

Шатов Сергей Анатольевич

студент направления 44.04.03 Специальное (дефектологическое)

образование ФГБОУ «Тверской государственный университет»

email: sashatov@edu.tversu.net

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ ПОСРЕДСТВОМ ПОДВИЖНЫХ ИГР

В данной статье рассматриваются возможности применения подвижных игр в качестве эффективного средства адаптивной физической культуры для детей младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью. Анализируется влияние игровой деятельности на развитие двигательных навыков, координационных способностей, психоэмоционального состояния и социальной адаптации. Описываются особенности организации подвижных игр для данной категории детей.

Ключевые слова: умственная отсталость, младший школьный возраст, подвижные игры, реабилитация, адаптивная физическая культура.

Shatov Sergey Anatolyevich

student of the direction 44.04.03 Special (Defectological) Education FGBOU

VO «Tver State University»

email: sashatov@edu.tversu.net

PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL REHABILITATION OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION THROUGH MOVABLE GAMES

This article discusses the possibilities of using mobile games as an effective means of adaptive physical culture for primary school children with mild mental retardation. The influence of game activities on the development of motor skills, coordination abilities, psychoemotional state, and social adaptation is analyzed. The features of organizing mobile games for this category of children are described.

Keywords: mental retardation, primary school age, outdoor games, rehabilitation, adaptive physical education.

Основная цель психолого-педагогической реабилитации детей с ограниченными интеллектуальными способностями состоит в том, что бы

сформировать необходимые знания и навыки, которые способствовали бы их адаптации к социальным требованиям и независимой жизни. Коррекция моторных нарушений и расширение двигательных возможностей умственно отсталого ребенка являются ключевыми условиями его подготовки к жизни и физическому труду.

Согласно исследованиям Е. А. Стребелевой, дети с интеллектуальными отклонениями представляют собой: «детей, у которых в результате органических нарушений в головном мозге наблюдаются стойкие расстройства нормального психического развития, в первую очередь высших познавательных процессов, таких как активное восприятие, целенаправленная память, логическое мышление и речь» [10 с. 78]. Л. С. Выготский отмечает, что: «основными неблагоприятными факторами, влияющими на развитие интеллекта, являются низкая любознательность и обучаемость, что выражается в плохой способности к восприятию нового. Эти факторы можно считать внутренними биологическими признаками умственной отсталости» [4 с. 55].

В основном, умственные нарушения возникают в результате органических повреждений центральной нервной системы на разных стадиях развития. Эти повреждения оказывают системное воздействие на ЦНС, влияя на все сферы психофизического роста: мотивационно-потребностную, социально-личностную, моторную, а так же эмоционально-волевою и когнитивные процессы, такие как восприятие, мышление, деятельность, речь и поведение [12, с. 15].

Причины, способствующие умственной отсталости, многочисленны и разнообразны. Обычно их делят на экзогенные (внешние) и эндогенные (внутренние). Эти факторы могут оказывать влияние на протяжении внутриутробного формирования плода, в момент родов и в первые месяцы или годы жизни малыша. Существует множество внешних факторов,

способствующих значительным нарушениям развития. К наиболее распространенным, относятся:

- наследственная предрасположенность;
- серьезные инфекционные болезни;
- случаи интоксикации, недостаточность питания матери во время беременности;
- заражение плода различными паразитами;
- травмы плода;
- воспалительные процессы в головном мозге и его оболочках у новорожденного;
- повышенные уровни радиации в окружающей среде, неблагоприятные экологические условия;
- алкоголизм или наркомания родителей, особенно матери [11, с. 7].

Умственная отсталость представляет собой обобщенное понятие, включающее стойкие и плохо обратимые нарушения интеллекта, а также различные клинические формы психического недоразвития и адаптивных расстройств. Интеллектуальные отклонения возникают в результате повреждения головного мозга, что ведет к устойчивому снижению психических функций и затруднениям в поведении и моторном развитии [7, с. 36].

На сегодняшний день основным нарушением в сфере двигательной активности у детей с интеллектуальными ограничениями является ухудшение координации движений. Дети сталкиваются с трудностями при выполнении даже самых простых движений [5 с. 46]. Причины этого кроются в органических поражениях различных структур мозга, а также в несогласованной работе контролирующих и исполняющих органов и низком уровне сенсорной афферентации. В связи с этим, дети с интеллектуальными нарушениями не способны одновременно контролировать все характеристики движений.

У детей с легкой умственной отсталостью наблюдаются недостатки в освоении основных движений и моторной координации, которые проявляются в следующем:

- несоответствие движений по времени и пространству;
- трудности в выполнении ритмических заданий;
- низкий уровень контроля равновесия;
- значительные ошибки в дифференциации мышечных усилий;
- ограниченные амплитуды движений при беге и прыжках;
- отсутствие легкости и плавности в движениях;
- избыточная напряженность и скованность движений.

Все указанные характеристики играют важную роль для гармоничного развития каждого ребенка, особенно когда речь идет о детях с умственной отсталостью. Двигательное развитие является основополагающим для формирования их когнитивных способностей и общего прогресса. На ранних этапах детства физическая активность способствует укреплению мышц, улучшению координации и развитию мозга. Каждое новое движение, игра или взаимодействие с окружающей средой предоставляет ребенку новые знания, что, в свою очередь, усиливает его умственные возможности.

Научные исследования показывают, что моторные навыки оказывают непосредственное влияние на учебный процесс. Также развитие моторики способствует детям в осознании своего тела и окружающего мира, что поддерживает формирование пространственного мышления. Таким образом, физическое развитие не является отдельным процессом, а тесно связано с когнитивными функциями, подчеркивая важность комплексного подхода к воспитанию и обучению [11, с. 32].

Психолого-педагогическая реабилитация направлена на коррекцию у детей двигательных, речевых, интеллектуальных и поведенческих расстройств, а также на улучшение коммуникативных навыков и развитие

высших психических функций, таких как пространственное восприятие. В процессе реабилитации происходит комплексное воздействие, охватывающее различные аспекты жизни ребенка [3 с. 54].

Основные принципы психологической реабилитации:

- процесс реабилитации детей должен начинаться на ранних стадиях их развития;

- реабилитация является непрерывным процессом, направленным на скорейшее достижение максимального восстановления или компенсации утраченных функций;

- необходим подход, сочетающий различные методы в проведении психолого-педагогических мероприятий;

- реабилитационный процесс требует многосторонности и комплексности, обращая внимание на различные аспекты жизни: общение, обучение, социализацию, увлечения, здоровье;

- важно соблюдать последовательность, обеспечивая плавный переход от одного реабилитационного мероприятия к следующему, начиная с простых задач и постепенно переходя к более сложным задачам [1, с. 48].

Реабилитация представляет собой процесс, целью которого является помощь людям с заболеваниями и инвалидностью для достижения максимальной возможной психической, физической, социальной, педагогической и эмоциональной полноценности [8 с. 114]. Физическая культура выступает важным компонентом образовательного процесса для учащихся с интеллектуальными нарушениями. Она решает задачи обучения, воспитания, оздоровления и коррекции. Физическое воспитание тесно связано с нравственным, трудовым, умственным и эстетическим развитием; играет ключевую роль в подготовке этих учащихся к самостоятельной жизни и трудовой деятельности, а также способствует формированию положительных черт характера и социальной интеграции.

Главной целью адаптивной физической культуры является развитие личности с помощью жизнеспособных методов и средств, поддерживающих здоровое психофизическое состояние. В настоящее время адаптивная физическая культура является важной частью эффективной реабилитации ребенка в сфере специального образования [13 с. 105].

Для детей младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью на занятиях по адаптивной физической культуре неотъемлемой частью становятся подвижные игры.

Подвижные игры выступают мощным инструментом для комплексного развития и обучения детей с интеллектуальными особенностями. Дети с ментальными нарушениями любят играть, и подобно обычным детям, способны участвовать практически в любой игре, но им требуется обучение и помощь в освоении игрового процесса. Игры необходимо адаптировать под их индивидуальные потребности.

Ключевым аспектом в организации игр с детьми, имеющими умственную отсталость, является слаженная работа педагогов, воспитателей и медицинских специалистов. На основе медицинской диагностики следует определить, какие игры не рекомендованы, а какие допустимы. Педагоги и воспитатели должны понимать суть игры и ее влияние на физическое состояние детей, учитывая особенности их физического развития. Часто у дошкольников и младших школьников наблюдается дефицит базовых навыков, таких как ходьба, бег, ориентация в пространстве и самообслуживание [14 с. 103].

Подвижные игры представляют собой не только средство, но и метод, способствующий физическому развитию ребенка. Концепция игрового метода в физическом воспитании включает в себя особые методические аспекты игры. Данный метод применяется, прежде всего,

для комплексного улучшения двигательных навыков в усложненных и разнообразных условиях [6 с. 54].

Применение подвижных игр подразумевает не просто использование определенных инструментов, но и возможность внедрения их в любые физические упражнения. Преподаватели, применяющие творческий подход, стараются всесторонне интегрировать игру или её составляющие в учебный процесс школьников. Важность игр заключается в том, что полученные умения, навыки и качества регулярно повторяются и улучшаются в новых, быстро меняющихся обстоятельствах, которые предъявляют к детям новые требования [2 с. 125].

Базовые умения и навыки, освоенные учениками в игровом формате, не только без труда адаптируются при дальнейшем, более детальном изучении техники движений, но и упрощают освоение соответствующих технических элементов.

Ключевыми элементами содержания подвижной игры, которые нужно адаптировать для младших школьников с интеллектуальными нарушениями, являются: сюжет, правила и физические действия игроков. Организуя подвижные игры для детей с умственной отсталостью, учителю нужно: тщательно выбирать место для игр; грамотно и понятно разъяснять правила; использовать яркий игровой инвентарь; активно участвовать в процессе; и подводить итоги, оценивая успехи каждого ребенка индивидуально.

Адаптация элементов подвижных игр под возможности младших школьников с интеллектуальными нарушениями включает упрощение сюжета и правил, замену игровых действий более доступными. Также можно изменить сюжет и правила, вводя капитанов, а для менее подготовленных учеников предусмотреть дополнительные попытки и «жизни» [9 с. 30].

У детей с умственной отсталостью наблюдаются недостатки психомоторного развития, включая замедленные локомоторные функции, неэффективные движения, моторную возбудимость, бедность и угловатость движений, а также слабое развитие мелкой моторики. Зрительно-моторные реакции имеют ключевое значение для психического развития, но у таких детей восприятие замедлено, что увеличивает время реакции. Основным нарушением является ухудшение координации движений из-за органических поражений мозга и несогласованности работы органов. У детей с легкой умственной отсталостью наблюдаются недостатки в освоении движений, трудности с ритмом, равновесием, дифференциацией усилий, ограниченная амплитуда движений, отсутствие плавности и избыточная напряженность.

Подвижные игры - это и средство, и метод физического развития ребенка. Игровой метод в физическом воспитании улучшает двигательные навыки в усложненных условиях. Подвижные игры гармонично развивают ребенка, улучшают физические качества, закрепляют естественные движения и навыки, приобретенные на занятиях адаптивной физической культурой. Совмещение в подвижной игре трех элементов – физической активности, эмоционального развития и умственной нагрузки – помогает ребенку адаптироваться к естественной среде, способствует освоению социальных навыков и улучшает взаимоотношения, что обогащает его личность. В процессе психолого-педагогической реабилитации адаптивная физическая культура, с акцентом на подвижные игры, служит не только средством физического развития, но и мощным инструментом обучения, воспитания, оздоровления и коррекции, способствуя формированию личности и подготовке к самостоятельной жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Акатов Л.И. Социальная реабилитация детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические основы. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. 368 с.

2. Апанасова И. А. Развитие двигательной активности детей младшего дошкольного возраста через подвижные игры и двигательные упражнения / И. А. Апанасова, М. Л. Зверева. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. 2024. № 32. С. 123-126.

3. Басалаева Н.В., Казакова Т.В., Левшунова Ж.А. Психологическое сопровождение детей с особыми потребностями: учебное пособие. – Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2020. 77 с.

4. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. – М.: Изд-во Смысл, Изд-во Эксмо, 2005. 512 с.

5. Горелик, В.В. Адаптивная физическая культура (АФК) и спорт для лиц с нарушением интеллекта: учеб.-метод. пособие. – Тольятти: ТГУ, 2009. 103 с.

6. Наумова Е.В. Методика адаптивного физического воспитания младших школьников с интеллектуальными нарушениями с учетом уровня двигательной активности / Е.В. Наумова // Физическая культура. 2020. №2. С.54-56.

7. Психология умственно отсталого школьника: учебное пособие для студентов педвузов; под ред. С. Л. Рубинштейна. – М.: Просвещение, 2018. 92 с.

8. Сосновский Б. А. [и др.]. Возрастная и педагогическая психология: учебник для вузов. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2024. 359 с.

9. Средства и методы адаптивной физической культуры в обучении детей дошкольного возраста, имеющих ограниченные возможности здоровья: методические рекомендации / Сост. Н.П. Курнакова. – Южно-Сахалинск: Изд-во ИРОСО, 2022. 52 с.

10. Стребелева Е. А. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с интеллектуальными нарушениями: для студентов педагогических учебных заведений среднего и высшего профессионального образования по специальности № 03.20.00 "Дошкольная коррекционная педагогика и специальная психология" / Стребелева Е. А. – М.: ПАРАДИГМА, 2021. - 321 с.

11. Субботина, К. С. Умственная отсталость у детей. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. 2023. № 19. С. 569-571.

12. Федулова Д.В., Бердюгин К.А. Физическое развитие детей с умственной отсталостью. Учебное пособие. – Екатеринбург: Типография для Вас, 2022. 48 с.

13. Щербак А. П. Физическое развитие детей дошкольного возраста с ОВЗ / А. П. Щербак // Логопед. 2024. № 1. С. 100-105.

14. Яцухин В. Ю. Развитие человека с ограниченными возможностями здоровья посредством доступного для него вида спорта. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. 2023. № 43. С. 290-291.

References

1. Akatov L.I. Social'naya reabilitaciya detej s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya. Psihologicheskie osnovy. – М.: Gumanit. izd. centr VLADOS, 2003. 368 s.

2. Apanasova I. A. Razvitie dvigatel'noj aktivnosti detej mladshogo doshkol'nogo vozrasta cherez podvizhnye igry i dvigatel'nye uprazhneniya / I. A. Apanasova, M. L. Zvereva. – Текст: neposredstvennyj // Molodoj uchenyj. 2024. № 32. S. 123-126.

3. Basalaeva N.V., Kazakova T.V., Levshunova Zh.A. Psihologicheskoe soprovozhdenie detej s osobymi potrebnyami: uchebnoe posobie. – Krasnoyarsk: Sib. feder. un-t, 2020. 77 s.

4. Vygotskij L. S. Psihologiya razvitiya rebenka. – M.: Izd-vo Smysl, Izd-vo Eksmo, 2005. 512 s.

5. Gorelik, V.V. Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura (AFK) i sport dlya lic s narusheniem intellekta: ucheb.-metod. posobie. – Tol'yatti: TGU, 2009. 103 s.

6. Naumova E.V. Metodika adaptivnogo fizicheskogo vospitaniya mladshih shkol'nikov s intellektual'nymi narusheniyami s uchetom urovnya dvigatel'noj aktivnosti / E.V. Naumova // Fizicheskaya kul'tura. 2020. №2. S.54-56.

7. Psihologiya umstvenno otstalogo shkol'nika: uchebnoe posobie dlya studentov pedvuzov; pod red. S. L. Rubinshtejna. – M.: Prosveshchenie, 2018. 92 s.

8. Sosnovskij B. A. [i dr.]. Vozrastnaya i pedagogicheskaya psihologiya: uchebnik dlya vuzov. – 3-e izd., pererab. i dop. – Moskva: Yurajt, 2024. 359 s.

9. Sredstva i metody adaptivnoj fizicheskoy kul'tury v obuchenii detej doshkol'nogo vozrasta, imeyushchih ogranichennye vozmozhnosti zdorov'ya: metodicheskie rekomendacii / Sost. N.P. Kurnakova. – Yuzhno-Sahalinsk: Izd-vo IROSO, 2022. 52 s.

10. Strebeleva E. A. Vospitanie i obuchenie detej doshkol'nogo vozrasta s intellektual'nymi narusheniyami: dlya studentov pedagogicheskikh uchebnykh zavedenij srednego i vysshego professional'nogo obrazovaniya po special'nosti № 03.20.00 "Doshkol'naya korrekcionnaya pedagogika i special'naya psihologiya" / Strebeleva E. A. – M.: PARADIGMA, 2021. - 321 s.

11. Subbotina, K. S. Umstvennaya otstalost' u detej. – Tekst: neposredstvennyj // Molodoj uchenyj. 2023. № 19. S. 569-571.

12. Fedulova D.V., Berdyugin K.A. Fizicheskoe razvitie detej s umstvennoj otstalost'yu. Uchebnoe posobie. – Ekaterinburg: Tipografiya dlya Vas, 2022. 48 s.

13. Shcherbak A. P. Fizicheskoe razvitie detej doshkol'nogo vozrasta s OVZ / A. P. Shcherbak // Logoped. 2024. № 1. S. 100-105.

14. Yacuhin V. Yu. Razvitie cheloveka s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya posredstvom dostupnogo dlya nego vida sporta. – Tekst: neposredstvennyj // Molodoj uchenyj. 2023. № 43. S. 290-291.