

УДК 372.8:796(075.8)

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННОЙ ОРИЕНТИРОВКИ НА УРОКАХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С УЧАЩИМИСЯ 4-5 КЛАССОВ, ИМЕЮЩИМИ НАРУШЕНИЯ ЗРЕНИЯ**

**Поболь В. З.**

УО «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы»  
г. Гродно, Республика Беларусь

Существующие педагогические подходы к организации и проведению занятий по развитию пространственной ориентировки детей с нарушениями зрения требуют научного переосмысления. Наблюдается явно выраженная тенденция несоответствия организации и содержания образовательного процесса по адаптивной физической культуре (АФК) с данной категорией детей в аспекте развития способности ориентироваться в пространстве, что является весьма актуальной и практически значимой проблемой.

Изучение научно-методической литературы свидетельствует о недостаточной обоснованности методик обучения пространственной ориентировки учащихся с нарушениями зрения на уроках адаптивной физической культуры, методик контроля над уровнем ее развития, что следует признать важной составляющей коррекции их двигательной деятельности и одним из основных направлений социальной адаптации и интеграции.

В этой связи, специалисты в области АФК указывают на существующую необходимость создания целостной системы обучения пространственной ориентировки школьников, имеющих различную степень поражения зрения, т. е. относящихся к разным подкатегориям: слепым, слабовидящим, детям с пониженным зрением [1]. Поэтому в рамках целостной системы обучения ориентировке в пространстве особое место должно отводиться специальным методикам, учитывающим специфику как основного контингента (дети с косоглазием, амблиопией, астигматизмом и т.д.), так и детей с глубокой зрительной патологией, т. е. слепых.

Целью нашего исследования явилось научное обоснование эффективности использования специально составленных комплексов физических упражнений по развитию пространственной ориентировки на уроках АФК с учащимися 4-5 классов, имеющими нарушения зрения.

Исследование осуществлялось в рамках педагогического эксперимента, организованного на базе ГУО «Гродненская специальная общеобразовательная школа-интернат для детей с нарушениями зрения». В исследовании приняли участие учащиеся 4-5 классов в количестве: экспериментальная ( $n = 12$ , из них 7 девочек и 5 мальчиков) и контрольная группа ( $n$

= 12, из них 6 девочек и 6 мальчиков). Все дети имеют диагноз, связанный с нарушением функции зрения.

В рамках проведенного исследования особое внимание уделялось разработке нетрадиционных подходов к развитию пространственной ориентировки детей, имеющих нарушения зрения, основанных на применении в учебно-воспитательном процессе с учащимися 4-5 классов по АФК, специально составленных комплексов физических упражнений, направленных на развитие ориентировки в пространстве.

Очередность составления комплексов зависела от принципа повышения координационной сложности от урока к уроку и от методических приемов, предъявляемых к упражнениям координационного характера, в частности, для развития ориентировки в пространстве. Методика применялась с учащимися экспериментальной группы во всех частях урока: подготовительной, основной и заключительной в виде дополнительных упражнений для развития данной способности. За время эксперимента в каждом классе было проведено по 28 уроков АФК, где непосредственно использовался составленный нами специальный комплекс физических упражнений.

Сложность выполнения упражнений увеличивалась за счет следующих методических приемов:

- полного исключения зрительного анализатора;
- введения заданного направления движения;
- введения сопутствующих движений;
- использования дополнительного раздражения вестибулярного аппарата;
- изменения скорости выполнения движения;
- использования спортивного инвентаря;
- изменения исходных и конечных положений конечностей;
- усложнения биомеханической структуры движения.

В контрольной группе уроки проводились по учебной программе «Адаптивная физическая культура».

В качестве определения оценки влияния составленной нами методики по развитию пространственной ориентировки с учащимися, имеющими нарушения зрения на уроках АФК, применялись следующие тесты: «Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр», где предлагались два варианта выполнения тестового задания; «Метание теннисного мяча в цель»; «Бег на звуковой сигнал».

Сравнивая результаты в экспериментальной группе (таблица) до и после проведенного исследования, отмечается достоверный прирост показателей в тестах «Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр (вариант 1 и вариант 2)» ( $p < 0,05$ ) у мальчиков и вариант 2

( $p < 0,05$ ) у девочек. Также наблюдаются достоверные изменения в тесте «Бег на звуковой сигнал» ( $p < 0,05$ ) и ( $p < 0,05$ ) у мальчиков и девочек соответственно.

Таблица – Изменение показателей, характеризующих развитие пространственной ориентировки у учащихся 4-5 классов (ЭГ) за период эксперимента

№	Тесты	ЭГ		t	p
		До эксперимента	После эксперимента		
мальчики					
1.	Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр (м). Вариант 1	13,61±2,30	17,75±0,91	-2,22	<0,05
2.	Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр (м). Вариант 2	12,56±2,65	16,45±2,18	-2,45	<0,05
3.	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	1,44±0,36	1,18±0,22	0,86	>0,05
4.	Бег на звуковой сигнал (с).	5,08±0,63	3,21±0,41	2,26	<0,05
девочки					
1.	Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр (м). Вариант 1	15,08±1,33	14,57±1,45	0,41	>0,05
2.	Ходьба с закрытыми глазами по коридору длиной 20 м и шириной 1 метр (м). Вариант 2	9,16±1,18	13,14±1,79	2,47	<0,05
3.	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)	0,71±0,21	1,09±0,24	-1,11	>0,05
4.	Бег на звуковой сигнал (с).	5,42±0,31	3,89±0,38	2,30	<0,05

Таким образом, в результате применения с учащимися экспериментальной группы специально составленных комплексов физических упражнений по развитию пространственной ориентировки на уроках АФК позволяет нам указать на значительный прирост показателей ( $p < 0,05$ ), характеризующих данную способность. Это может подтверждать тот факт, что методика является эффективным средством развития способности ориентироваться в пространстве, хотя проведенное исследование нуждается в более широком изучении данной проблемы.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Сверлов В. С. Пространственная ориентировка слепых. Пособие для учителей и воспитателей школ слепых // Педагогическая библиотека [Электронный ресурс]. – 2015. – Режим доступа: [http://www.pedlib.ru/Books/4/0126/4\\_0126-1.shtml](http://www.pedlib.ru/Books/4/0126/4_0126-1.shtml) - Дата доступа: 02.02.2015.

УДК 796.011.3:616.7(07)

## **ПРОФИЛАКТИКА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ НАРУШЕНИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП**

**Флерко А. Л., Малышко Т. И.**

УО «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы»  
г. Гродно, Республика Беларусь

Физическая культура располагает большими оздоровительными возможностями, которые остаются невостребованными педагогической практикой в плане сохранения, укрепления здоровья человека и профилактики различных заболеваний. Многочисленные наблюдения показывают, что физиологически обоснованные, регулярные и правильно организованные занятия имеют большое значение для физической реабилитации студентов с различными отклонениями в состоянии здоровья, способствуют повышению уровня их физической подготовленности и работоспособности, улучшению самочувствия.

Особые сложности возникают при комплектовании специальных медицинских групп (СМГ), т. к. в них направляются студенты с самыми разными заболеваниями и неодинаковой переносимостью физических нагрузок, с различными противопоказаниями к выполнению физических упражнений. Большинство студентов с однородными заболеваниями имеют довольно значительное различие в функциональном состоянии организма и в уровне физической работоспособности, что необходимо учитывать при выборе средств и методов физического воспитания в СМГ.

Целью исследования явилось определение оздоровительной эффективности занятий лечебной физической культурой (ЛФК) с применением комплексов корригирующей гимнастики у студентов с нарушением опорно-двигательного аппарата (ОДА), отнесённых к СМГ.

Методика исследования. Педагогическое исследование проводилось со студентами (N=22) ГрГУ с нарушениями ОДА, отнесённым по состоянию здоровья к СМГ. Были сформированы экспериментальная (ЭГ (N=12)) и контрольная (КГ (N=10)) группы.

Нами производилась оценка коэффициента выносливости (КВ) сердечной мышцы (готовность сердечно-сосудистой системы к длительному