відхиленнях у розумовому розвитку проблематичним стає спостереження за предметом або дією. Цей процес можна полегшити, перетворивши предмет спостереження на мету. Для полегшення навчального процесу намагаються максимально сконцентрувати увагу учня в логічній послідовності: 1) на викладачеві; 2) на завданні; 3) на предметі; 4) на дії з предметом. Виключають усі фактори, що відволікають увагу учня. Поступово переходять від одного предмета і дії до двох і т. д. При формуванні понять, спираючись на конкретність мислення дитини з відхиленнями розумового розвитку, розвивають абстрактне мислення. Поняття (предмети і дії) повинні бути дуже простими, доступними. Аналіз сприйняття є процесом формування понять про власні відчуття. Цьому допомагає контрастність стимулів (дій). Уявлення створюється виділенням змісту (або форми) речі або дії. Одну з найбільших проблем являє мотивація до аналізу умови завдання і сам аналіз, який проводиться у такій послідовності:

- визначення понять;
- звернення до аналогічних прикладів попереднього досвіду;

- прогнозування очікуваного результату;
- по можливості необхідне мовленнєве відтворення учнем дії та його власні висновки.

Аналіз безпосередньо рухів зводиться до визначення положення і напрямку тіла у просторі; диференціація рухів за якістю, кількістю; визначення положення різних частин тіла (за їх розташуванням відносно одна одної); здійсненню дій у просторі; повне відтворення рухів.

4. Процес фізичного виховання дітей із відхиленнями розумового розвитку має такі специфічні особливості:

Приблизний комплекс вправ (при IQ = 20 %)

Загальна вказівка: заняття проводяться у супроводі ретельно підібраної музики

Вид діяльності	Тривалість, хв	Методичні вказівки
"Паровозик". Пересування спортивним майданчиком в обхід, протиходом, змійкою, спіраллю, діагонально	1—2	Виконує організаційні цілі (шикування). Ведучим обирається найбільш розумово і фізично розвинений спортсмен
Ходьба один за одним у темпі. Маршовим кроком, у реному темпі. На носках. По Переступання через перешкоди. Коридорчиком	2—3	Із перших занять домагатися збереження дистанції. Вдосконалювати якість ходьби: постава, легкість. Слідкувати за рухами рук.
Біг до предмета (взяти предмет)	2—3	Слідкувати за рухами рук і (через ніс)
"Хто швидше принесе м'яч". В одному напрямку кидають м'ячі (за кількістю гравців), за командою треба побігти і принести їх	2—3	Домагатися, щоб гравці не заважали один одному, легко пересувалися
Шикування і перешикування: стати в коло, перешикуватися в колону одному	3—4	Направляючі колони в кожному змінюються, щоб кожний спробував у ролі направляючого
Зістрибування з висоти 20—25 см	2—3	Розвиток відчуття рівноваги
Шикування і перешикування	1—2	Зміна направляючих
Катання м'яча один одному або у ціль (боулінг)	5	Використовувати різні за масою і розміром м'ячі
Шикування по парах. Пройти парами. Повороти з вказівкою на який орієнтуються: вікно, двері	2—3	Під час шикування по парах розвивати здатність до ідентифікації за кольором (прапорці, пов'язки, стрічки) або по предметів
Повзання, влізання, перелітання, підлізання	5—7	Включати змагальні елементи
Естафета з елементами бігу, зістрибування, катання м'яча у ціль, повзання	5—7	До вправ можна додавати елементи рахунку або питання із дисциплін
Сюжетна гра (або хороводна гра, танок)	5—7	Мета—заспокоїти тих, кого після естафети

- потребує більшого терпіння з боку викладача (результат досягається в середньому через 2 роки);
- викладач знаходиться в більшій залежності від настрою і мотивації учня;
- агресія учня — одна з форм контакту;
- викладачеві не можна піддавати критиці, примушувати учнів, допускати їх перевтомлення. Не потрібно пильно дивитися в очі учням;
- необхідна рівна позитивна тональність викладача у спілкуванні з учнями;
- необхідно створювати атмосферу радості, зацікавленості, ентузіазму.