

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**ПЛАВАНИЕ КАК КОМПОНЕНТ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ
ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ С СИНДРОМОМ ДАУНА**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

Студента 3 курса 341 группы
Направление подготовки 49.04.01 «Физическая культура»
Профиль «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Института физической культуры и спорта

Николаева Сергея Игоревича

Научный руководитель
к.м.н., доцент

Т.А. Беспалова

Зав. кафедрой
к.м.н., доцент

Т.А. Беспалова

Саратов 2020

ВВЕДЕНИЕ

Проблема оказания своевременной комплексной психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями развития является в последние годы предметом пристального внимания ученых и практических работников системы специального образования.

В отечественной клинической и педагогической практике синдром Дауна рассматривается как состояние неперспективного психического развития, в связи с этим отмечается недостаточное обеспечение детей и их родителей психологической и педагогической помощью. Прочно сложившийся в обществе комплекс негативных социальных стереотипов по отношению к детям с синдромом Дауна и их родителям явился предпосылкой для формирования обобщающего понятия - «необучаемые», что создает нравственно-этические проблемы относительно этих детей. Ежегодно в России рождается около 2 тысяч детей с синдромом Дауна. В 85% случаев они попадают в число отказников и отправляются в детские дома. По данным 2017 года, в США в очереди на усыновление ребенка с синдромом Дауна стояли 250 человек. Есть страны, где число отказов от таких детей равно нулю, например, государства Скандинавия.

Для детей с синдромом Дауна плавание очень полезно. Умственное развитие и речь заметно улучшаются после занятий плаванием. В то время как дети, плавая, улучшают свою физическую подготовку, приобретают терпение и целеустремленность, обучение плаванию также способствует повышению когнитивных способностей у абсолютно всех малышей.

Актуальность. Гуманистические тенденции развития системы образования в Российской Федерации по отношению ко всем категориям детей требуют научно обоснованных подходов к содержанию и разнообразию форм психологической и коррекционной педагогической помощи детям, в том числе и для детей с синдромом Дауна.

Организация такого исследования могла бы создать, с одной стороны, более целостное представление о потенциальных возможностях психики

детей с синдромом Дауна, а с другой, сведения такого рода позволят своевременно разрабатывать комплекс коррекционных мероприятий.

Объект исследования – процесс социализации детей с синдромом Дауна средствами плавания

Предмет исследования – эффективность занятий по плаванию в процессе социализации детей с синдромом Дауна.

Цель исследования - социальная адаптация детей 6-8 лет с синдромом Дауна средствами плавания.

Гипотеза. Обучение детей с синдромом Дауна плаванию, может служить одним из звеньев социальной адаптации, а также оптимизировать их физическую подготовленность.

Для подтверждения выдвинутой нами гипотезы и реализации цели исследования были поставлены следующие **задачи**:

1. Изучить данные литературных источников по теме исследования.
2. Изучить особенности коммуникативных умений у детей с синдромом Дауна от 5 до 8 лет.
3. Организовать и провести занятия по плаванию с использованием упражнений специальной и общей физической направленности.
4. Оценить эффективность занятий по плаванию у детей с синдромом Дауна от 5 до 8 лет.
3. Изучить динамику коммуникативных умений у детей с синдромом Дауна от 5 до 8 лет в процессе проведения занятий по плаванию.

Методы исследования: изучение и теоретическое обобщение научных материалов специальной психологии и коррекционной педагогики, консультации и беседы с родителями с целью изучения нервно-психической и социальной картины развития детей с синдромом Дауна; пилотажное исследование компонентов коммуникативного поведения, выявление запаса элементарных сведений о себе и окружающем; включенное психологическое наблюдение за детьми в процессе их деятельности; разработка и реализация

занятий по плаванию, количественный и качественный анализ результатов, их обобщение.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования определяется тем, что в нем изучены общие и специфические особенности психического развития детей с синдромом Дауна применительно к характеристике их возрастных показателей; выявлены и описаны факторы, способствующие динамике развития детей с синдромом Дауна.

Практическая значимость исследования состоит в возможности использования его результатов при организации целенаправленной коррекционной психолого-педагогической помощи детям с синдромом Дауна при реализации занятий по плаванию.

На защиту выносятся следующие положения:

1. Развитие ребенка с синдромом Дауна подчинено общим закономерностям развития, но значительно отличается и не совпадает по темпу, качеству и соотношению разных психических функций применительно к конкретному возрасту.

2. Несмотря на ярко выраженный дисбаланс между функциональными и возрастными показателями, у детей с синдромом Дауна возникают позитивные тенденции в их социализации средствами плавания, что позволяет оптимистически оценивать дальнейшие перспективы их интеллектуального и социального развития.

Практическая работа по формированию социальной адаптации детей с синдромом Дауна 5-8 лет проводилась в рамках индивидуальных занятий по плаванию в период с сентября 2017 года по май 2019 года в плавательном бассейне.

Дети с синдромом Дауна, принявшие участие в исследовании, проживали в семьях, не посещали дошкольные учреждения, до 7 лет, но с ними проводились занятия по социальному развитию разной интенсивности.

В настоящее время дети с синдромом Дауна обучаются в младших классах специализированных учебных заведений.

Практическое изучение сформированности социальной адаптации детей с синдромом Дауна проводилось дважды в начале и в конце исследования. Критерием адаптации в рамках настоящего исследования служила степень овладения практическими приемами по плаванию. Степень овладения детьми с синдромом Дауна практическими приемами по плаванию была определена четыре раза: 01.2018, 05.2018, 09.2018, 05.2019 г.

В период с сентября по декабрь 2017 дети с синдромом Дауна посещали занятия по плаванию, наблюдали за происходящим в бассейне, тактильно привыкали к воде, а главное контактировали с тренером, выполняли специальные упражнения и упражнения на ОФП, смысл и содержание которых им разъясняли в течение 4 месяцев.

Практическое исследование включало в себя следующие этапы:

1. Диагностический или констатирующий - с сентября по декабрь 2017.

На этом этапе мы изучили уровень сформированности компонентов социальной адаптации у детей с синдромом Дауна. Нами была сформирована экспериментальная группа в количестве 8 детей 5-8 лет.

2. Формирующий этап экспериментальной работы. 01.2018- 05.2019

На этом этапе мы разработали и реализовали физические упражнения в рамках занятий по плаванию, необходимые для формирования компонентов социальной адаптации у детей 6-8 лет с синдромом Дауна.

3. Контрольный этап экспериментальной работы. 01.2018, 05.2018, 09.2018, 05.2019 г.

На этом этапе мы провели повторную диагностику степени овладения детьми с синдромом Дауна практическими приемами по плаванию.

4. Анализ полученных результатов – 05.2019 – 10.2019.

В нашем исследовании социальная адаптация детей с синдромом Дауна проходила в рамках занятий плаванием. Занятия по плаванию проходили 2

раза в неделю и длились 45 мин, из которых в воде дошкольники проводили 30-35 минут

10-15 минут в начале занятия требовалось на:

- наблюдение детей, задействованных в исследовании за происходящим в плавательном бассейне;

- на установление контакта между тренером и ребенком, а также между детьми в группе;

- проведение разминки, содержащей специальные упражнения, направленные на ОФП;

- разъяснения (вербальная составляющая) задания на текущий урок;

- демонстрация упражнений (визуальная составляющая), выполнение которых требуется на текущем тренировочном занятии.

- проведение специальных упражнений в воде.

Такое распределение времени на занятии связано с особенностями личности участвующих в исследовании детей с синдромом Дауна.

Для изучения полного спектра умений и навыков ребенка с отставанием в умственном развитии, в том числе и синдромом Дауна, участвующих в нашем исследовании мы воспользовались методикой «Наблюдения за развитием детей дошкольного возраста с отставанием в развитии» В.Г. Петрова.

Дети с синдромом - вполне обычные, но, конечно, есть особенности, из-за которых им труднее осваивать учебный материал.

На начальном этапе исследования максимальное количество баллов набрано в категориях: представления о себе и об окружающих, предметно-игровая деятельность, конструирование.

Установлено, что качественные показатели двигательных навыков детей Даунов снижены. Каждый ребенок с синдромом Дауна развивается в соответствии со своей собственной заложенной в нем природой программой, но их двигательные навыки формируются несколько иначе, чем у обычного

ребенка. Это обусловлено специфическими особенностями развития и, прежде всего, особенностями развития постурального контроля.

На первом году исследования в период с сентября 2017 – января 2018 г проводились занятия по плаванию с целью восстановления, закаливание и укрепление детского организма в условиях водной среды, обеспечение всестороннего развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями воспитуемых

Задачи:

- Адаптация организма к внешним раздражителям (водная среда);
- Укрепление мышечно-связочного аппарата стопы, профилактика плоскостопия;
- Развитие дыхательной мускулатуры;
- Освоение элементарных плавательных движений в воде руками;
- Освоение элементарных плавательных движений в воде ногами (подготовительные – «кроль»);
- Развитие координации движений и вестибулярного аппарата;
- Эмоционально-психологическая разрядка.

На втором году исследования с сентября 2018 по май 2019 в нашем исследовании социальная адаптация детей с синдромом Дауна проходила в рамках занятий плаванием. Занятия по плаванию проходили 2 раза в неделю и длились 45 мин, из которых в воде дошкольники проводили 30-35 минут

До 10 минут в начале занятия требовалось:

- наблюдение детей, задействованных в исследовании за происходящим в плавательном бассейне;
- проведение разминки, содержащей специальные упражнения, направленные на ОФП;
- разъяснения (вербальная составляющая) задания на текущий урок;

- демонстрация упражнений (визуальная составляющая), выполнение которых требуется на текущем тренировочном занятии.

Такое распределение времени на занятии связано с особенностями личности участвующих в исследовании детей с синдромом Дауна.

Задача, которую мы даем ребенку, должна соответствовать его уровню понимания речи. Она должна быть короткой и четкой, часто ее необходимо давать пошагово, говорить нужно медленно, подкрепляя свои слова жестами. Вместо вербальной (словесной) инструкции можно применять показ, опираясь на подражательные возможности ребенка.

Учитывая замедленное проведение импульсов, характерное для детей с синдромом Дауна, и сниженную скорость формирования ответа, необходимо выдерживать паузу, давая ребенку возможность ответить.

Деятельность, которую Вы предлагаете ребенку, должна быть предметной. Опора не только на зрительный и слуховой, но и тактильный анализаторы улучшает восприятие материала.

В начале и на промежуточном этапе были предложены следующие задания детям:

1. Поплавок– ноги согнуты к коленям, руки «обнимают» ноги, голова прижата к коленям, задержка дыхания на 80% от максимума объема легких.

Способ оценивания: засекалось время, за которое ребенок смог продержаться в заданном положении в воде;

2. Звезда на груди – руки и ноги в стороны, глаза смотрят на дно, туловище расслаблено, лопатки слегка сведены. *Упражнение оценивалось* так же в секундах (продержаться как можно дольше в заданном положении);

3. Звезда на спине – руки и ноги в стороны, глаза смотрят вверх, животом тянемся к потолку. Данное упражнение оценивается аналогично предыдущему;

4. Скольжение по воде - отталкивание от бортика ногами с дальнейшим скольжением, руки вверху соединены. *Оценивается*

дальность

пройденного пути, скольжением по воде;

5. Выдохи в воду – выдох в воду воздуха носом, рот закрыт.

Необходимо было создать пузыри под водой.

Данное *упражнение оценивается* в баллах:

1 балл – нет выдоха,

2 – выдох ртом, закрыв нос рукой,

3 – выдох носом и ртом,

4 – короткий выдох носом,

5 – продолжительный выдох носом;

6. Ноги кроль с досочкой в руках – прямые руки держат досочку вверх, глаза смотрят вниз, ноги стучат по поверхности воды, создавая фонтан, вдох вперед.

Способ оценивания:

1 балл – боится оторвать ноги от земли (работы ног как таковой нет),

2 – отталкивается, а не шлепает по воде,

3 – работа ног не согласуется друг с другом (то одноименно, то разноименно),

4 – работа ног сама по себе правильная, но иногда ноги опускаются под воду,

5 – ноги работают правильно.

Для оценки уровня плавательных навыков, были определены контрольные тесты и методы исследования, с помощью которых были определены исходные и итоговые данные.

Контрольные тесты были проведены 4 раза: в январе 2018, мае 2018, сентябре 2018 и мае 2019.

Таким образом, за время проведения исследования результаты у детей с синдромом Дауна в финальной части исследования значительно улучшились по сравнению с началом наблюдения. Наиболее выраженные изменения произошли в тесте 4 «скольжение по воде». В целом

результаты, продемонстрированные в финальной части исследования свидетельствуют об эффективности нашего комплекса.

На финальном этапе исследования мы повторно оценили социальную адаптацию детей с синдромом Дауна.

Результирующие баллы основных умений и навыков детей в группе согласно методике В.Г. Петрова «наблюдения за развитием детей дошкольного возраста с отставанием в развитии на заключительном этапе исследования» представлены на рисунке 4.

Максимальное количество баллов зарегистрировано в категориях «представление о себе» и «предметно-игровой деятельности», «мелкой моторике», характеризуется состояниями

Выводы

Установлено, что развитие ребенка с синдромом Дауна происходит чрезвычайно своеобразно, неравномерно, что обусловлено не только влиянием патологических биологических факторов, но и характером социальных условий жизни. Полиморфность биологической структуры дефекта и связанное с этим нарушение развития статических, локомоторных, речевых функций создают значительные препятствия для становления базовых психических функций, равностороннего включения ребенка в социальную систему.

Обучение плаванию детей с синдромом Дауна способствует коррекции особенностей психомоторики ребенка, расширяет спектр его умений и навыков, обеспечивая более полное решение задач его социальной адаптации.

Экспериментально проверена эффективность использования комплекса упражнений по начальному обучению плаванию детей с синдромом Дауна 5-8 лет

Установлена положительная динамика в освоении детьми с синдромом Дауна 5-8 лет начальных плавательных умений.