

АКАДЕМИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК СССР  
ОРДЕНА "ЗНАК ПОЧЕТА"  
НАУЧНО ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ ДЕФЕКТОЛОГИИ

На правах рукописи

АЗАРЯН Роберт Николаевич

УДК: 376.3.037.1

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
И СИСТЕМА ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ  
ВОСПИТАНИЮ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ

13.00.03 – специальная педагогика

Автореферат  
диссертации на соискание ученой  
степени доктора педагогических наук

Москва – 1990

Работа выполнена в Научно-исследовательском институте дефектологии АПН СССР.

О ф и ц и а л ь н ы е о п п о н е н т ы:

Доктор психологических наук, профессор Гозова А.П.

Доктор педагогических наук, профессор Моргулис И.С.

Доктор биологических наук, профессор Сермеев В.В.

Ведущее учреждение: Ленинградский государственный педагогический институт им.А.И.Герцена, кафедра тифлопедагогики.

Защита состоится " \_\_\_\_\_ " 1990 г. на заседании Специализированного Совета Д 018.02.01 по защите диссертаций на соискание ученой степени доктора наук при ордена "Знак Почета" Научно-исследовательском институте дефектологии АПН СССР, по адресу: 119834, Москва, ГСП-3, Погодинская ул., 8

С диссертацией можно ознакомиться в Научно-исследовательском институте дефектологии АПН СССР.

Автореферат разослан " \_\_\_\_\_ " 1990 г.

Ученый секретарь  
специализированного совета,  
кандидат психологических  
наук

Алла А.Х.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность проблемы. Важнейшей социальной задачей, решаемой специальными школами, является всестороннее, гармоническое развитие аномальных детей, подготовка их к жизни, включение в общественно полезный и производительный труд.

Руководствуясь указаниями XXII съезда КПСС, Всесоюзного съезда работников народного образования (1988 г.), февральского (1988 г.) Пленума ЦК КПСС, специальные школы для детей с нарушением зрения так же, как и массовые школы, разрабатывают многообразные пути совершенствования обучения и воспитания учащихся, подготовки их к жизни и труду в современном обществе.

В решении указанных задач важная роль принадлежит физическому воспитанию.

Физические упражнения, игры, занятия спортом укрепляют здоровье, способствуют физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся, развивают и совершенствуют его биологические системы и потенциалы организма, положительно влияют на нравственные качества личности. Систематические занятия физической культурой и спортом включаются в различные формы оздоровительно-физкультурной и спортивной деятельности, которые наряду с другими видами деятельности выступают в качестве дополнительного и активного средства социализации личности. В ходе физического воспитания достигается и сенсорное воспитание детей, обогащаются их нравственные качества, понятия, суждения, расширяется сфера интересов, общение.

Реализация задач обучения и воспитания слепых и слабовидящих детей связана с коррекцией отклонений в их физическом и психическом развитии, возникающих в результате глубоких нарушений зрения (М.И.Земцова, Ю.А.Кулагин, В.П.Ермаков, А.Г.Литвак, И.С.Боргулис, Н.Г.Морозова, Л.И.Солнцева и др.). Для слепых и слабовидящих детей характерно нарушение осанки, походки, координации, точности, ритма и скорости движений (В.Ф.Афанасьев, 1971; Л.Ф.Сасаткин, 1967; В.А.Кручинин, 1972; Б.В.Сермеев, 1973; Л.А.Семёнов, 1985; Р.Н.Азарян, 1974 и др.). Отклонения в формировании познавательных процессов, пространственной ориентировки, бедность нравственного опыта, отсутствие навыков общения значительно осложняют организацию и проведение учебных занятий по физическому

воспитанию, затрудняет использование имеющихся двигательных умений и навыков в повседневной жизни.

Разносторонняя подготовка слепого и слабовидящего ребенка к жизни и труду в обществе зрячих может быть обеспечена только при условии использования целостной системы коррекционно-воспитательной работы, направленной на широкое использование разнообразных средств как урочной, так и внеклассной работы, учета общих и специфических закономерностей развития детей в процессе их воспитания.

Анализ постановки физического воспитания в школах для слепых и слабовидящих детей в настоящее время показывает, что основное внимание учителей обращается на уроки физической культуры, проводящиеся два раза в неделю. Однако в процессе проведения одних уроков учитель не может качественно осуществить образовательные и коррекционно-воспитательные задачи физического воспитания слепого и слабовидящего ребенка, не используя внеклассные формы физического воспитания в свободное от занятий время в режиме дня. Вместе с тем, проблема внеклассной работы по физическому воспитанию в школах слепых и слабовидящих детей разработана слабо, что и определило содержательную направленность нашей работы.

Не определена дидактика внеклассной работы по физическому воспитанию, принципы проведения, содержание и методы, а также не выделена тифлопедагогическая специфика связи коррекции отклонений в физическом и двигательном развитии с формированием нравственных и личностных качеств слепых и слабовидящих.

Теоретическая неразработанность этой проблемы увеличила трудности практической деятельности преподавателей и воспитателей в выборе педагогических средств руководства, организации и проведения внеклассной работы по физическому воспитанию учащихся. Особая актуальность этой проблемы обусловлена тем, что ее разработка важна для всех типов аномалий.

Цель исследования заключается в разработке теоретических основ и создании системы внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников.

#### Задачи исследования:

I. Теоретический анализ существующей системы внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников, ее содержания и процессуального аспекта.

2. Теоретическое обоснование и определение основных направлений внеклассных занятий физическими упражнениями, играми, спортом, их роль в развитии и воспитании слепых и слабовидящих школьников, в формировании компенсаторных процессов.

3. Разработка системы внеклассных занятий физическими упражнениями, играми, спортом с целью решения коррекционно-воспитательных задач.

4. Экспериментальное обоснование эффективности выдвинутой теоретической концепции, принципов, содержания, форм и методов разработанной системы внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих.

5. Определение путей нравственного и эстетического воспитания слепых и слабовидящих школьников и совершенствование их эмоциональной сферы в процессе внеклассных занятий физической культурой, играми, спортом.

6. Исследование влияния многолетних внеклассных и внешкольных занятий физическими упражнениями и различными видами спорта на здоровье, развитие, воспитание слепых и слабовидящих, формирование у них активной жизненной позиции.

7. Постановка перспективных вопросов для дальнейшего совершенствования физического воспитания слепых и слабовидящих.

Объект исследования - слепые и слабовидящие дети в процессе коррекционно-воспитательного обучения и воспитания средствами внеклассных занятий физической культурой, играми, спортом.

Предмет исследования - процесс физического воспитания слепых и слабовидящих учащихся, активно влияющий на овладение жизненно важными двигательными умениями и навыками, необходимыми в повседневной жизни и трудовой деятельности.

Общей методологической базой и теоретической основой исследования является марксистско-ленинское учение о всестороннем развитии личности, диалектико-материалистическая концепция советской психологии о единстве обучения, воспитания и развития аномальных детей, о роли специальной коррекционной работы в развитии и воспитании детей.

В своей работе мы руководствовались: учением об анализаторах (И.М.Сеченов, И.П.Павлов и др.), о компенсации и коррекции нарушенных функций (П.К.Анштин, М.И.Земцова, А.И.Симкина, Л.А.Новикова, Л.И.Солищева и др.), а также данными исследованиями в области

психологии и педагогики (Ю.К.Бабанский, В.В.Давыдов, М.Н.Скаткин, В.А.Сухомлинский, Д.Б. Эльконин), специальной психологии и педагогики (Т.А.Власова, Л.С.Выготский, А.П.Гозова, В.П.Ермаков, М.В.Ипполитова, А.Г.Литвак, В.И.Лубовский, Н.Г.Морозова, И.С.Моргулис, В.Г.Петрова, Л.И.Солнцева, Л.А.Семенов, Э.М.Стернина, В.Ф.Феоктистова), офтальмологии (Э.С.Аветисов, Е.И.Ливадо, Ю.И.Курпан, А.Н.Гнеушева, А.И.Каплан, Л.И.Крылова и др.), теории и методики физического воспитания (В.В.Белорусова, Ю.Н.Верхошанский, В.М.Защирский, А.Н.Макаров, Л.П.Матвеев, А.Д.Новиков, И.Н.Решетень, Б.В.Сергеев, В.П.Филип).

Методы исследования. Исследование имело несколько взаимосвязанных этапов, на которых определялись исходные позиции исследования, его методология и методика. В ходе экспериментальных проверок общей гипотезы, многолетних систематических занятий со слепыми и слабовидящими физической культурой, играми, спортом моделировались и уточнялись педагогические условия (задачи, содержание, формы, методы и основы организации внеклассной работы по физическому воспитанию), обеспечивающие эффективное преодоление и коррекцию недостатков развития и воспитания слепых и слабовидящих детей.

В исследовании применялись как теоретические, так и эмпирические методы, основными из которых были:

- анализ архивных материалов, программно-методических и нормативных документов, регламентирующих деятельность школ для слепых и слабовидящих детей, литературных источников, экспериментальных данных;

- анкетирование, педагогические наблюдения, беседы с учениками, учителями, воспитателями, специалистами физического воспитания, работающими со слепыми и слабовидящими;

- изучение и обобщение передового опыта работы специальных школ, обществ слепых по организации и проведению оздоровительно-физкультурной и спортивной работы;

- оценка физического развития, двигательных возможностей, навыков и умений слепых и слабовидящих учащихся по данным тестирования;

- ихнография и циклография с получением отпечатков стоп и одновременным двухсторонним фотографированием положений тела с последующим биомеханическим анализом и хронорегистрацией ходьбы

- слепых и слабовидящих детей в различных условиях передвижения;
- физиологические и врачебно-медицинские методы исследования (анамнез, клинические наблюдения, пульсометрия, полидинамометрия, электрокардиография);
  - лонгитудальный педагогический эксперимент (констатирующий, формирующий, обучающий).

Основными направлениями исследования явились:

1. Обследование физического развития и двигательных способностей слепых и слабовидящих школьников в возрасте 7-18 лет на различных этапах работы (375 человек).
2. Анкетирование учителей физической культуры, воспитателей, классных руководителей школ для слепых и слабовидящих детей, ведущих оздоровительно-физкультурную и спортивную работу с учащимися в режиме учебного дня и в свободное от занятий время (165 человек).
3. Интервьюирование и анкетирование слепых и слабовидящих учащихся и взрослых спортсменов, инвалидов по зрению, участников (С 1973 по 1989 гг.) закавказских, всесоюзных и международных соревнований по легкой атлетике, гимнастике, роллингоболу, гольфолу, плаванию и шахматам (611 человек).
4. Педагогические и врачебно-педагогические исследования слепых и слабовидящих детей и подростков в процессе внеклассных занятий физическими упражнениями, играми, спортом, проведении общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий (184 человека).
5. Педагогический эксперимент по выявлению эффективности разработанной системы внеклассных занятий по коррекции двигательных нарушений, нравственного и эстетического воспитания слепых и слабовидящих учащихся младших, средних и старших классов, повышения их эмоциональной сферы (178 человек).

6. Многолетний (12 лет) педагогический эксперимент по выявлению эффективности внеклассных и внешкольных занятий физической культурой и спортом на развитие, воспитание и формирование активной жизненной позиции у инвалидов по зрению, охватывающий выпускников школ для слепых и слабовидящих (67 человек).

Всего исследованиями было охвачено 723 школьника 7-18 лет (143 абсолютно слепых, 167 частично видящих и 413 слабовидящих) и 386 взрослых инвалидов по зрению.

Основная часть экспериментальных исследований проводилась

автором в школах-интернатах Армянской ССР (гг. Еревана, Ленинакана, Кировакана, Эчмиадзина). Часть экспериментального материала (период 1972-1988 гг.) была получена в других регионах страны: Горьком, Москве, Тбилиси.

Математическая обработка результатов исследования осуществлялась методами вариационной статистики на ЭМ "Наири-4".

Научная новизна и теоретическая значимость работы. В исследовании, направленном на комплексное, системное рассмотрение проблемы, впервые представлены теоретические основы внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих, раскрывающие ее специфические аспекты:

- коррекционно-воспитательный характер внеклассной работы, включающей в основные направления коррекционно-воспитательной работы школы, использование механизмов коррекции и компенсации, создание благоприятных условий для ее осуществления;

- специфичность содержания внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих, направленной на формирование умений, навыков и способов регуляции движений;

- связь внеклассной работы с общественной активностью слепых и слабовидящих как эффективного педагогического приема коррекции трудностей общения, включения в социальную активную деятельность;

- роль внеклассной работы в формировании самостоятельности слепого и слабовидящего как важный аспект его социализации;

- совершенствование эстетического воспитания и развития эмоциональной сферы у слепых и слабовидящих школьников в процессе внеклассных занятий физической культурой.

Раскрыта роль физических упражнений, игр, спорта и других форм внеклассных занятий в воспитании и формировании у слепых и слабовидящих школьников нравственных и личностных качеств, таких как самостоятельность, умение преодолевать трудности, уверенность в своих силах, трудолюбие, активность, организованность, аккуратность, чувство коллективизма, взаимной помощи и др.

Новизна исследования определяется также теоретическим и экспериментальным обоснованием направлений использования внеклассных общешкольных оздоровительно-физкультурных и спортивных мероприятий, игр, соревнований, смотр-конкурсов и т.д., имеющих важное коррекционное, развивающее и воспитывающее значение для слепых и слабовидящих.

Убедительно показаны высокая эффективность многолетних, систематических занятий различными видами спорта (гимнастикой, легкой атлетикой, роллингболом, плаванием и шахматами), их положительное влияние на формирование и становление активной жизненной позиции у слепых и слабовидящих школьников.

Практическая значимость работ. Теоретические основы исследования определила адекватный подход к практическому решению рассматриваемой проблемы - разработка путей, средств, форм и методов педагогического воздействия в процессе внеклассных занятий физической культурой на развитие и воспитание слепых и слабовидящих школьников, а также рациональному использованию полученных данных в формировании активной жизненной позиции у инвалидов по зрению. Эти принципы нашли отражение в составлении учебных планов и программ по физической культуре для школ слепых и слабовидящих детей, в подготовленных учебных и методических пособиях: "Физическое воспитание слепых и слабовидящих школьников в режиме учебного дня", "Обучение слепых и слабовидящих детей правильной ходьбе", "Педагогическое исследование влияния многолетних занятий физической культурой и спортом на развитие и воспитание слепых и слабовидящих школьников".

Полученные результаты используются учителями физической культуры школ слепых и слабовидящих детей, а материалы обучения слепых и слабовидящих детей правильной ходьбе получили признание в работе не только школ, но и детских садов для детей с нарушенным зрением.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования на различных этапах докладывались и обсуждались на научных сессиях по дефектологии (УП, УШ, IX), Всесоюзных педагогических чтениях (1973, 1977, 1979, 1985, 1988), совместном заседании лабораторий обучения и воспитания слепых и слабовидящих детей НИИ дефектологии АПН СССР (1973, 1980, 1988, 1989), Всесоюзном совещании по вопросам физического воспитания инвалидов с детства (Одесса, 1988), первой Всесоюзной научной конференции "Оздоровительная физическая культура и спорт инвалидов" (Одесса, 1989), на совещаниях и семинарах учителей и воспитателей специальных школ и школ-интернатов Армянской ССР (1980-1987), на заседаниях кафедры физического воспитания Армянского педагогического института (1975-1982), кафедры биологических основ физического воспитания Одесско-

го пединститута (1984, 1986, 1989).

Публикации. Содержание диссертации отражено в 37 публикациях: монографии, двух учебных пособиях, 17 статьях, четырех программах, 12 тезисах докладов, двух статьях, опубликованных в иностранных изданиях. Учебное пособие "Физическое воспитание слепых и слабовидящих школьников в режиме дня" переведено на английский, французский и испанский языки.

Структура и объем диссертации. Работа, изложенная на 363 страницах машинописного текста, состоит из введения, шести глав, заключения, списка литературы. Приложения на 44 страницах. В работе содержится 32 таблицы и 34 рисунка.

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении к диссертации обосновывается актуальность проблемы, ее научная новизна, формулируются основные положения, выносимые на защиту.

### Глава I. КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ПОЗИЦИИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Постановка проблемы и характер намеченных для исследования задач требовал сочетания теоретического и эмпирического подходов.

Согласно теоретическим подходам к определению места внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников в общей системе коррекционно-воспитательной работы представлялось необходимым использование приемов логического анализа, отражающего специфику исследуемого объекта. Таким образом обосновывался и предопределялся путь научного осмысления и обобщения опыта внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих школьников, что обеспечивало необходимый теоретический уровень исследования.

На всех этапах исследования мы стремились к реализации одного из важнейших методологических направлений современной науки — концепции целостного, системного подхода к изучаемым явлениям. Термин "система" подчеркивает, что речь идет о целостном, сложно организованном, состоящем из многих органически взаимосвязанных частей или компонентов (Л.П.Матвеев, 1980), рассматриваемых не

изолированно, а в их единстве с учетом характера той или иной системы (В.Н. Садовский, 1974; Г.П. Щедровицкий, 1964; Э.Г. Юдин, 1978 и др.).

Использование принципа системного подхода, суммирующего ведущие достижения современной науки, вполне правомерно для решения поставленных в исследовании задач специальной педагогики и теории физического воспитания.

Анализ существующей постановки внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников позволил уточнить ее сущность как педагогического средства, ее место и функции в системе коррекционно-воспитательной работы, в подготовке учащихся к самостоятельной жизни, преодолеть теоретические позиции и психолого-педагогические концепции построения внеклассной работы и разработать систему управления этим процессом.

Теоретический анализ совокупности исходных позиций дал возможность прогнозировать основные направления, формы, методы организации и проведения коррекционно-воспитательной работы во внеклассное время, объединенных в единое целое в соответствии с комплексным планом решения задач подготовки разносторонней и гармонично развитой личности.

Систему внеклассной работы по физическому воспитанию в специальной школе для слепых и слабовидящих характеризуют ее специфическая структура (гимнастика до занятий, мероприятия на перемене, занятия в кружках и спортивных секциях, самостоятельные занятия и др.) и общая упорядоченность всей практики физического воспитания во внеурочное время, способы достижения ее системности, организованности, целенаправленности и педагогического руководства.

Идейные позиции системы внеклассного физического воспитания, которые выражались в целевых установках, принципах, включают ее теоретико-методические основы и научно-практические знания о закономерностях, методах и средствах физического воспитания детей, имеющих нарушение зрения; ее программно-нормативные основы в соответствии с задачами коррекционно-воспитательной работы средствами физического воспитания; организационные формы, в которых воплощается учебно-воспитательная деятельность школы и где непосредственно осуществляется подготовка учащихся к жизни.

Совокупность перечисленных признаков стала основой для со-

здания целостного представления о системе внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих школьников. Исследование строилось в виде последовательного рассмотрения ее идейных, научно-методических, программно-нормативных и организационных форм с выделением коррекционной и компенсаторной направленности всего учебно-воспитательного процесса.

Разносторонний анализ изучаемой проблемы показал, что существующая практика постановки физического воспитания во внеклассное время в школах слепых и слабовидящих детей не отвечает современным требованиям специальной школы - усилению подготовки учащихся к жизни, активизации всех видов их деятельности. Между требованиями жизни и существующим уровнем подготовки слепых и слабовидящих в процессе специального школьного обучения и воспитания существуют явные противоречия.

Перестройка социальной жизни настоятельно требует введения в общие педагогические принципы обучения и воспитания целого ряда новых положений, имеющих основополагающее значение для строящейся в настоящее время системы образования и воспитания молодежи. В представленном исследовании определены направления, имеющие определяющее значение для подготовки слепых и слабовидящих школьников к активной жизни и общественно полезной деятельности. К ним относится интеграция средств педагогического воздействия с целью укрепления здоровья детей, их физического развития, коррекции недостатков двигательной сферы, формирования умений, навыков и способов регуляции движений; внимание к формированию личности, создание педагогических условий для разностороннего гармонического развития ребенка; организация специальных педагогических условий, способствующих развитию активности, самостоятельности, инициативности и общительности учащихся.

Предмет нашего исследования, постановка проблемы требовали сосредоточения внимания на практике как объекте познания и преобразования, что выделило два основных аспекта сущностного анализа внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих - содержательный и процессуальный.

Именно от содержания внеклассного физического воспитания, его соответствия особенностям развития, интересам и возможностям детей, имеющих нарушение зрения, не только в значительной степени зависит их физическое и психическое развитие, содержание обуче-

ния, но и во многом преодолевается эффективность всей коррекционно-воспитательной работы в школе, подготовки учащихся к самостоятельной жизни и труду, так как одна урочная форма проведения занятий этих проблем не решает (Л.И.Селицова, 1989; Л.Ф.Касаткин, 1983; Р.Н.Азарян, 1983 и др.).

Анализ процессуальной стороны внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих школьников позволяет вскрыть имеющиеся недостатки и противоречия в методах, средствах и формах организации и проведения внеклассной работы и наметить пути ее преобразования.

Итак, рассматривая содержательную и процессуальную стороны внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих школьников, мы стремились получить обобщающий эмпирический материал и, опираясь на практику, с помощью общепедагогического и дофактологического теоретического анализа определить основные направления преобразования внеклассной работы по физическому воспитанию детей с нарушенным зрением.

Однако такой подход к построению концепции преобразования существующей практики внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих будет не полным без изучения как самого объекта педагогического воздействия, так и руководящей роли педагога и воспитателя, осуществляющих этот процесс. В первом случае важное значение приобретает анализ структуры дефекта в аномальном физическом развитии слепого и слабовидящего ребенка, позволяющий понять соотношение первичного и вторичного дефектов, влияющие первого на образование вторичных и последующих отклонений (Т.А.Власова, 1972; Н.Г.Морозова, 1985; Ж.И.Шаф, 1965). Здесь необходимо определить круг общих интересов слепых и слабовидящих школьников, а также их интересы, отношение к физической культуре и спорту, опираясь на которые можно достичь успеха в педагогической работе (Б.И.Коваленко, Н.Б.Коваленко, 1962; Н.Г.Морозова, 1967; С.Б.Хмиров, 1973; E.Kuehler, H. Pula, 1976; H.Pula, 1979; W.Bhreez, 1973; R.Niedel, 1967; H. Walsa, 1966 и др.).

Существенное значение имеет и объем представлений об уровне информированности классных руководителей, учителей-предметников и воспитателей в вопросах, связанных с проведением физкультурно-оздоровительной работы во время общеобразовательных уроков, на больших переменах, при самоподготовке домашних заданий и в свобод-

ное от занятий время, что позволяет полнее определить недостатки во внеклассной работе по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников.

Таким образом, на основе знаний, полученных в результате всестороннего анализа системы внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих, объекта, на который направлено воздействие этой системы, и руководящей роли педагога и воспитателя, с учетом всего передового в педагогике, дефектологии, теории и методике физического воспитания становится возможной разработка модели преобразования существующей практики внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих детей, ведущих направлений ее совершенствования. Разрабатываемая концепция находится в определяющей и детерминирующей зависимости от целого ряда факторов как социального, философского, так биологического и психолого-педагогического порядка. Ведущим методологическим подходом выдвигаемой концепции является диалектико-материалистическое понимание развития как единство биологических и социальных факторов.

Поставленные вопросы требовали экспериментальной проверки главных, определяющих положений теоретической концепции с целью их подтверждения и уточнения, что позволило в свою очередь разработать научно обоснованные программы, учебные и методические пособия, т.е. внедрить результаты проведенных исследований в практику.

В последующих разделах главы описываются экспериментальные и теоретические методы, используемые в исследовании, дается характеристика изучаемого контингента и раскрываются основные этапы исследования.

## Глава II. ПРОБЛЕМА ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКЕ И АНАЛИЗ ЕЕ ПОСТАНОВКИ В ШКОЛАХ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ДЕТЕЙ

Анализ литературных данных, содержания учебного предмета "Физическая культура" и существующей постановки внеклассной работы в школах для слепых и слабовидящих детей показывает, что накоплен определенный опыт организации и проведения различных форм физического воспитания детей с нарушением зрения. Вместе с тем, отсутствие научно-методических и экспериментальных разработок по

эффективному использованию разнообразных внеклассных форм физического воспитания слепых и слабовидящих отрицательно сказывается на всей системе физического воспитания в школе, использовании средств физической культуры для гармонического развития детей, подготовке их к активной трудовой и общественно полезной деятельности (Л.Ф.Касаткин, 1980; Л.А.Семенов, 1989; Б.В.Сермеев, 1981; Р.Н.Азарян, 1983 и др.).

Установлено, что занятия физической культурой два раза в неделю, сравнительно низкий уровень информированности и знаний воспитателей, классных руководителей, учителей-предметников и старшеклассников в вопросах, связанных с проведением оздоровительно-физкультурных мероприятий на общобразовательных уроках, переменна., во время подготовки домашних заданий и в свободное от занятий время, а также неудовлетворительная организация общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований отрицательно сказываются на формировании у слепых и слабовидящих учащихся интереса к физической культуре и спорту, положительном отношении к систематическим занятиям.

В структуре интересов детей и подростков, имеющих нарушения зрения, интерес к физической культуре и спорту занимает сравнительно высокое место, но, к сожалению, во многих случаях он остается пассивным, не реализуется в активной практической деятельности. По анкетным данным, физической культурой и спортом интересуются 58-60 % учащихся, но только 12,8 % слепых и 16,8 % слабовидящих действительно занимаются физической культурой и спортом. У большинства учащихся интерес к физической культуре и спорту имеет пассивный, умозрительный характер. Так, спорт, физические упражнения и игры, которые слепые и слабовидящие школьники поставили на четвертое место в иерархии интересов, по степени реализации оказались только на девятом месте после таких занятий как чтение, прослушивание радиопередач, беседы с друзьями и т.д. Значительная часть слепых (80,6 %) и слабовидящих школьников (77,0 %) совсем не занимается физическими упражнениями в свободное от занятий время. И только 8,8 % слепых и слабовидящих участвуют в школьных спортивных кружках, а 3,2 % старшеклассников занимается физическими упражнениями самостоятельно.

В связи с крайне ограниченной двигательной активностью слепых и слабовидящих детей важное значение приобретает, помимо дру-

гих форм внеклассного физического воспитания, самостоятельно занятия физическими упражнениями под контролем учителя, так как они позволяют вовлечь в систематические занятия основной контингент учащихся.

Вместо с тем, в физическом воспитании детей с нарушенным зрением вопросы формирования умений самостоятельно заниматься физической культурой еще не получили научно-методического решения. Если в общей педагогике имеются отдельные работы, посвященные этой проблеме (А.А.Белан, 1969; В.С.Шимонков, 1974; H.Priesemuth, 1976; С.М.Зворов, 1980; Э.К.Бразито, 1985 и др.), то в тифлопедагогике нет исследований по формированию у слепых и слабовидящих школьников умений самостоятельно заниматься доступными видами физических упражнений.

Программный материал, состоящий из большого числа разнообразных упражнений, двигательных умений и навыков, которые должны освоить слепые и слабовидящие ученики, не реализуется в их практической деятельности. Низкий исходный уровень развития физических качеств и двигательных возможностей, а также недостаточная двигательная активность этих детей приводит к тому, что к окончанию учебного года они или совсем не осваивают многие упражнения, имеющие важное прикладное значение, или овладевают ими на недостаточном уровне.

Такое положение отрицательно сказывается на двигательной активности детей, что в целом приводит к слабому физическому развитию, нарушению осанки, походки, ориентировки в пространстве и т.д. В период окончания школьного обучения слепые и слабовидящие значительно уступают своим зрячим сверстникам по всем показателям физического развития и двигательной подготовленности (В.Ф.Афанасьев, 1971; Р.А.Лобков, 1974; Л.Ф.Касаткин, 1980; Е.В.Сејмеов, 1973 и др.). Снижению двигательной активности сказывается на функциональных возможностях сердечно-сосудистой и дыхательной систем, приводит к падению работоспособности и повышенной утомляемости. Это отражается и на формировании черт характера детей и подростков: у них появляется нерешительность, неуверенность в себе, в своих силах, замкнутость и т.д. (И.Г.Морозова, 1967; И.С.Моргулис, 1965; Л.И.Солнцева, 1966; М.Б.Эйдина, 1967; Р.Н.Азарип, 1964 и др.). Указанные недостатки значительно снижают возможности слепых и слабовидящих школьников в

обладении специальными умениями и навыками, что приводит к плохой готовности выпускников школ к самостоятельной жизни, к неумению адаптироваться в новых условиях жизни и труда.

Таким образом, отсутствие единства и взаимосвязи урочных и внеклассных форм занятий, теоретическая и практическая неразработанность основных направлений, содержания и принципов организации и проведения внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих учащихся становится причиной того, что у учащихся не формируется интерес и положительное отношение к физической культуре и спорту, не обеспечивается компенсация недостаточной двигательной активности, не происходит коррекция отклонений в развитии и воспитании и, в целом, не формируется развитая гармоническая личность. Это свидетельствует о важности и актуальности данной проблемы, о необходимости ее теоретической и экспериментальной разработки и определяет направленность нашего исследования.

### Глава III. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ

Изменение условий жизни слепых и слабовидящих, их социального статуса, расширение областей применения их труда, усиление внимания к формированию личности, необходимость адаптации в среде зрячих — все это неотвратимо влечет за собой изменение целей и задач обучения и воспитания, требует усиления подготовки учащихся к жизни, активизации всех видов их деятельности, а следовательно, перестройки и совершенствования учебно-воспитательной работы в школе, во всех формах, как урочных, так и внеклассных.

При разработке проблемы внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих школьников определяющим является учение основоположников марксизма-ленинизма о сущности всестороннего развития личности, о единстве биологических и социальных факторов в детерминации развития аномального ребенка.

Коррекционно-воспитательный характер внеклассной работы по физическому воспитанию слепых и слабовидящих определяется и детерминируется общими закономерностями, свойственными коррекционной работе, как на образовательных уроках, так и в часы, специально-

ально отведенные для коррекции. В статье "Теоретические и практические аспекты коррекционно-воспитательной работы в школах для слепых" Л.И. Солнцева показывает, что целый ряд факторов социального, философского, психолого-педагогического порядка обуславливает эффективность коррекционной работы. Они действительно и для физического воспитания слепых и слабовидящих, поскольку существует необходимость коррекции аномального физического развития (Л.А. Семенов), в структуре которой отражаются как возможно, так и специальные особенности физического развития слепых и слабовидящих.

В структуре физического развития слепого и слабовидящего ребенка реализуются компоненты, возникающие как результат взаимоотношения общего и особенного, соотношения биологического и социального, связи обучения и развития, первичного и вторичного дефекта, зависящие от времени их наступления и от условий жизни. Это определяет сложную систему коррекционной работы, зависимость ее структуры от характера аномального физического развития слепого и слабовидящего в различные возрастные периоды.

Применительно к физическому воспитанию в системе внеклассной работы решение проблемы дифференциации заключается в необходимости в значительной мере индивидуального обучения детей не только внутри школы, но и внутри групп и классов, особенно когда это касается дополнительных физических нагрузок в процессе кружковых и секционных занятий, соревнований и т.д.

Дифференциация групп по зрительным возможностям, по медицинским показаниям является основным принципом коррекционной работы по физическому воспитанию в системе внеклассных занятий.

В свете современных требований к целостному комплексному подходу в решении учебных и коррекционно-воспитательных задач специальной школы, мы рассматриваем внеклассную работу по физическому воспитанию как сложную, многонаправленную деятельность, обеспечивающую единство урочных и внеклассных форм коррекционно-воспитательного воздействия и являющуюся важным условием и фактором развития слепых и слабовидящих учащихся, совершенствования и проверки их двигательного и нравственного опыта.

Различные формы внеклассной работы по физическому воспитанию обладают значимыми предпосылками для решения этих задач. Однако глубокое или частичное нарушение зрительных функций, ограничивая

активность детей, фактически лишая их возможности участвовать во многих мероприятиях, посещать занятия, доступные зрячим. Поэтому специальные внеклассные занятия, формы их организации и проведения помимо решения оздоровительных и коррекционных задач, должны предусматривать и формирование у слепых и слабовидящих активности, самостоятельности, общительности и многих других качеств и черт характера, имеющих важное значение в жизни и трудовой деятельности. Такая работа строится с учетом степени нарушения зрения и содержит направленность на формирование познавательных, эмоциональных и волевых процессов, влияет на цели и мотивы деятельности.

Все это предопределяется специальной организацией оздоровительной и коррекционно-воспитательной деятельности учащихся с учетом возрастных, индивидуальных и групповых различий, направленной на решение следующих задач:

- коррекция и развитие физических и двигательных возможностей слепых и слабовидящих школьников;
- совершенствование умений, навыков и способов регуляции движений;
- развитие у учащихся с глубоким нарушением зрения процессов компенсации;
- формирование познавательных интересов, положительного отношения к физической культуре, мотивов и целей активной двигательной деятельности;
- нравственное и эстетическое воспитание слепых и слабовидящих школьников и развития их эмоциональной сферы;
- расширение коммуникативных возможностей слепых и слабовидящих в процессе внеклассных занятий физическими упражнениями, играми и спортом;
- применение во внеклассной работе специальных упражнений, игровых форм проведения занятий, общешкольных оздоровительно-физкультурных и спортивных мероприятий, соревнований с учетом особенностей восприятия их слепыми и слабовидящими.

В данной главе теоретически обосновываются пути и средства решения этих задач в процессе внеклассного физического воспитания. Это обоснование опирается на достижения общей и специальной психологии и педагогики с привлечением данных врачебно-педагогического изучения детей с сохранным и глубоко нарушенным зрением.

#### Глава IV. ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, ИГР НА РАЗВИТИЕ И ВОСПИТАНИЕ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ, НА ФОРМИРОВАНИЕ ИХ КОМПЕНСАТОРНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

Потеря или нарушение зрения вызывает вторичные отклонения в физическом и психическом развитии ребенка (М.И. Земцова, Ю.А. Кулагин, Н.Г. Морозова, Л.И. Солидова, В.П. Ермаков, Б.В. Сергеев, М.Б. Эйдинова и др.). Нарушаются осанка, функция равновесия, координация, точность, скорость, ориентировка и ритм движений, что значительно снижает возможности слепых и слабовидящих школьников в овладении двигательными умениями и навыками, имеющими важное значение для повседневной жизни и трудовой деятельности. Из-за того, что эти недостатки своевременно не устраняются, у взрослых слепых и слабовидящих укореняются различные нарушения и, в первую очередь, опорно-двигательного аппарата, ухудшая функционирование разных органов и систем, снижая работоспособность и активность (Я.И. Дуткевич, 1979; В.С. Николаев, 1983; И.И. Шмельков, 1975 и др.).

Выделенные В.П. Ермаковым (1986) при анализе графической деятельности функции коррекционно-воспитательного процесса характерны также и для коррекции аномального физического развития слепых и слабовидящих в процессе внеклассной работы по физическому воспитанию, поскольку занятиям физическими упражнениями, играми, спорту свойственны такие функции, как познавательная, развивающая, воспитательная, компенсаторная и коммуникативная.

С целью отбора и систематизации средств, форм и методов построения внеклассной работы по физическому воспитанию было проведено специальное исследование, ставившее своей целью экспериментальное обоснование эффективности использования разработанной системы внеклассных занятий в специальной школе. Подобного теоретического и экспериментального анализа и изучения ранее не проводилось, что затрудняло практическое использование разнообразных упражнений, игр, спорта, общешкольных мероприятий в развитии и воспитании слепых и слабовидящих школьников.

Учитывая, что в развитии аномального ребенка ведущая роль принадлежит обучению и воспитанию (Т.А. Власова, Л.С. Выготский,

А.П.Гозова, Г.М.Дульнев, В.П.Ермаков, Л.В.Занков, М.И.Земцова, Ю.А.Кулагин, В.И.Лубовский, Н.Г.Морозова, Т.В.Розанова, Л.И.Солнцева), мы строили специальное педагогическое воздействие на физическое и психическое развитие слепого и слабовидящего с мобилизацией всех компенсаторных возможностей его организма.

Организуя внеклассную работу, направленную на коррекцию двигательных нарушений, развитие, воспитание и формирование компенсаторных возможностей, мы основывались на принципах общей и специальной психологии и педагогики, теории и методики физического воспитания, в основу которых были положены принципы коррекционной направленности, пронизывающие весь педагогический процесс и дифференцированный подход.

При разработке системы внеклассных занятий по физическому воспитанию слепых и слабовидящих (основные направления использования игровых форм, самостоятельных и кружковых занятий, общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий, межпредметных связей, систем соревнования и др.) мы руководствовались тем, что привлечение слепых и слабовидящих детей к активной двигательной деятельности, основанное на пробуждении интереса к физическим упражнениям, играм, спорту, воспитании положительного отношения к ним, а затем и выработка потребности в систематических занятиях будут содействовать решению поставленных задач.

Проведение исследования выявило большие возможности внеклассных занятий различными видами физических упражнений, игр, общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий в коррекционно-воспитательной работе с детьми. Улучшение в показателях физического развития и двигательной подготовленности составило: 17,9 % в росте, 37,4 % в весе, 25,3 % в окружности грудной клетки, 97,4 % в спирометрии, 28,3 и 29,7 % в кистевой и становой динамометрии, 24,6 % в скорости, 56,4 % в выносливости и т.д. Это способствовало развитию у слепых и слабовидящих гармонического телосложения, хорошей осанки, манеры движений.

Результаты исследования и заключения врачей-офтальмологов и терапевтов убеждает в том, что систематические индивидуально дозированные внеклассные занятия доступными физическими упражнениями, гимнастикой, укрепляя общее состояние организма, стабилизируют функциональные возможности зрительного организма, совершенствуют деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, спо-

способствует коррекции недостатков физического развития и двигательных функций у слепых и слабовидящих. Это позволяет подросткам и юношам при отсутствии или неполноценном зрении выходить на уровень высокого спортивного мастерства, например, в гимнастике. Совершенство движений, точность, легкость и красота исполнения сложных по координации упражнений достигается за счет высокоразвитых мышечно-двигательных ощущений, широкого взаимодействия сохранных анализаторов, что свидетельствует о компенсации слепоты и слабовидения.

Разработанные игровые формы проведения внеклассных занятий (содержание, методические приемы, специальная система подведения итогов и др.), а также общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий обеспечивают высокую активность слепых и слабовидящих учащихся, накопление двигательных умений и навыков, положительного нравственного опыта, содействуют познавательному и интеллектуальному развитию, способствуют формированию эстетических вкусов, взглядов и понятий. Так, у учащихся I-4 и 5-8 классов нарушены дисциплины, по сравнению с исходными данными, сократилось на 35,9 и 29,7 %; неадекватного поведения - на 36,2 и 38,6 %, а подчинение личных интересов коллективным возросло на 63,1 и 40,7 %. Значительные изменения выявлены и в показателях двигательных умений и навыков: координации и точности движений, походки, ориентировки в пространстве, ловкости.

Экспериментально установлено, что только комплексное использование игровых форм занятий с целевой направленностью на коррекцию недостатков движений, общее развитие и повышение интереса к занятиям обеспечивает высокую эффективность коррекционно-воспитательной работы. Включение внеклассных занятий физической культурой слепыми и слабовидящими учащимися I-го класса в систему межпредметных связей позволяет в подвижной игровой форме детям прочнее усвоить букварь и элементы математики. Эти игры повышают интерес детей к занятиям, способствуют развитию активности, общения, речи, положительно влияют на отношение к учебной деятельности.

Таким образом, проведенное исследование констатирует высокую эффективность использования внеклассных занятий различными видами физических упражнений, игр, общешкольных физкультурно-спортивных мероприятий в развитии и воспитании слепых и слабовидящих школьников, в формировании у них компенсаторных возможностей. Это

имеет важное теоретическое и практическое значение, поскольку позволяет определить основные направления дальнейшего развития и использования внеклассной работы по физическому воспитанию в специальной школе для разносторонней подготовки аномального ребенка к жизни в современном обществе.

#### Глава V. РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ НРАВСТВЕННОГО И ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Нравственное и эстетическое воспитание в специальной школе для слепых и слабовидящих детей является составной частью единого процесса коррекционно-воспитательной работы, подготовки разносторонне развитой личности. Специфика его состоит в том, что оно прежде всего включает в сферу педагогического воздействия эстетические чувства и отношение ребенка, развивает и обогащает их. Правильно сформированные нравственные качества оказывают большое влияние и на умственное развитие слепого и слабовидящего ребенка, на его трудовую подготовку и физическое развитие, во многом предопределяя успешность указанных процессов (Э.М.Стернина, 1980).

В специальной литературе имеется немало работ, отражающих вопросы нравственного и эстетического воспитания детей с нарушением зрения. Показаны пути решения этих задач на основе изучения литературы, искусства, музыки, обучения специальной графике и т.д. (Р.К.Виктагирова, 1988; В.П.Ермаков, 1986; В.Д.Кондратьев, 1982; В.В.Кравченко, 1976; Р.Д.Максютова, 1980; М.Ф.Фадина, 1976 и др.). Но слепого и слабовидящего ребенка необходимо научить также понимать и оценивать поступки, действия, переживания не только на примерах литературных героев, образного мышления и представления, но и на его собственных конкретных действиях, поступках, переживаниях.

Многие задачи нравственного и эстетического воспитания слепых и слабовидящих школьников можно решить в процессе внеклассных занятий физической культурой и спортом. Совместная физкультурно-спортивная деятельность, игры, спорт имеют большие возможности для организации коллективных действий, воспитания, проверки и совершенствования самостоятельности, активности в преодолении

нии трудностей и т.д. Если решению воспитательных задач в процессе занятий физической культурой и спортом в общей педагогике уделяется большое внимание (В.В.Белорусова, В.А.Каверина, А.М.Кочетов, И.Н.Реметень, А.В.Романова, М.И.Станкин, А.А.Френкин и др.), то, к сожалению, в специальной педагогике эти вопросы почти не разработаны. Решение же таких задач, как воспитание самостоятельности, активности, уверенности в своих силах, умение понимать и оценивать прекрасное в жизни и в других проявлениях обогащает и расширяет нравственный опыт и эстетические вкусы слепых и слабовидящих детей, вооружает их навыками, необходимыми для жизни и труда.

Результаты экспериментальной работы убеждают, что в процессе внеклассных занятий физической культурой, играми, спортом можно устранить недостатки в развитии черт характера слепых и слабовидящих учащихся, решить многие задачи их нравственного и эстетического воспитания.

Формирование общественной активности у слепых и слабовидящих школьников в процессе физкультурно-спортивной и игровой деятельности зависит от многих факторов: от настойчивости и требовательности учителя физкультуры, от сформированности интереса к физической культуре у учащихся, а также и стремления к выполнению общественной работы в сфере физической культуры, от доступности предлагаемых заданий, от характера и особенностей проводимых мероприятий и т.д. В этой связи нами разработаны основные направления, методика и программа формирования общественной активности средствами физического воспитания, состоящие из следующих этапов:

- создание специальных педагогических условий для формирования у испытуемых интереса к физической культуре, а через нее к общественной физкультурно-спортивной деятельности;
- коррекции недостатков развития личности учащихся в процессе игровой и физкультурно-спортивной деятельности (аккуратности, трудолюбия, стремления довести начатое до конца, умения преодолевать трудности и др.), имеющих важное значение для выполнения общественной работы;
- организация практической физкультурно-спортивной деятельности.

Такой подход к воспитанию общественной активности в процессе физкультурно-спортивной деятельности обеспечивает высокую преем-

ответственность проявления общественной активности и в других видах работы, в частности, в учебной, пионерско-комсомольской, хозяйственно-трудовой. Так, до эксперимента испытуемые не имели постоянных обязательств поручений, то после его проведения 26,4 % слепых и слабовидящих учащихся экспериментальной группы выполняли учебные поручения, 31,5 % - пионерско-комсомольские, 19,7 % - хозяйственно-трудовые и 41,8 % - физкультурно-спортивные. У учащихся контрольной группы изменения в наличии выполняемых постоянных поручений по сравнению с исходными данными почти не отличались.

Исследования подтверждают эффективность использования средств физической культуры, целенаправленно организованных внеклассных занятий в воспитании самостоятельности у слепых и слабовидящих школьников. Использование в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями разнообразных приемов и средств, различных видов деятельности, выполняемых с опорой на осязание, мышечно-суставные ощущения и зрительное восприятие, а также применение способов саморегуляции и контроля движений и ориентировки позволяет слепым и слабовидящим школьникам достигать высокого уровня уверенности и самостоятельности в физическом плане жизни и поведения, а затем и в повседневной жизни. Успешное самостоятельное выполнение упражнений, связанное с преодолением трудностей, стремление к достижению намеченной цели способствует формированию таких нравственных черт характера, как трудолюбие, целеустремленность, уверенность, ответственное отношение к учебе и труду, дружелюбие, взаимопомощь.

Анализ работы свидетельствует также о том, что система педагогических средств, форм и методов коррекционно-воспитательных мероприятий, используемых в разнообразных занятиях физической культурой во внеклассное время, становится одновременно и эффективным средством эстетического воспитания слепых и слабовидящих учащихся, развития их эмоциональной сферы, формированию у детей, имеющих нарушение зрения, эстетических чувств и взглядов, способности понимать красоту движений, поведения, правильных форм общения, что в свою очередь стимулирует у них стремление приобрести осанку, красивое телосложение, научиться ходить правильно, быть аккуратными и подтянутыми, организует их движения.

Таким образом, результаты исследования убеждают, что система педагогических средств, форм и методов коррекционно-воспита-

тельной работы, применяемых по внеклассных занятиях физической культурой, играми, обеспечивает решение многих задач нравственного и эстетического воспитания слепых и слабовидящих школьников. А достижения учащихся в различных сферах общественной жизни, в трудовой деятельности, поведении и общении, в других социальных проявлениях свидетельствуют об определенной компенсации слепоты и слабовидения за счет саморегуляции, самоконтроля и самооценки.

#### Глава VI. ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ МНОГОЛЕТНИХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ ВО ВНЕКЛАССНОЕ И ВО ВНЕШКОЛЬНОЕ ВРЕМЯ НА РАЗВИТИЕ, ВОСПИТАНИЕ И ФОРМИРОВАНИЕ АКТИВНОЙ ЖИЗНЕННОЙ ПОЗИЦИИ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ

На протяжении длительного периода считалось, что инвалидам, особенно слепым, занятия спортом не доступны, поскольку они требуют зрительной ориентировки, высокого развития двигательных качеств, координации и точности движений, умения контролировать и регулировать свои движения. Для них подбирались, в основном, простые виды упражнений и игр, не требующие больших физических, психических и эмоциональных усилий и двигательной активности. К многим формам спортивной деятельности слепых вообще не привлекали. Подготовка и участие в соревнованиях для них не выступали как активное средство социализации личности. Это не могло не сказаться на подготовке учащихся к жизни, общению и труду. И в настоящее время многие школы испытывают трудности в организации внеклассной физкультурно-спортивной деятельности, проведении соревнований, общешкольных спортивных праздников, имеющих важное значение в развитии, воспитании, общении и повышении эмоциональных сфер слепых и слабовидящих.

Проблема включения физической культуры и спорта в повседневную жизнь инвалидов в настоящее время приобретает особую актуальность. Свидетельством тому является создание Всемирным союзом слепых Международной Ассоциации по спорту (1981) и организация в нашей стране (1987 г.) Федерации физической культуры и спорта инвалидов, проведение чемпионатов Европы, мира, Олимпийских игр.

Новый подход к физической культуре и спорту слепых и слабовидящих

видящих, который мы разрабатываем, заключается не только в изыскании доступных для них видов физических упражнений и спорта, но и в их использовании с целью повышения уровня развития и воспитания личности, становления жизненного пути, включения в трудовую и общественную деятельность. Это обуславливает важную роль и занимаемое место физической культуры и спорта в социальной реабилитации инвалидов по зрению, в формировании у них активной жизненной позиции. В соответствии с изложенным, автором исследования были разработаны учебные программы по разделу гимнастики, положения о проведении соревнований по легкой атлетике, гимнастике, играм, ориентировки в пространстве, которые получили широкую апробацию в школах для слепых и слабовидящих детей. Кроме того, нами в 1976 году впервые организованы Закавказские соревнования среди инвалидов по зрению, которые затем систематически проводятся в течение многих лет.

Результаты исследований и многолетняя спортивная работа со слепыми и слабовидящими позволяют утверждать, что систематические занятия различными видами спорта способствуют их разностороннему гармоническому развитию и воспитанию. Выполнение физических упражнений в течение многих лет, тренировки в избранном виде спорта, укрепляя здоровье и улучшая физическое развитие занимающихся, совершенствуют деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем, стабилизируют функциональные возможности зрительного анализатора. Это не только способствует коррекции недостатков дыхательной подготовленности слепых и слабовидящих, но и раскрывает на основе совершенствования мышечно-двигательных и слуховых ощущений огромные компенсаторные возможности. Высокое развитие на сенсорной основе этих анализаторов и тончайшее их взаимодействие обеспечивают слепым и слабовидящим свободное передвижение в пространстве и возможность участвовать в соревнованиях, выполнять сложные по координации и точности движений упражнения, достигая высоких спортивных результатов. Так, с результатом 7,4 и 7,3 сек. в беге на 60 м незрячие спортсмены Гагик А. и Агван Х. неоднократно становились призерами чемпионата СССР по легкой атлетике среди инвалидов по зрению (1979, 1981, 1983 гг.) и победителями закавказских соревнований в течение 10 лет.

Слепая с остатком зрения Регануш А., благодаря многолетним систематическим тренировкам и уверенности в своих силах, не раз

становилась чемпионкой и призёром СССР среди инвалидов по зрению. Так, в 1983 г. в беге на 60 м с результатом 8,8 сек. она завоевывает второе место в стране, в 1987 г. была первой в прыжках в длину с разбега с результатом 4 м 47 см, в 1989 г. вновь была первой в беге на 800 м. Таких же хороших результатов добились и многие другие незрячие и слабовидящие испытуемые (Р.Симошкин, О.Бабалин, Р.Дарбинян, Ю.Аветисян и др.). Но самых высоких спортивных результатов достигла слабовидящая спортсменка Анжела С., которая выступая в составе сборной СССР на первенствах Европы и Мира среди инвалидов по зрению в ФРГ (1981), Болгарии (1983), Италии (1985), Швейцарии (1986), Москве (1987) 9 раз становилась чемпионкой Европы и Мира в прыжках в длину с разбега, толкании ядра, метании диска, копья, в легкоатлетическом пятиборье (бег 100 и 800 м, прыжки в длину, метание диска и копья). Только на этих соревнованиях она завоевала II золотых и 5 серебряных медалей.

Неречисленно результаты и успехи испытуемых — это не только победа слепых и слабовидящих в спорте — это большая победа над своим недугом, преодоление трудностей, вера в свои силы. Уже сам факт участия слепых или слабовидящего в соревнованиях имеет чрезвычайно важное значение для становления личности. Различные формы спортивной борьбы, требующие проявления психических и волевых качеств, крайне благоприятно действуют именно на слепых, ибо они, как никакой другой вид деятельности, открывают для них новый мир, новое ощущение борьбы, жизни.

Исследования и многолетние наблюдения выявили, что длительно умножая и развивая, такие физические качества как быстрота, ловкость, выносливость и др., приобретённые слепыми и слабовидящими в результате систематических занятий физической культурой и спортом, переносится и на сферу трудовой деятельности, оказывая положительное влияние на общий работоспособность. Занимающиеся спортом слепые и слабовидящие лучше переносят производственно трудности, быстрее адаптируются в новых условиях, а не занимающиеся физической культурой быстрее устают на работе, чаще болеют и у них ниже трудовая активность. Так, если к концу рабочего дня усталость ощущают 41,1 % слепых и 29,8 % слабовидящих спортсменов, то среди не занимающихся физической культурой этот процент высокий и составляет соответственно 87,3 % и 75,2 %. Рассматривая самочувствие слепых и слабовидящих рабочих в плане подольной нагруз-

ки, следует отметить, что и здесь занимающиеся спортом незрячие и слабовидящие оказались физически выносливее и недельную нагрузку переносят легче, чем не занимающиеся физической культурой и спортом. Так, 41,7 % не занимающихся спортом слепых и 29,4 % слабовидящих отмечали, что уже на третий день работы ощущают усталость, а к концу трудовой недели на утомление указали 94,0 и 32,5 % опрошенных. Из числа же спортсменов только 39,1 % испытуемых (42,5 % слепых, 35,7 % слабовидящих) сослались на общее утомление к концу рабочей недели.

Участие в спортивных соревнованиях, необходимость преодоления соревновательных моментов на тренировках вырабатывают у слепых и слабовидящих привычку и готовность к соревнованию и в условиях трудовой деятельности, что положительно сказывается на сплочении производственного коллектива, взаимоотношениях в нем, на создании и укреплении благоприятного психологического климата в трудовом коллективе.

Занятия физической культурой и спортом создают предпосылки для рационального распределения свободного времени, лучшего сочетания активного и пассивного отдыха, интересного проведения воскресных дней, что становится основой для духовного развития слепых и слабовидящих, для совершенствования их личности. Об этом свидетельствуют их достижения как в спорте, в учебе, так и в различных сферах социально-трудовой и общественной деятельности.

Так, за 12 лет после окончания школы 33,3 % абсолютно слепых, 2,8 % частично видящих и 46,3 % слабовидящих успешно сочетали систематические занятия спортом, выступление на соревнованиях с учебой в институте. За этот же период из числа их одноклассников, занимающихся спортом, высшее образование получили только 11,7 % абсолютно слепых, 21,7 % частично видящих и 24,6 % слабовидящих.

Исследования выявили интересную связь между занятием физической культурой и спортом у слепых и слабовидящих и их общественной активностью. Анализ его результатов (уровень участия в общественной работе) показал, что 69,7 % рабочих и служащих, занимающихся спортом, со дня трудовой деятельности имели общественные поручения (средний балл 4,3). Среди их одноклассников, не занимающихся спортом, общественные поручения выполняли 37,8 % обследованных, средний балл которых составил 2,8 (при  $P < 0,01$ ). Сам факт участия слепого или слабовидящего в соревнованиях за честь своего коллектива, общество, республику, на наш взгляд, уже само по себе

является большой общественной работой. И мы вправе отметить, что физкультурно-спортивная активность слепых и слабовидящих влияет на их общественную активность.

Совместная физкультурно-спортивная деятельность открывает перед слепыми и слабовидящими дополнительные возможности для широкого социального общения. Занятия физической культурой, встречи со спортсменами различных республик, поездки во многие города страны - все это расширяет и круг познавательных интересов, содействует интеграции слепых и слабовидящих, связи их со зрячими. Это обогащает, расширяет и содержательную сторону общения.

Исследования показали, что, занимаясь физической культурой и спортом, слепые и слабовидящие испытуемые уделяют большое внимание физическому воспитанию своих детей. Так, 53,4 % из них систематически привлекают детей к выполнению утренней гимнастики, закаливания, прогулкам, а в семьях, где родители сами не занимались физической культурой, этот процент составляет всего 7,2.

Таким образом, сказанное позволяет утверждать, что многолетние систематические занятия физической культурой и спортом после окончания школы способствуют физическому и интеллектуальному развитию, всестороннему воспитанию, утверждению активной жизненной позиции слепых и слабовидящих, формированию и совершенствованию компенсаторных возможностей.

#### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Школьные годы для слепого и слабовидящего ребенка это благоприятный период в жизни, когда он находится под постоянным педагогическим наблюдением и целенаправленным воздействием различных средств воспитания, в том числе и физического. Поэтому коррекция дефекта, совершенствование двигательных умений и навыков, воспитание нравственных и личностных качеств, развитие компенсаторных возможностей - все эти задачи, в значительной степени, могут и должны быть решены именно в этот период.

В целях разностороннего гармонического развития и воспитания слепых и слабовидящих учащихся, подготовки их к самостоятельной жизни в школе требуется особая организация коррекционно-воспитательной работы, обеспечивающая физическое и интеллектуальное

азвитие, формирование двигательных умений и навыков, нравственное и эстетическое воспитание, расширение коммуникативных и компенсаторных возможностей. Эти задачи разрешимы только в комплексном подходе к урочным и внеклассным формам коррекционно-воспитательной работы.

До последнего времени в нашей стране и за рубежом главным образом уделялось урочным формам занятий физической культурой, внеклассная коррекционная и воспитательная работа оставалась не поля зрения исследователей и практических работников. Это отрицательно сказалось на физическом развитии детей, формировании их двигательных умений и навыков, приводило к пассивному отношению к физической культуре. Вместе с тем, именно разнообразие средств внеклассных занятий физической культурой, игры, спорт могут выполнять познавательную, развивающую, воспитательную, коммуникативную и другие функции, основными из которых являются коррекционная и компенсаторная.

Разработанная нами система внеклассного физического воспитания слепых и слабовидящих детей построена на основе диалектико-материалистического учения о всестороннем развитии личности, современных научно-теоретических положениях о механизмах компенсации, теоретической концепции о ведущей и стимулирующей роли обучения в развитии ребенка, наличии первичных и вторичных отклонений, которые преодолеваются и совершенствуются под влиянием направленной учебной и коррекционно-воспитательной работы.

В диссертации выявлены большие возможности внеклассной коррекционно-воспитательной работы по устранению отклонений в развитии и воспитании слепых и слабовидящих, совершенствованию их двигательных возможностей, формированию эстетических представлений. Показано, что благодаря мышечно-двигательным ощущениям и на основе тончайших взаимодействий сохранных анализаторов слепые и слабовидящие могут не только легко и красиво выполнять сложные гимнастические упражнения и другие действия, требующие координации, точности, ловкости, ориентации, но и правильно воспринимать и усваивать элементы нравственного и эстетического содержания, нормы поведения, культуру движений, общения, что свидетельствует о развитии у слепых и слабовидящих компенсаторных возможностей.

Это позволяет сделать важный методологический вывод о возможности использования средств физической культуры для расширения

сферы познания слепыми и слабовидящими окружающей действительности. На этой основе возникает необходимость углубленного изучения выдвигаемой проблемы.

Проведенное исследование показало пути использования внеклассных занятий по физическому воспитанию для формирования нравственных и личностных черт характера у детей с нарушением зрения. На основе экспериментальных данных разработаны принципы, содержание, методы, педагогические подходы и психолого-педагогические концепции формирования у слепых и слабовидящих общественной активности, организаторских умений, самостоятельности, эстетического воспитания и формирование эмоциональной среды. Это позволяет обеспечить слепым и слабовидящим школьникам более интенсивное развитие, обогащает их нравственные понятия и чувственно-эмоциональную сферу, формирует коллективные отношения, взаимопонимание, имеющих важное значение в их повседневной жизни, что открывает дальнейшие перспективы исследования проблемы социальной адаптации слепых и слабовидящих средствами физической культуры.

Экспериментальное изучение выявило основные направления использования физических упражнений, игр и общешкольных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий для коррекционно-воспитательной работы со слепыми и слабовидящими учащимися во внеклассное время. Разработаны принципы, содержание, формы, методы и педагогические условия внеклассного обучения и воспитания, позволяющие привлечь к систематическим занятиям физической культурой всех учащихся класса, школы, независимо от физической подготовленности, двигательных умений, степени нарушения зрения.

Проведенные исследования по закреплению знаний грамоты и счета у слепых и слабовидящих первоклассников в процессе подвижных игр раскрывают большие возможности межпредметных связей как положительного интереса к физической культуре и к учебе в целом. Рассматривая межпредметные связи как средство повышения активности слепых и слабовидящих учащихся, улучшения образовательной и двигательной подготовки, развития речи и общения, мы указали на возможности дальнейшего интегрирования и оптимизации учебного процесса, углубленного изучения этой проблемы.

Результаты исследований выявили потенциальные возможности слепых и слабовидящих, занимающихся различными видами спорта, в развитии, воспитании и формировании активной жизненной позиции.

Совершенствование мышечно-двигательных ощущений, высокое развитие и взаимодействие сохраняющихся анализаторных систем позволило слепым и слабовидящим успешно выступать на различных соревнованиях, добиваться высокого спортивного мастерства, становиться чемпионами и призерами страны, Европы, мира. Выявлено, что систематические тренировки, участие в соревнованиях, укрепляя их здоровье и совершенствуя двигательные умения, способствуют меньшей утомляемости на работе, повышению производительности труда и сплочению трудового коллектива. Показано, что многолетние занятия физической культурой и спортом создают благоприятные условия для рационального использования свободного времени, эффективного сочетания активного и пассивного отдыха, что становится основой для духовного развития слепых и слабовидящих и раскрывает большие возможности для совершенствования личности. Об этом убедительно говорят их достижения в учебе, на производстве, в спорте, в различных сферах социально-трудовой и общественной деятельности. Сказанное свидетельствует о компенсации слепоты и слабовидения.

Это позволяет сделать важный вывод о возможности формирования активной жизненной позиции у слепых и слабовидящих в процессе занятий физической культурой и спортом. В связи с этим возникает необходимость дальнейшего углубленного изучения этих вопросов.

Таким образом, результаты проведенных исследований свидетельствуют о высокой эффективности системы внеклассной коррекционно-воспитательной работы со слепыми и слабовидящими в подготовке разносторонне развитой личности, формировании активной жизненной позиции.

На основании исследований по теме диссертации разработаны программы, учебные пособия, содержание и методика проведения физического воспитания со слепыми и слабовидящими школьниками во внеклассное время. Определены пути коррекционно-воспитательной работы во внеклассных занятиях по физическому воспитанию, направленной на: укрепление здоровья, совершенствования зрительной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем; коррекцию и развитие двигательных умений и навыков; развитие процессов компенсации; формирование нравственных и личностных черт характера, эстетических понятий и суждений; расширение коммуникативных возможностей.

В исследовании намечены перспективные пути дальнейших научных разработок.

Список работ,  
опубликованных по теме диссертации:

1 Реакция сердечно-сосудистой системы слабовидящих школьников на функциональную пробу с дозированной физической нагрузкой //Моторно-висцеральная регуляция и мышечная деятельность. -Горький: Горьковский пединститут, 1972. - С. 61-62.

2. Особенности развития силы дыхательных мышц у слабовидящих школьников и ее изменения под влиянием занятий гимнастическими упражнениями. //Тезисы докладов III всесоюзных педагогических чтений. - М., 1973. - С. 81-82.

3. Изменение показателей функции зрения, сердечно-сосудистой и дыхательной систем у слабовидящих школьников в процессе выполнения упражнений силового характера. //Мышечная деятельность в норме и патологии. - Горький: Горьковский пединститут, 1974. - С. 31-33.

4. Изменение моторных функций у слабовидящих школьников в процессе систематических занятий физическими упражнениями (в соавторстве). //Мышечная деятельность детей в норме и патологии. - Горький: Горьковский пединститут, 1974. - С. 64-65.

5. Влияние гимнастических упражнений на динамику частоты сердечных сокращений у слабовидящих школьников. //Тезисы докладов Конференции аспирантов и молодых ученых дефектологов. - М., 1974. - С. 38-39.

6. Содержание коррекционно-воспитательной работы на уроках гимнастики в школе для слабовидящих детей: Автореферат дисс. ... канд. пед. наук. - М., 1974. - 16 с.

7. Гимнастика как важное средство улучшения деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем у слабовидящих школьников. //Дефектология. - 1974. - № 5. - С. 17-22.

8. О влиянии систематических занятий гимнастикой на состояние зрения слабовидящих школьников (в соавторстве). //Мышечная деятельность в норме и патологии. - Горький: Горьковский пединститут, 1975. - С. 23-24.

9. Исследование некоторых показателей внешнего дыхания у детей с нарушенным зрением (в соавторстве). //Материалы научной конференции молодых ученых, посвященной XXV съезду КПСС. - Брест,

1975. - С. 166-168.

10. Изменение показателей функции зрения, сердечно-сосудистой и дыхательной систем у слабовидящих школьников в процессе выполнения упражнений. //Тезисы докладов седьмой научной сессии по дефектологии. - М., 1975. - С. 176-177.

11. Реакция сердечно-сосудистой системы слабовидящих школьников на функциональную пробу с дозированной физической нагрузкой. //Мышечная деятельность в норме и патологии, - Горький: Горьковский пединститут, 1976. - С. 5-6.

12. Влияние систематических занятий гимнастикой на состояние зрения слабовидящих школьников //Тезисы докладов IV Всесоюзных пед. чтений. - М., 1976. - С. 134.

13. Характеристика некоторых показателей функции зрения, центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем у слабовидящих школьников в процессе выполнения упражнений силового характера (в соавторстве). "Сборник научно-методических работ по физическому воспитанию. - Ереван, 1978. - С. II-16.

14. Острота зрения и ее изменения у слабовидящих школьников под влиянием многолетних внеклассных занятий гимнастикой (в соавторстве). //Мышечная деятельность в норме и патологии. - Горький: Горьковский пединститут, 1978. - С. 5-6.

15. Внеклассные занятия гимнастикой как важное средство коррекции недостатков физического развития слабовидящих учащихся. //Дефектология. - 1978. - № 6. - С. 57-64.

16. О влиянии занятий гимнастикой на функции зрения, центральную нервную, сердечно-сосудистую и дыхательную системы у слабовидящих школьников. //Мышечная деятельность в норме и патологии. - Горький: Горьковский пединститут, 1978. - С. 6-8.

17. Особенности физического воспитания детей с нарушением зрения. //Тезисы XXXIV научной конференции преподавателей и аспирантов. - Ереван: Армянский пединститут, 1978. - С. 134-135.

18. Программа по физической культуре для специальных школ слабовидящих детей (в соавторстве). - М.: Просвещение, 1978. - С. 9-73.

19. Занятия гимнастикой как одно из средств коррекции недостатков некоторых личностных качеств слабовидящих детей //Проблемы дефектологии. - Ереван, 1979. - С. 85-87.

20. Особенности воспитания активности на уроках физической

культуры у слепых детей" // Тезисы республиканской научной конференции, посвященной Международному году ребенка. - Ереван, 1979. - С. 93-94.

21. Опыт внеклассной работы по физической культуре со слабо-видящими школьниками. // Тезисы докладов 8 научной сессии по дефектологии и пятых всесоюзных педагогических чтений. - М., 1979. - С. 140-141.

22. Воспитание активности на уроках физической культуры у слабо-видящих школьников. // Тезисы докладов 6 всесоюзных педагогических чтений. - М., 1982. - С. 62-63.

23. Исследования физкультурных и спортивных интересов у слепых и слабо-видящих школьников. // Дефектология. - 1982. - № 6. - С. 17-23.

24. Программы специальных общеобразовательных школ для слепых детей (физическая культура, подготовительный - XI классы). - М.: Просвещение, 1983. - С. 183-267 (в соавторстве).

25. Роль физической культуры и спорта в социальной реабилитации учащихся школ слепых и слабо-видящих // Тезисы докладов 9 научной сессии по дефектологии. - М., 1983. - С. 58.

25. Урок физической культуры как важное средство воспитания нравственных и личностных качеств у слепых и слабо-видящих школьников. // Дефектология. - 1984. - № 6. - С. 53-59.

27. Программы I-IV классов специальной общеобразовательной школы для слепых детей (физическая культура). - М.: Просвещение, 1966. - 119 с. (в соавторстве)

28. Программы I-IV классов специальной общеобразовательной школы для слабо-видящих детей (физическая культура). - М.: Просвещение, 1988. - 102 с. (в соавторстве)

29. Физическое воспитание слепых и слабо-видящих школьников в режиме дня: Учебное пособие. - М.: Изд-во ЦП ВОС. 1987. - 115 с.

30. Физическая культура - средство воспитания нравственных качеств школьников. // Тезисы докладов 8 всесоюзных педагогических чтений. - М., 1988. - С. 58.

31. Исследование особенностей ходьбы у слепых и слабо-видящих школьников (в соавторстве) // Дефектология. - 1989. - № 3. - С. 50-53.

32. Обучение слепых и слабо-видящих детей правильной ходьбе: Учебное пособие. - М.: Изд-во ЦП ВОС. 1989. - 99 с.

33. Научные основы программы физического воспитания слабослышащих школьников (в соавторстве). //Тезисы первой всесоюзной научной конференции "Физическая культура и спорт инвалидов". - Одесса, 1989. - С. 80.

34. Педагогические исследования влияния многолетних занятий физической культурой и спортом на развитие и воспитание слепых и слабослышащих школьников: Монография. - 1989. - 104 с.

35. Außerunterrichtlicher Sport an Schwachenschulen // Die Sonder Schule.- Berlin 1979.-H.6.-S. 295-300.

36. Entwicklung sportlicher Interessen blinder und sehgeschwächer Schüler // Die Sonder Schule.- Berlin, 1984.- H.I.- S. 37-42.

37. Эстетическое воспитание и формирование эмоциональной сферы у слепых и слабослышащих учащихся на внеклассных занятиях физической культурой. //Дефектология. - 1989. - № 6. - С. 49-55.

*Стор*