

відповідальності за команду, тому слідуємо олімпійському гаслу: «Швидше! Вище! Сильніше!»

Таким чином, уроки фізичної культури в дистанційному форматі можуть проходити в цікавій, незвичній формі, за допомогою інноваційних прийомів та методів навчання. Головне завдання вчителя: виховувати у дітей розуміння значущості занять фізичними вправами як важливим засобом зміцнення здоров'я, самовираження, соціальної взаємодії.

Література:

1. Дистанційна освіта [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/visha-osvita/distancijna-osvita>
2. Лист Міністерства освіти і науки України від 22.09.2021 № 1/9-482 «Щодо методичних рекомендацій про викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2021/2022 навчальному році» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.schoollife.org.ua/shhodo-metodychnyh-rekomendatsij-pro-vykladannya-navchalnyh-predmetiv-u-zakladah-zagalnoyi-serednoyi-osvity-u-2021-2022-navchalnomu-rotsi/>
3. Навчально-методичний посібник «Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1-4 класах закл. заг. сер. освіти» / Боляк А. А., Коломоєць Г. А., Ребрина А. А., Боляк Н. Л. Київ : Видавничий дім «Основа», 2021. 159 с.

ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ (З ДОСВІДУ РОБОТИ)

Губаренко Ю. О.

*вчитель фізичної культури Комунального закладу освіти
«Жовтневий навчально-реабілітаційний центр з поглибленим
професійно-трудовим навчанням» Дніпропетровської обласної ради*

Система спеціальної освіти в Україні має вертикально-горизонтальну структуру, що передбачає диференціацію дітей за нозологіями та віковими групами. Відповідно, освітні послуги

дітям із порушеннями інтелектуального розвитку в КЗО «Жовтневого НРЦ з поглибленим професійно-трудовим навчанням» надаються в рамках спеціальних освітніх закладів, що реалізують програми дошкільної, початкової, основної та середньої (повної) загальної освіти, складені на основі Державного стандарту спеціальної освіти.

Мета – розкрити механізм впровадження програми з фізичної реабілітації учнів початкових класів в умовах навчально-реабілітаційного центру.

Систематичне використання засобів фізичної реабілітації дозволяє попередити виникнення вторинних відхилень у фізичному розвитку та сприяє інтенсивній соціальній інтеграції дітей із особливими потребами. Для забезпечення максимального фізичного, психічного, мовленнєвого та соціального розвитку дитини з особливими потребами у процесі формування комплексної корекційної програми необхідним є використання засобів фізичної реабілітації.

Лише тісна співпраця вчителя та родини дитини з особливими потребами, що проводиться в нашій школі, є основою для розвитку природних здібностей, успішного здійснення навчальної діяльності, формування позитивних особистісних рис: дисциплінованості, відповідальності, активності, самоконтролю, наполегливості, вмотивованого відношення до навчання, сформованості пізнавальних інтересів, комунікативних якостей тощо. Систематичний процес фізичної реабілітації у комплексному корекційному впливі дає можливість дитині з особливими потребами стати повноправним членом суспільства, брати активну участь у шкільному житті, розвивати потенційні можливості та демонструвати свої природні здібності. Фізична реабілітація має бути важливою частиною загальної системи навчання, виховання та корекції дітей із вадами розумового розвитку.

Основною метою програми з фізичної реабілітації КЗО «Жовтневий НРЦ з поглибленим професійно-трудовим навчанням» є корекція й компенсація недоліків фізичного розвитку, загальної та дрібної моторики, що перешкоджають успішному навчанню й вихованню дітей. Для цього школа має спортивний зал, тренажерну та ігрову кімнати, літній спортивний майданчик, стадіон та спортивні знаряддя.

Основними напрямками реабілітаційної роботи з учнями початкових класів школи, які мають вади, є:

- удосконалення основних рухових функцій і сенсорної сфери;

- розвиток дрібної моторики кистей і пальців рук;

- покращення артикуляційної моторики;

- корекція окремих сторін психічної діяльності: удосконалення просторових уявлень і орієнтації, слухової уваги і пам'яті;

- розвиток різних видів мислення;

- корекція порушень у розвитку емоційно-вольової сфери;

- формування мовного дихання;

- зміцнення загального здоров'я, профілактика від сколіозу;

- виховання точності, завершеності рухів;

- нормалізація м'язового тону з використанням для цього різноманітного за темпом і ритмом музичного матеріалу, рухових вправ;

- виховання зорово-моторної координації.

В основі фізичної реабілітації дітей нашого центру, КЗО «Жовтневий НРЦ з поглибленим професійно-трудоим навчанням», з метою всебічного фізичного та психічного розвитку, збільшення рухової активності у процесі занять проводяться: заняття, спрямовані на розвиток психомоторики: ранкова гігієнічна гімнастика, фізкультхвилинки, рухова терапія, фізкультурні свята: «Нумо хлопці», «Нумо дівчата»; «Козацькі розваги», «Юний атлет», змагання з футболу, настільного тенісу, шахів, баскетболу, волейболу, проводиться ЛФК та інші.

З силового блоку – тренування з вільної боротьби, армреслінгу, піднімання штанги та гирі. Учні беруть активну участь в місцевих та обласних змаганнях. Так, під моїм керівництвом на обласних змаганнях за програмою «Старти надій» збірна команда учнів нашої школи в 2018 році стала бронзовим призером з легкої атлетики (приймали участь 11 шкіл). Щонеділі вихователі проводять з дітьми спортивні години та клуб вихідного дня, рухливі ігри на свіжому повітрі.

Заняття, спрямовані на покращення функціонування кисті та пальців рук: пальчикова гімнастика, складання мозаїки, кубиків;

малювання, ліплення з пластиліну, застібання-розстібання гудзиків, конструювання, розкладання дрібних предметів у залежності від форми, розміру, кольору (квасолі, намистинок, шишок, круп тощо), захоплення та утримування предметів різними пальцями; оволодіння навичками самообслуговування на основі покращення функціонування опорно-рухового апарату, рівноваги, координації рухів. Дихальні вправи застосовуються для попередження виникнення захворювань верхніх дихальних шляхів. Спортивні свята проводяться у відповідності з можливостями дітей для підвищення рівня домагань та мотиваційної складової до самостійних занять фізичної культурою, спортом, покращення комунікативних якостей дітей.

Під час проведення занять із фізичної реабілітації дитину навчають відчувати рухи всіх видів, застосувати оптимальну кількість сенсорних подразників, що стимулюють відчуття дотику, рівноваги.

Складаючи комплекс фізичних вправ, враховано вік дитини, тяжкість дефекту, перевірку захворювання на сколіоз та методи боротьби з цим недугом, рівень інтелектуального розвитку дитини, інтереси й особливості поведінки. Більшість вправ запропоновано у вигляді цікавих ігор, завдяки чому дитина самостійно повторює активні рухи. На їхню довільну, спонтанну поведінку накладаю обмеження, тому вони повинні вчитися діяти спільно з іншими учнями. Усі ці навички допомагають сформувати правильну модель поведінки й вирішувати завдання, що стоять перед педагогами та батьками. Проведення таких заходів є ідеальною можливістю для дитини бути залученою в основний потік однолітків, виховуватися в мовному середовищі з іншими дітьми, інтегруватися в суспільство.

У своїй роботі по реабілітації дітей з особливими потребами передбачено також роботу з батьками, основними напрямками якої є гармонізація сімейних відносин стосовно дитини; встановлення партнерських стосунків між корекційними фахівцями, шкільними педагогами та членами родини; допомога в адекватній оцінці можливостей дитини; ознайомлення з елементарними методами навчання та корекції; постійна підтримка та консультування з боку педагогів.

Пропоную блок-схему комплексної програми фізичної реабілітації для дітей із особливими потребами:

Завдання:

– увагу з акцентовано на оцінюванні загального, моторного розвитку дитини, виявленні різниці хронологічного та розумового, моторного віку, визначенні засобів та методів фізичної реабілітації, роботі з батьками;

– привчання до дисципліни, організованості;

– вивчення обладнання, інвентарю у класі, спортивній залі;

– ознайомлення та попереднє вивчення фізичних вправ;

– розвиток мотивації до занять.

Завдання:

– засвоєння основних моторних функцій;

– вивчення комплексу фізичних вправ для корекції та розвитку необхідних рухових дій та їх якостей;

– профілактика виникнення вторинних ускладнень;

– навчання батьків особливостям проведення занять із фізичної реабілітації.

Завдання:

– удосконалення умінь, навичок моторних функцій;

– автоматичне виконання фізичних вправ для розвитку рухової активності дитини;

– виконання вправ за мовною інструкцією;

– покращення якості життя дитини та родини.

Розвиток рухових функцій, навичок самообслуговування, комунікативних якостей, покращення функціонування рук. Реабілітаційний процес безперервний, довготривалий, доступний, безпечний для дитини та прийнятний для родини.

Навчання: оптимізація рухового режиму. Оздоровчі заходи. Вправи з розвитку дрібної моторики. Сенсорний вплив. Партнерська робота з батьками. Загально-розвивальні, корекційні заняття; вправи для розвитку функціонування рук; фізкультхвилинки, динамічні паузи під час уроків. Ранкова зарядка, гімнастика, рухова терапія, заняття у спортивній залі, на шкільному стадіоні, оздоровчо-виховні заходи.

Загартування: плавання на воді влітку в оздоровчому таборі, заняття з дітьми в тренажерному залі, у зимовий період заплановано оздоровлення дитячого організму за допомогою катання на лижах та санчатах.

Пальчикова гімнастика, складання мозаїки, розкладання дрібних предметів, самомасаж шишками тощо. Музичний супровід занять, різні за кольором, розміром та фактурою іграшки, предмети.

Перед уроками фізичної культури у медичної сестри береться допуск до уроку на дітей та робиться запис в журналі.

Метою відеоуроків є зміцнення здоров'я, підвищення захисних сил організму, підвищення фізичної і розумової працездатності, профілактика захворювань, стресових станів засобами адаптивної фізичної культури, освоєння навичок здорового способу життя.

Отже, фізична реабілітація учнів початкових класів в умовах КЗО «Жовтневого НРЦ з поглибленим професійно-трудовим навчанням» дає можливість проведення корекції фізичного здоров'я осіб з інтелектуальними порушеннями, позитивно впливає на психоемоційний стан учасників освітнього процесу, розвиває риси характеру та сприяє процесу соціалізації особистості.

Література:

1. КМУ від 21 серпня 2013 р. № 607 «Про затвердження Державного стандарту початкової загальної освіти для дітей з особливими освітніми потребами».
2. Васьков Ю. В. Нова програма «Фізична культура. Розробки уроків 7-10 класів».
3. МОН НМЦСО «Програми та методичні рекомендації для допоміжної школи. Фізична культура. Підготовчий, 1-10 класи».