

## БАЛАНС-ТРЕНИНГ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА В ВОЗРАСТЕ 10-11 ЛЕТ

О.С. Швайко, В.О. Климович, 1 курс

Научный руководитель – К.С. Теляк, ассистент кафедры ФКиС

Полесский государственный университет

**Актуальность исследования.** Патология слуха является распространенной причиной инвалидизации и снижения качества жизни, представляет собой многогранную социально-значимую проблему не только в Республике Беларусь, но и в мире[3]. Несмотря на достигнутые значительные успехи в борьбе с этим недугом, число страдающих тугоухостью увеличивается из года в год, поэтому в процессе физического воспитания детей с нарушением слуха, важно использовать методики коррекции двигательных нарушений, в частности развития двигательных-координационных способностей с помощью баланс-тренинга[1,2].

**Цель исследования:** оценить развитие координационных способностей у детей школьного возраста с нарушением слуха.

**Методы и организация исследования.** Исследование проводилось на базе ГУО «Пинская специальная общеобразовательная школа-интернат». В исследовании приняли участие 11 воспитанников (7 мальчиков и 4 девочки) в возрасте 10-11 лет с нейросенсорной тугоухостью. Для оценки параметров координационных способностей у неслышащих и слабослышащих детей использовалась система «Реакор», «Тренинг на устойчивость с условием перехода».

Тренинги на устойчивость проводился два раза в неделю на протяжении месяца.

**Результаты и их обсуждение.** Функция равновесия, особенно у детей с нарушением слуха, имеет важные особенности развития, выявление которых требует как специальных методов исследования, так и коррекционных подходов. Применение баланс-тренинга показало, что за счет выполнения упражнений на нестабильной платформе у детей с нарушением слуха отмечается повышение уровня двигательных-координационных способностей в разной степени.

Было установлено, что ответная реакция в тренинге была не однозначна, зависела от выявленных психофизиологических особенностей и уровня сложности тренинга, требовала особых методических подходов к ее осуществлению.

По результатам прохождения 1 уровня тренинга у все исследуемых проявляется положительная динамика. Количество ошибок достоверно снижается, как у группы №1, так и у группы №2. У большей части обследованных детей (70%) вследствие усложнения нагрузки на втором этапе не были достигнуты ожидаемые результаты, а именно количество ошибок достоверно увеличилось. У первой группы (30%) результаты достоверно улучшились, как при прохождении первого уровня тренинга, так и второго. Таким образом, дети данной группы успешно справились с заданием, показали отличный результат на всех этапах тренинга, что позволило повысить уровень развития двигательных-координационных способностей у детей данной группы.

**Заключение.** Комплексный подход анализа и диагностики координационных способностей в процессе физического воспитания детей с нарушением слуха, позволил получить более объективное понимание структуры координационных способностей и путей их дальнейшего совершенствования. Указанные выше данные свидетельствуют об актуальности исследования и

необходимости прогнозирования состояния показателей координационных способностей у детей с нарушением слуха.

Исходя из результатов проведенного исследования, можно сделать следующие выводы:

1. Во-первых методика тренинга на устойчивость является эффективным средством развития сенсорных систем у детей младшего школьного возраста с нарушением слуха, стоит отметить, что тренинг на устойчивость требует индивидуального и дифференцированного подхода с учетом ответной реакции каждого конкретного ребенка.

2. Во-вторых на занятиях необходимо выполнять различные упражнения на неустойчивой платформе, которые направлены на развитие координации движений. Упражнения на развитие координированности движений необходимо выполнять из различных исходных положений, использовать варианты с закрытыми и открытыми глазами. необходимо особое внимание уделять выполнению упражнений с закрытыми глазами, начиная с простых упражнений на недвижущейся плоскости, и постепенно переходя на выполнение более сложных упражнений на подвижных платформах баланса.

Включать занятие на баланс-тренинге в учебный процесс не реже трех раз в неделю. сложные упражнения второго уровня необходимо разучивать по элементам (расчлененно-конструктивный метод).

#### **Список использованных источников**

1. Здоровье населения Республики Беларусь стат. сб. / Нац. Стат. Ком. ; редкол.: В.И. Зиновский [ и др.]. – Минск: Гос. Ком. по имущ. РБ, 2014, – 218 с.
2. Боскис, Р.М. Глухие и слабослыщаие дети / Р.М. Боскис – М.: Советский спорт, 2004. – 304 с
3. Розанова, Т.В. Развитие памяти и мышления глухих детей / Т.В. Розанова – М., 2008.