



**Особливості роботи вчителя фізичної культури
з дітьми з особливими освітніми потребами
(порадник для вчителя)**

Упорядник: Зубко Н.М.,
практичний психолог Роменського
закладу загальної середньої освіти
I-II ступенів Роменської міської ради



ЗМІСТ

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ З СИНДРОМОМ ДАУНА	4
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ З СИНДРОМОМ ДАУНА	6
АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА	7
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З СИНДРОМОМ ДАУНА	9
ЗАГАЛЬНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ	12
Використана література	13

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ З СИНДРОМОМ ДАУНА



Синдром Дауна – один із найпоширеніших хромосомних розладів, що легко розпізнається і який характеризується порушеннями розумового розвитку. Синдром спричинюється хромосомними розладами:

внаслідок порушення в розвитку клітини, в ній нараховується 47 (замість 46 хромосом – як це буває при типовому розвитку). Ця додаткова хромосома змінює перебіг розвитку організму і, зокрема, мозку. У більшості випадків Синдром Дауна діагностують під час хромосомного аналізу одразу після народження [8].



<http://surl.li/amnxf>

Обличчя

Обличчя – пласке, недорозвинення лицьових кісток.

Ніс – маленький.

Носові проходи – вузькі.

Очі – нормальної форми, але очні щілини вузькі та спрямовані вгору і назовні.

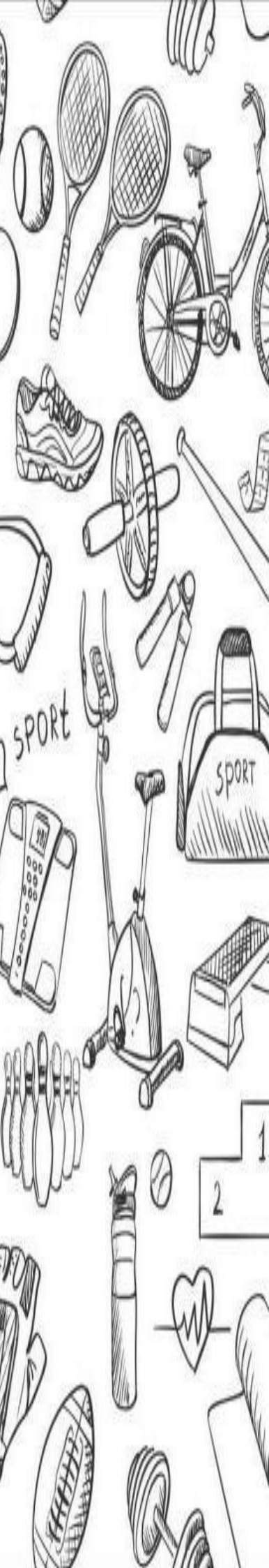
Вушна раковина – часто деформована.

Слухові канали – вузькі.

Рот – маленький.

Піднебіння – нормальної висоти, але його довжина і ширина дуже зменшені.

Щелепи – маленькі.



Тулуб

Шия – коротка зі складками.

Руки – пухкі, пальці короткі.

Дистальна долонна борозна – відсутня, а середня борозна йде упоперек.

Ноги – Х-подібна деформація та плоскостопість.

Зріст – невеликий.

Специфічні проблеми зі здоров'ям



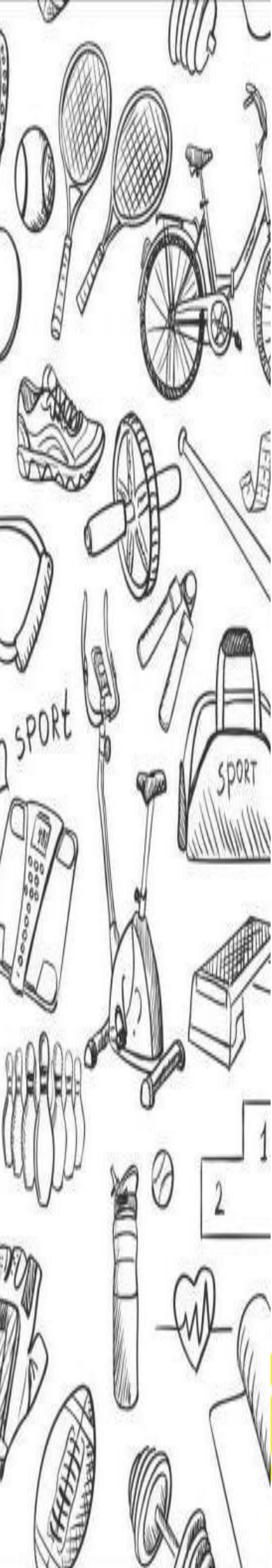
✓ Низька опірність інфекціям.

✓ Часто спостерігаються порушення зору, зниження слуху, розлади мовлення.

✓ Часто мають пороки серця.

✓ Може спостерігатися стан атлантаксіальної нестабільності – розбалансованість двох верхніх вертебральних нервів шиї.

✓ Схильні до повноти [2].



ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ ІЗ СИНДРОМОМ ДАУНА

Сповільнене формування всіх рухових функцій викликає затримку розвитку психічних процесів.

Структура психічного розвитку дітей із синдромом Дауна своєрідна: **мовлення з'являється пізніше**, ніж у дітей з типовим розвитком; **часто ускладненим є розуміння зверненого мовлення; словниковий запас обмежений.**

Емоційна сфера дітей із синдромом Дауна залишається практично збереженою. **Вони зазвичай лагідні, слухняні та доброзичливі.** Можуть любити, бентежитись, ображатись, хоча іноді бувають дратівливими та впертими, проте це ймовірніше особистісна риса характеру дитини, ніж закономірна особливість цієї нозології.

Більшість таких дітей проявляють інтерес до оточення й добре наслідують поведінку інших людей, що сприяє формуванню навичок самообслуговування та соціальної поведінки [1, 4].

A vertical collage of various sports-related items. At the top, there are three tennis rackets and a baseball. Below them is a bicycle, a sneaker, a wheel, a baseball bat, and a sports bag with the word 'SPORT' on it. In the middle, there is a stationary bike, a stopwatch, and a row of bowling pins. At the bottom, there is a heart rate monitor, a barbell, and a small sign with the numbers '1' and '2'. The items are drawn in a simple, sketchy style.

АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

ї здоров'я, корекції і лізації та інтеграції в культури:

містовний компонент

В рамках їх вирішення

❖ *Загальнопедагогічні.* Їх змістовний компонент

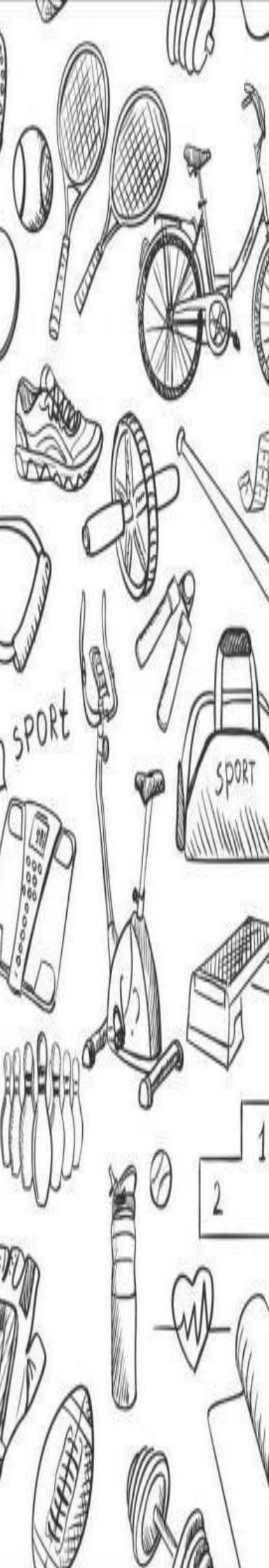
A collection of hand-drawn sports-related items. At the top left is a calculator with the word 'SPORT' written above it. To its right is a bag with a handle and the word 'SPORT' on it. In the center is a bicycle. Below the calculator are several bowling pins. To the right of the bicycle is a tennis racket. Below the bowling pins is a tennis ball. To the right of the tennis ball is a heart with an ECG line passing through it. At the bottom right is a dumbbell. The word 'SPORT' is also written on a small rectangular object near the bottom right.

❖ *Спеціальні завдання* – вони відображають

Корекційні і компенсаторні завдання в адаптивному

- ❖ корекцію основних видів рухів (узгодженість

- ❖ корекцію і розвиток координаційних здібностей



здатності до утримання рівноваги, швидкості реагування);

- ❖ корекцію і розвиток сенсорно-перцептивних і психічних якостей (розвиток сприйняття – візуально-предметного, слухового, диференціювання сигналів сенсорних систем організму за відстанню, напрямком, силою; розвиток стійкості до вестибулярних подразників);

- ❖ корекцію і розвиток фізичних якостей (вирівнювання сформованості сили, витривалості, рухливості суглобів, швидкості, швидко-силових якостей до рівня вікової «норми»);

- ❖ корекцію і профілактику соматичних відхилень (формування і виправлення постави, зміцнення серцево-судинної і дихальної систем, профілактика і корекція плоскостопості);

- ❖ розвиток інтелектуальної сфери (знання про елементарні рухи, будову тіла, по техніці фізичних вправ, їх вплив на організм, вимоги до здорового способу життя – режим дня, харчування, гігієна тіла і одягу, загартовування, шкідливі звички, дихання, самостійні заняття фізичними вправами; розширення знань, пов'язаних із міжпредметними областями) [4].



Процес навчання та розвитку дітей з синдромом Дауна важкий та тривалий. **Основним дидактичним принципом у навчанні таких дітей є залучення не одного, а різних органів чуття при сприйнятті інформації.**



Процес засвоєння нових знань повинен відбуватись маленькими кроками; одне завдання доцільно розбивати на кілька частин. Заняття важливо зробити якомога цікавими і приємними для дитини. Усі, навіть найменші, досягнення та успіхи дитини відзначати похвалою та заохоченням.



ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ІЗ СИНДРОМОМ ДАУНА

Спорт — одна з найважливіших складових гармонійного розвитку дітей. Фізичні вправи зміцнюють імунітет, тренують серцево-судинну та дихальну системи, допомагають у розвитку та вдосконаленні базових рухових навичок.

Методика роботи з дітьми з синдромом Дауна має ряд специфічних рис:

- обов'язкове використання наочних матеріалів;
- поєднання жестового та звукового мовлення;
- чітка, незмінна структура заняття;
- чітка організація простору;
- ігри та завдання мають бути орієнтованими на дію. Варто зазначити, що важливо організовувати урок так, щоб дітям не доводилося довго слухати інструкції або чекати своєї черги.

Методи та прийоми, які можна використовувати на уроці:

- ❖ ігровий метод;
- ❖ метод змагання;
- ❖ метод наочності;
- ❖ метод спільної діяльності вчителя та учня;
- ❖ рух в ігровій формі під музичний супровід;
- ❖ системно-діяльнісний підхід.

Корекційні методи та прийоми:

- ❖ опора на зону найближчого розвитку;
- ❖ здоров'язберігаючі технології: релаксаційні вправи, дихальна та зорова гімнастики, зміна видів діяльності;
- ❖ максимальне ввімкнення аналізаторів: зорового, слухового, тактильного;
- ❖ особистісно-орієнтований підхід.

За формою організації уроки поділяють на:

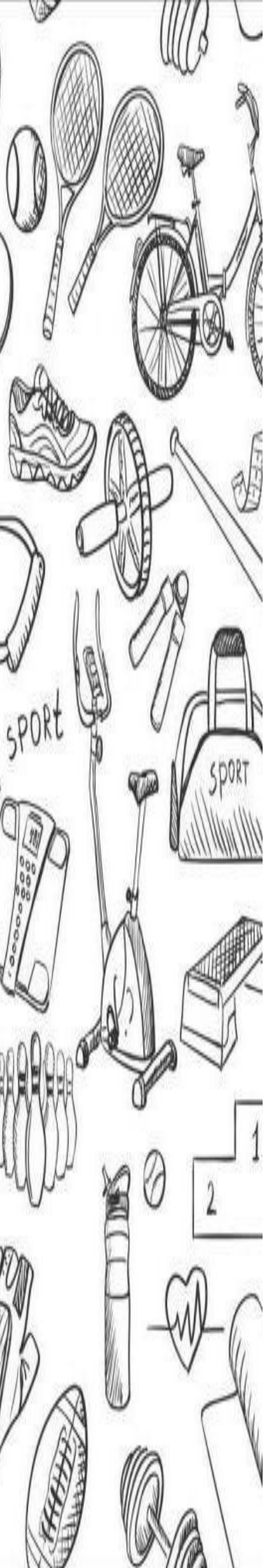
- фронтальні;
- групові;
- індивідуальні.



Етапи проведення уроку фізичного виховання:

1. Підготовчий етап

- готуємо організм учнів до запланованого фізичного навантаження;
- обираємо 2-3 вправи, які спрямовані на формування нових умінь та навичок;
- включаємо в підготовчу частину вправи, які спрямовані на корекцію основного і супутнього дефекту.



2. Під час проведення *основного етапу* уроку підбираються вправи, які мають вирішити навчальні, оздоровчі та корекційні задачі.

3. У *заключному етапі* вирішуються такі завдання:

- підготовка учнів до наступних занять;
- підведення підсумків проведеного уроку [3, 6].



Найбільш доречним видом спорту для дітей
сіндромом Дауна вважається розвиваюча
гімнастика.

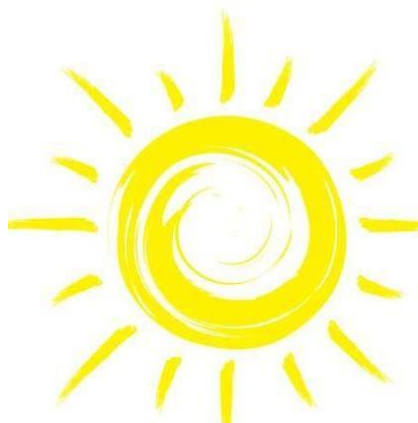
Переваги гімнастики:

- 
- різноманітність вправ для будь-яких здібностей;
 - розвиток координації, вестибулярного апарату, загального контролю рухів;
 - зміцнення м'язів та зниження підвищеної рухливості суглобів;
 - тренування витривалості;
 - корекція ортопедичних та неврологічних порушень;
 - розвиток нервової системи та сенсорного сприйняття;
 - формування навичок великої та дрібної моторики;
 - зміцнення імунітету;
 - розвиток логіки та мислення;
 - розвиток емоцій та мотивації;
 - соціальна адаптація [7].

Пам'ятайте, що на всіх стадіях розвитку дітей з синдромом Дауна рухові функції формуються довше, ніж у однолітків.

ЗАГАЛЬНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ВЧИТЕЛЯМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

1. Проводьте альтернативні навчальні презентації з наведенням різноманітних прикладів і зосереджуйтесь на функціональних навичках.
2. Надавайте учням можливість активно демонструвати своє розуміння предмета перед тим, як вони перейдуть до самостійного тренування.
3. Давайте їм більше можливостей для тренування, ніж їхнім однокласникам.
4. Коли навчаєте нових навичок, наводьте конкретні приклади.
5. Частіше надавайте зворотний зв'язок (це має підтримувати навички дитини і переконувати в правильності виконання завдання).
6. Модифікуйте навчальні матеріали так, щоб вони компенсували слабкі сторони дитини.
7. Адаптуйте навчальне середовище, в якому учень буде застосовувати новий вивчений матеріал.
8. Коли формуєте складні навички, розбивайте урок на окремі етапи.
9. Будьте готові частіше повторювати вказівки/інформацію, ніж ви це робите для інших учнів класу [5].



Використана література:

1. Гориянова А.В., Семенова Н.А. Оценка темпов психомоторного развития детей с синдромом Дауна / Вестник Российского государственного медицинского университета. Спец. выпуск. – 2013. – № 1.
2. Дитина із синдромом Дауна / О. В. Чеботарьова, І. В. Гладченко, А. Василенко-ван де Рей, Н. І. Лішук. – Харків : Вид-во «Ранок», ВГ «Кенгуру», 2018.
3. Лаутеслагер Петер Е. М. Двигательное развитие детей раннего возраста с синдромом Дауна. Проблемы и решения / Пер. с англ. О. Н. Ертановой при участии Е. В. Ключковой. – 2-е изд. – М. : Благотворительный фонд «Даунсайд Ап», 2014.
4. Максимова С.Ю. Особенности психо-физической сферы детей с синдромом Дауна / С.Ю. Максимова, И.В. Федотова, И.С. Таможникова, Д.С. Федорова. Волгоград: ФГБОУ ВО «ВГАФК», 2019. 185 с.
5. Навчання дітей з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі: навчально-методичний посібник / А. А. Колупаєва, О.М. Таранченко. – Харків : Вид-во «Ранок», 2019.
6. Петрунина, Н. В. Средства оздоровительной физической культуры для коррекции психофизического состояния детей дошкольного возраста с задержкой психического развития : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Петрунина Наталья Владимировна. – Набережные Челны, 2010.
7. Польза гимнастики для детей с синдромом Дауна // Европейский гимнастический центр. URL:



<https://www.europegym.ru/articles/39.html>

8. Синдром Дауна // Департамент освіти і науки Одеської обласної державної адміністрації. URL: <https://osvita.odessa.gov.ua/osobliva-ditina/korisna-nformac-ya/sindrom-dauna/>

9. Зображення: з вільного доступу в мережі Інтернет.