

Тарасова Г. К.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теоретичних
основ олімпійського та професійного спорту Гуманітарного інституту
Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова
(Україна, Миколаїв), kostyantyn.bogatyrov@nuos.edu.ua

Косенчук В. О.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Гуманітарного
інституту Національного університету кораблебудування імені адмірала
Макарова (Україна, Миколаїв), oleksandr.yatsunskiy@nuos.edu.ua

КОРЕКЦІЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ ЗАСОБАМИ ФІГУРНОГО КАТАННЯ НА КОВЗАНАХ

Педагогічний досвід роботи з дітьми, що мають аномалії у розвитку, показав, що формування у них спортивних рухових навиків є важким завданням. Об'єктом дослідження, що було покладено в основу поданої статті, став процес корекції стану аутичних дітей за допомогою засобів фігурного катання на ковзанах.

Ключові слова: *ранній дитячий аутизм, соціальна адаптація, фігурне катання, корекція.*

Постановка проблеми. У системі заходів соціального захисту дітей з відхиленнями в психофізичному розвитку все більшого значення набувають так звані нетрадиційні види рухової активності, найбільш ефективною з яких є реабілітація та соціальна адаптація засобами адаптивного фізичного виховання і спорту. Інтеграція в життя суспільства осіб з обмеженими можливостями сьогодні відбувається без їх фізичної реабілітації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні існує багато літературних джерел, в яких висвітлені питання навчання фігурному катанню на ковзанах, але для дітей з діагнозом ранній дитячий аутизм (РДА) до

теперішнього часу цей вид спорту був недосяжним і тому ніяких методичних розробок в цієї галузі знайти не вдалось.

Для синдрому РДА характерними ознаками є відсутність навичок комунікації як словесної, так і невербальної; відсутність навичок соціальної взаємодії, а саме поділ емоційних станів, тобто розуміння почуттів іншої людини в даний момент часу, співчуття, спілкування з співрозмовником, присутність стереотипії (безцільного повторення рухів).

Повторювання одних і тих же рухів доставляє дітям з аутизмом велике задоволення. Стереотипні рухи заспокоюють дитину, що має діагноз ранній дитячий аутизм, сприяють зменшенню внутрішньої тривожності, а також допомагають витримати сенсорну стимуляцію від навколишнього світу.

«У фігурному катанні рухи повторюються в одному і тому ж порядку, формують і закріплюють у міру тренуваності певний порядок збудження нервових центрів функціональної системи, тобто руховий динамічний стереотип (систему умовних і безумовних рефлексів)» [3].

Дитина, рухаючись на ковзанах, багато разів повторює одні і ті ж рухи в певній послідовності. Відбувається постійне чергування напруги і розслаблення м'язів ніг при зміні одноопорного і двохопорного ковзання [6].

Таким чином, ми зробили припущення, що застосування, засобів фігурного катання на ковзанах для дітей з діагнозом РДА дозволить їм не тільки оволодіти основами техніки фігурного катання на ковзанах, але й буде сприяти розвитку фізичних якостей, корекції психомоторіки, підвищить рівень їх соціально-психологічної адаптації.

Метою дослідження є вивчити специфіку процесу оздоровчого тренування дітей з діагнозом РДА та теоретично і експериментально обґрунтувати особливості навчання їх фігурному катанню на ковзанах.

У дослідженнях застосовувався теоретичний аналіз і узагальнення вітчизняної і закордонної літератури, педагогічні спостереження за процесом оздоровчого тренування з фігурного катання дітей, яким був поставлений діагноз

РДА, а заняття з фігурного катання для категорії вказаних дітей самі по собі стали експериментом.

Основою такого педагогічного експерименту за умовами проведення був природний, за характером – формуючий експеримент.

Педагогічні спостереження за дітьми з діагнозом РДА проводилися на навчально-тренувальних заняттях груп початкового навчання школи фігурного катання на ковзанах «Сніжинка» м. Миколаїв у період з 2012 по 2013 рр. Діти з діагнозом РДА займалися фігурним катанням разом із усіма іншими дітьми, що не мали відхилень у стані здоров'я і відвідували групи початкового навчання, в межах інклюзивної освіти. В межах тренувального процесу діти відвідували два заняття з льодової підготовки, одне заняття з загальної фізичної підготовки та одне заняття з хореографії.

У дослідженні взяли участь 20 дітей віком 6-8 років, яким був поставлений діагноз РДА, та 20 дітей такого ж віку без відхилень у стані здоров'я, що прийшли на заняття до школи фігурного катання на ковзанах.

З метою вирішення завдань дослідження, їх процес був розділений на 2 етапи.

Перший етап – попередній або пошуковий, включав в себе аналіз літературних джерел, практичної роботи тренерів, педагогічні спостереження, спрямовані на виявлення особливостей освоєння і виконання дітьми з діагнозом РДА основних груп елементів фігурного катання на ковзанах. Намічені основні напрямки для розробки методики навчання фігурному катанню на ковзанах дітей з діагнозом РДА.

Другий етап дослідження полягав у здійсненні педагогічного експерименту з метою виявлення ефективності методики навчання фігурного катання на ковзанах, для корекції психомоторних і розвитку фізичних якостей дітей з аутизмом, а також можливості підвищення їх соціально-психологічної адаптації.

Викладення основного матеріалу. В ході констатуючого експерименту нами були отримані результати, що свідчили про суттєві відставання у всіх перелічених тестах у дітей, яким був поставлений діагноз РДА.

Швидкісно-силові якості у дітей з діагнозом РДА виявилися розвинені гірше, ніж у їхніх однолітків. Вони відстають у тесті стрибок у довжину ($130,42 \pm 9,07$ і $153,69 \pm 5,008$), стрибку вгору ($19,5 \pm 5,61$ і $24,3 \pm 2,007$ см).

За результатами прояву швидкісних здібностей діти з діагнозом РДА відстають у своїх показниках від своїх однолітків, що не мають відхилень у психофізичному розвитку на 42%.

За показниками тесту на просту зорово-рухову реакцію також були виявлені відставання дітей з аутизмом на 25,5%, а складної рухової реакції на 69,2%.

Дані говорять про низьку рухливість нервових процесів у дітей з діагнозом РДА, яка проявляється в низькому темпі рухів і поганому опрацюванні.

Результати обчислень показали, що отримані відмінності були достовірними при дослідженні гнучкості (при $p < 0,05$), швидкісно-силових якостей. Значними виявилися показники відмінностей середніх показників швидкості, статичної та динамічної рівноваги, точності відтворення заданих зусиль (при $p < 0,001$). Лише в тесті на силу кисті відмінності були не достовірні ($p > 0,05$).

Нами також досліджувалась засвоєння дітьми з аутизмом техніки базової підготовки фігуристів на етапі початкової підготовки. Аналізовою основними групами елементів фігурного катання на ковзанах такими дітьми виявив, що вони більш легко засвоюють найпростіші кроки; важче – складні кроки зі зміною напрямку і фронту ковзання та простіші стрибки на льоду. Але свідомого страху падіння чи боязні льоду, як у деяких дітей, що не мають відхилень у стані психофізичного розвитку, у дітей з діагнозом ранній дитячий аутизм не спостерігалось ($p < 0,05$).

Але слід відмітити, що стійкої тенденції в успішному засвоєнні рухів фігурного катання серед дітей з діагнозом ранній дитячий аутизм також не має.

У залежності від специфіки дефекту прості елементи фігурного катання засвоювались краще дівчатами, що мали діагноз ранній дитячий аутизм, порівняно із хлопцями, яким був поставлений такий самий діагноз.

В процесі подібних занять дитини формуються дві базові здібності – проходження інструкції і імітація, без яких неможливо навчання.

Різниця в засвоєнні простих елементів таких як кроки по льоду, присідання, підготовчих вправ до стрибків типу підстрибування між дітьми з діагнозом ранній дитячий аутизм і дітьми, що не мали відхилень в психофізичному стані не спостерігалось ($p < 0,05$).

В процесі занять з загальної фізичної підготовки у дітей з діагнозом РДА відбулось покращення просторової орієнтації, точності рухів руками, ногами, головою у просторі. Так, через півроку занять у школі фігурного катання точність рухів руками у дітей з аутизмом зросла на 18%, через рік на 24,1%. Точність рухів головою (повороти вправо – вліво, нахил голови вперед – назад) через пів року на 12%, через рік на 19,9%. Точність рухів ногами (відтворення кутових величин) за півроку зросла на 16,1% і через рік на 26,6% ($p < 0,05$).

Суттєве значення у корекційній роботі з дітьми з аутизмом має різнопланова підготовка фігуристів, а саме, з загальної фізичної підготовки, льодової підготовки та хореографії.

Ефект від застосування хореографії, однієї зі складових якої є музичний супровід, вбачають в емоційній розрядці, полегшенні ситуації взаємодії, регуляції емоційного стану, підвищенні доступності для свідомих переживань психо-ісоціодинамічних процесів, придбання нових рухових навичок, створенні підґрунтя комунікативних навичок, розвитку творчої уяви і фантазії, сприянні самовираженню і саморозвитку, полегшенні можливостей засвоєння дітьми з аутизмом нових стосунків.

Розглядаючи хореографічну підготовку у фігурному катанні в контексті виконання в ньому рухів під музику, слід зазначити, що вона

створює бадьорий, радісний настрій, виховує активну увагу і гальмування, розгальмовує моторні центри, викликає рефлекторне засвоєння ритму.

Отже, вивчаючи здібність дітей з аутизмом до ритмічності рухів, нами було з'ясовано, що на початку навчання серед дітей з діагнозом РДА, що мали низький рівень ритмічності рухів було 96,7%, середній рівень мали 3,3% і високий не мала жодна дитина, тоді як серед їх однолітків, що не мають відхилень в стані психофізичного розвитку з низьким рівнем виявлено 33,3%, з середнім рівнем 46,7%, інші склали групу з високим рівнем ритмічності рухів ($p < 0,05$). Через рік серед дітей з діагнозом РДА цей показник змінився, але не суттєво кількість дітей, в яких змінився рівень ритмічності рухів збільшилась всього на 3,4% між групою з низьким і середнім рівнем ритмічності рухів. В групі з низьким рівнем було 93,3%, а в групі з середнім рівнем стало 6,7% дітей, що мали діагноз РДА ($p < 0,05$). Але у порівнянні з початком навчання коли діти не могли навіть під музику повторити плескаючи в долоні музичний рисунок запропонованої музики, через рік цей показник покращився. Наявність не попадань в музику серед дітей з аутизмом зменшилась в 2 рази, що вказує на позитивний вплив занять хореографією. Крім цього у 26,7% дітей з'явилась потреба наспівувати мелодію яка звучала під час заняття з хореографії. Крім того, 96,6% батьків дітей з діагнозом РДА свідчили про те, що діти йшли на заняття школи фігурного катання із задоволенням і називали куди вони їдуть.

Таким чином, можна зробити **висновок**, що застосування, засобів фігурного катання на ковзанах для дітей з аутизмом дозволило їм не тільки оволодіти основами техніки фігурного катання на ковзанах, але й розширило фонд рухових вмінь та навичок, сприяло формуванню фізичних якостей, корекції психомоторного стану і підвищило рівень їх соціально-психологічної адаптації.

Література

1. **Искра, Я.** Ритмическая способность перед и после анаэробного усилия самых лучших польских барьеристов. Теоретические и практические аспекты двигательных способностей человека // Адаптивное физическое воспитание, Катовице. – 1997. – С. 47–50.

2. **Максимова, Е.В.** Уровни общения. Причины возникновения раннего детского аутизма и его коррекция на основе теории Н.А. Бернштейна. – М.: Издательство «Диалог-МИФИ», 2008. – 288 с.

3. **Мишин, А. Н.** Фигурное катание для всех. – Л.: Лениздат, 1976. – С.3.

4. **Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М., Костин И.А., Веденина М.Ю., Аршатский А.В., Аршатская О.С.** Дети и подростки с аутизмом. Психологическое сопровождение. – М.: Терсвинф, 2005. – 210с.

5. **Плаксунова, Э.В.** Влияние занятий по программе адаптивного физического воспитания «Моторная азбука» на двигательное и психомоторное развитие детей с расстройствами аутистического спектра // Аутизм и нарушения развития. – 2009. – № 4. – С. 67–72.

6. **Пустынникова, Л.Н.** Коньки в детском саду. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 108с.

References

1. Iskra Ya. *Ritmicheskaya sposobnost pered i posle anaerobnogo usiliya samyx luchshix polskix bareristov. teoreticheskie i prakticheskie aspekty dvigatelnyx sposobnostej cheloveka* [Rhythmic ability before and after anaerobic best Polish berristow. Theoretical and practical aspects of human motor abilities]. *Adaptivnoe fizicheskoe vospitanie, Katowice*. – 1997. – p. 47-50.

2. Maksimova E.V. *Urovni obshheniya. prichiny vozniknoveniya rannego detskogo autizma i ego korrekciya na osnove teorii N.A. Bernshtejna* [Levels of communication. The causes of early infantile autism and its correction based on the theory of N.A. Bernstein]. M.: izdatelstvo «Dialog-mifi», 2008. – 288 s.

3. Mishin A. N. *Figurnoe katanie dlya vsekh*. [Figure skating for all]. L.: Lenizdat, 1976. – s.3.

4. Nikolskaya O.S., Baenskaya E.R., Libling M. M., Kostin I.A., Vedenina M. Yu., Arshatskij A. V., Arshatskaya O. S. *Deti i podrostki s autizmom. psixologicheskoe soprovozhdenie* [Children and adolescents with autism. Psychological support]. M.: Tersvinf, 2005. – 210s.

5. Plaksunova E. V. *Vliyanie zanyatij po programme adaptivnogo fizicheskogo vospitaniya «motornaya azbuka» na dvigatelnoe i psixomotornoe razvitie detej s*

rasstrojstvami autisticheskogo spektra [The influence of training on the program of adaptive physical education «Motor ABC» on the motor and psychomotor development of children with autism spectrum disorders]. *Autizm i narusheniya razvitiya*. – 2009. – № 4. – s. 67 – 72.

6. Pustynnikova L. N. *Konki v detskom sadu*. [Skates in nursery]. M.: Fizkultura i sport, 1979. – 108s.

Tarasova H. K., *Candidate of Sciences (Physical education), Associate Professor of the Department of Theoretical Basics of Olympic and Professional Sports, Humanitarian Institute of National University of Shipbuilding after Admiral Makarov (Ukraine, Mykolaiv), kostyantyn.bogatyrov@nuos.edu.ua*

Kocenchuk B. O., *Senior Instructor of the Department of Physical Education, Humanitarian Institute of National University of Shipbuilding after Admiral Makarov (Ukraine, Mykolaiv), oleksandr.yatsunskiy@nuos.edu.ua*

Correction of mental and physical state of children with autism means of figure skating

The pedagogical experience of work with children with abnormalities showed that the formation of a sport motor abilities is a difficult task. The object of the research that was the basis of this article was the process of correction of autistic children by means of figure skating on skates. Theoretically justified the use of figure skating in physical education of children with special needs.

Key words: *early infantile autism, social adaptation, figure skating, correction.*

Тарасова А. К., *кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент кафедры теоретических основ олимпийского и профессионального спорта Гуманитарного института Национального университета кораблестроения имени адмирала Макарова (Украина, Николаев), kostyantyn.bogatyrov@nuos.edu.ua*

Косенчук В. А., *старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта Гуманитарного института Национального университета*

кораблестроения имени адмирала Макарова (Украина, Николаев),
oleksandr.yatsunskiy@nuos.edu.ua

Коррекция психофизического состояния детей с аутизмом средствами фигурного катания на коньках

Педагогический опыт работы с детьми, имеющими аномалии в развитии, показал, что формирование у них спортивных двигательных навыков является тяжелым заданием. Потому объектом исследования, которое было положено в основу предложенной статьи, стал процесс коррекции состояния аутичных детей средствами фигурного катания на коньках.

Ключевые слова: *ранний детский аутизм, социальная адаптация, фигурное катание, коррекция.*