

Лукьянец Виктория Олеговна, студент 4 курс, факультет «Медицинской реабилитации, физической культуры и спорта»

*Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского
Россия, г. Симферополь*

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы со слухом, которые на сегодняшний день наблюдаются у многих детей дошкольного и школьного возраста. Рассматривается закономерность об обусловленности наследственными факторами, которые могут быть врождёнными или приобретёнными. Рождённые тугоухость или глухота могут развиваться вследствие инфекционных заболеваний, перенесённых женщиной во время беременности, употребления ею определённых химических и лекарственных веществ, травмами плода. Рассматривается взаимосвязь инфекционных заболеваний ушей с воспалительными процессами. Приводится примерный комплекс упражнений, направленных на улучшение слуховой функции.

Ключевые слова: нарушение слуха, адаптивная физическая культура, упражнения, вестибулярный аппарат, ухо, заболевания.

Annotation: The article discusses the problems of hearing, which today are observed in many children of preschool and school age. The article considers the regularity of the conditionality of hereditary factors, which can be congenital or acquired. Born hearing loss or deafness can develop as a result of infectious diseases suffered by a woman during pregnancy, her use of certain chemical and medicinal substances, fetal injuries. The relationship between infectious ear diseases and inflammatory processes is considered. An approximate set of exercises aimed at

improving auditory function is given.

Key words: hearing impairment, adaptive physical education, exercise, vestibular apparatus, ear, diseases.

Слух – один из важнейших интеллектуальных, эмоциональных и социальных органов чувств. У человека нарушение работы слухового анализатора приводит к проблемам в устном общении.

Слух и речь всегда взаимосвязаны. Нарушение слуха, с одной стороны, мешает естественному развитию речи, а если посмотреть с другой стороны – нормальное использование слуха зависит от уровня развития речи [4].

Потеря слуха может по-разному влиять на развитие психических функций: в меньшей степени на развитие зрительного восприятия; в наибольшей на развитие двигательных ощущений [1].

Существуют следующие типы заболеваний ушей:

Первый тип - врождённые – в их число входят отклонения в состоянии здоровья, которые связаны с анатомическими или физиологическими пороками развития наружного, среднего или внутреннего уха. К тому же, они могут передаваться по наследству или относиться к сложному синдрому нарушения развития. Например, врождённая нейросенсорная тугоухость, микротия, синдром Гольденхара и так далее.

Второй тип - травматические и вызванные механическими воздействиями. Например, разрыв барабанной перепонки может произойти в результате громкого резкого звука или даже вследствие неосторожной чистки ушей [6].

Инфекционные заболевания ушей тесно связаны с воспалительным процессом, который возникает в ответ на патологическое воздействие вирусов, бактерий или грибков. Возбудитель инфекции попадает в ухо как из наружного слухового прохода, так и через кровь, при наличии другого серьёзного заболевания (например, тонзиллита или туберкулёза).

В зависимости от характера течения болезни различают:

– Острые заболевания - они характеризуются резким усилением симптомов

и, как правило, вынуждают лечащегося немедленно обратиться за медицинской помощью.

– Хронические заболевания - часто развиваются в результате неправильного или несвоевременного лечения, однако по каким-либо причинам (наследственная предрасположенность, особенности течения основного заболевания) могут сопровождать человека долгие годы жизни.

Улучшение двигательных способностей глухих под действием физических упражнений говорит о компенсаторных возможностях двигательного анализатора [2].

Личный интерес каждого ребенка и желание играть создают благоприятные условия для усвоения большого количества словесной информации, понимания и запоминания игровых действий, сюжета, ролей, правил, речитативов и т. п.

Методика скоростно-силовой направленности учебного процесса основана на принципе сопряженного развития координационных и условных физических способностей. Для усиления коррекционного эффекта в методику входят упражнения на развитие равновесия, активизацию мыслительных процессов и нарушение слуховой функции, упражнения выполняются под ритмичные удары барабана, бубна. Дети воспринимают сначала звук через слух и зрительно, а потом только через слух. Средствами развития скоростно-силовых качеств в процессе коррекции на занятиях адаптивной физической культуры являются различные виды бега, прыжки, метания, упражнения с мячами (набивными, волейбольными, теннисными). Основными методами являются игровой и соревновательный, которые включают эстафеты, подвижные игры, повторяющиеся задания, сюжетные игровые композиции, круговую форму организации занятий.

Каждое занятие адаптивной физической культуры обязательно содержит элементы обучения программным видам физических упражнений. В неделю проводится три занятия по 30-40 минут, два из которых отводится на развитие преимущественно скоростно-силовых качеств, а одно на коррекцию

вестибулярных нарушений и развитию равновесия. Для обеспечения безопасности, прыжковые упражнения проводятся на необычном оборудовании - дорожка из 10 цветных поролоновых кирпичей, имеющих высоту 12 см, длину 50 см, свободно передвигаемых на определенное расстояние. Прыжковые упражнения выполняются в основной части занятия.

На начальном этапе для развития силы рук, в том числе мелкой моторики, и скоростно-силовых качеств необходимо обеспечить облегченные условия, используя поролоновые кубики, вместо мячей. Упражнения с ними очень разнообразны и детям нравится их воспринимать: сжатие кубика руками, ногами, прижатие его к полу руками и ногами, поднятие кубика ногами вверх сидя и лежа, броски кубика из исходного положения стоя (лицом, спиной), сидя (лицом, спиной ногами), лежа (на груди и спине), быстрый бег за кубиками из различных исходных положений после броска и другие упражнения, требующие ориентировки в пространстве, точности и координации движений. Чтобы повысить эмоциональность и сохранить интерес к физкультурным занятиям, проводится круговая система организации, которую дети воспринимают как игру, так как имеет сюжетную основу. Упражнения подбираются для комплексного развития физических качеств. Количество упражнений на станции, их интенсивность и интервалы отдыха регулируются исходя из индивидуальных возможностей ребенка [3].

Время прохождения всех локаций составляет 4-5 мин, отдых между кругами – 1-1,5 мин, количество кругов – 1-3. Решение задач развития функции равновесия и коррекции вестибулярных нарушений целесообразно решать в одном занятии, отведя каждой из них примерно одинаковое время – по 15 мин. Хорошо освоенные и безопасные упражнения (ходьба, стойки) сначала выполняются с открытыми глазами, затем с закрытыми (от 2 до 8-10 шагов). Все упражнения, которые связаны с коррекцией и развитием равновесия, выполняются со страховкой, поддержкой и помощью. Упражнения в метании на точность с мячами разного диаметра, веса и материала являются сильным раздражителем вестибулярного анализатора, так как приходится откидывать

голову назад, напрягать зрение, координировать движения, сохранять устойчивость, то есть, включать в работу разные сенсорные системы [4].

Библиографический список:

1. Бабияк, В.И. Нейрооториноларингология: руководство для врачей /В.И.Бабияк, В.Р. Гофман, Я.А. Накатис. – СПб.: Гиппократ, 2002. –728 с.
2. Балонов, Л.Я. О механизме адаптации слухового прибора к звуковой нагрузке / Л.Я.Балонов, В.Л. Деглин, Д.А. Кауфман // Физиология человека. – 1975. –№ 1. – 152-159 с.
3. Евсеева О. Э., Евсеев С. П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебное пособие / под общ. ред. С.П. Евсеева. – Москва: Спорт, 2016. – 385 с.
4. Сокирко А. С. Влияние игровой деятельности на психомоторные функции глухих подростков / А. С. Сокирко // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – № 6. – 2015. – 266–269 с.
5. Таварткиладзе Г.А., Загорянская М.Е., Румянцева М.Г. и др. Методики эпидемиологического исследования нарушений слуха// Методические рекомендации. - Москва, 2016. –27 с.
6. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие – М.: Советский спорт, 2015. – 464 с.