

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ С ПРОБЛЕМАМИ СЛУХА В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ШКОЛЫ-ИНТЕРНАТА

Бородич О.М. (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)

Научный руководитель – В.А. Горовой, ст. преподаватель

Физическое воспитание ребенка с недостатками слуха также как и слышащих, является составной частью воспитания. Физическое воспитание служит задачей всестороннего развития детей.

У учащихся в процессе учебных занятий активно участвует в работе очень небольшое количество мышц тела. Положение сидя и низкая интенсивность работы мышц живота, нижних и верхних конечностей создают предпосылки для развития застойных явлений во внутренних органах, затруднение крово-и лимфообращения в ногах и руках.

Цель нашего исследования – определить эффективность использования физических упражнений на укрепление здоровья глухих и слабослышащих детей в течение учебного года.

Для достижения поставленной цели мы ознакомились с годовым планом оздоровительных мероприятий, которые проводятся в школе-интернате. В работе школы используются следующие формы занятий физическими упражнениями: гимнастика до занятий, основным содержанием которых являлись разработанные нами комплексы, состоящие из 5–7 упражнений динамического характера, воздействующих на все группы мышц. Комплексы постоянно обновлялись, продолжительность составляла не более 15 минут; физкультурные

минутки и физкультурные паузы, целью которых являлось вернуть уставшему ребенку работоспособность, внимание, снять мышечное и умственное утомление, предупредить нарушение осанки; физические упражнения и игры на переменах; основной формой занятий являлась лечебная физическая культура.

В результате проведенного исследования выявлено, что использование различных форм лечебно-оздоровительных мероприятий способствует укреплению здоровья, развития двигательной памяти, умению ориентироваться в пространстве, координации; содействует правильному физическому, функциональному и психическому развитию.

Проведенный сравнительный анализ физического развития детей свидетельствует, что произошли изменения из границ ниже среднего в среднюю, в показателях веса, окружности грудной клетки, жизненной емкости легких.

При проведении мероприятий по физическому воспитанию глухих детей необходимо иметь в виду те или иные заболевания, в результате чего они имеют глухоту. Очень важно знать, когда ребенок оглох: до появления у него речи или после того, как овладел ею.