

УДК 613.954:616.28-008.1

**ПРОФИЛАКТИКА ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА  
В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ  
СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

*С.С. Матвеева, К.О. Соколова, Б.Т. Орозбекова*

Приведены данные исследования влияния организованной подвижной игры как средства профилактики переутомления детей дошкольного возраста с нарушением слуха и ее благоприятном влиянии на речевое общение, расширение диапазона двигательных возможностей, обогащение словарного запаса, развитие психических качеств, приучение ребенка к осознанному поведению, инициативности и самостоятельности, корректирование нарушения психомоторики.

*Ключевые слова:* адаптивная двигательная рекреация; дети с нарушением слуха; дошкольное образование; психопрофилактика; переутомление.

---

**МЕКТЕПКЕ ЧЕЙИНКИ БИЛИМ БЕРҮҮ МЕКЕМЕЛЕРИНДЕГИ КУЛАГЫ  
НАЧАР УККАН БАЛДАРГА КЫЙМЫЛДУУ ОЮНДАРДЫ ОЙНОТУУ МЕНЕН  
ЧАРЧООСУН АЛДЫН АЛУУ**

*С.С. Матвеева, К.О. Соколова, Б.Т. Орозбекова*

Бул макалада угуу жөндөмдүүлүгү бузулган мектепке чейинки курактагы балдардын чарчоосунун алдын алуу каражаты катары уюштурулган кыймылдуу оюндун таасири боюнча изилдөөлөрдүн маалыматтары жана бул маалыматтардын пикир алышууга, моториканын диапазонун кеңейтүүгө, сөз байлыгын байытууга, психикалык сапаттарды өнүктүрүүгө, баланы аң-сезимдүү жүрүм-турумга үйрөтүүгө, демилгелүүлүккө жана өз алдынчалуулукка, психомотордук көндүмдөрдүн бузулушун оңдоого жагымдуу таасири көрсөтүлдү.

*Түйүндүү сөздөр:* адаптациялык кыймылдуу рекреация; угуу жөндөмдүүлүгү бузулган балдар; мектепке чейинки билим; психикалык бузулуунун алдын алуу; ашыкча чарчоо.

---

**PREVENTION OF OVERWORK OF CHILDREN WITH HEARING IMPAIRMENT  
IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS  
BY MEANS OF OUTDOOR GAMES**

*S.S. Matveeva, K.O. Sokolova, B.T. Orozbekova*

The article presents research data on the influence of organized outdoor play as a means of preventing overwork of preschool children with hearing impairment and its beneficial effect on speech communication, expanding the range of motor capabilities, enriching vocabulary, developing mental qualities, teaching a child to conscious behavior, initiative and independence, correcting psychomotor disorders.

*Keywords:* adaptive motor recreation; children with hearing impairment; preschool education; psychoprophylaxis; overwork.

**Актуальность.** На сегодняшний день большое внимание образованию детей уделяется, начиная с дошкольного возраста: уже в детских садах их обучают читать, писать, рисовать, считать. Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных программами дополнительного образования (% от общего числа детей данного возраста, по данным Министерства науки и высшего образования Российской Федерации (Минобрнауки России) в 2006 г. – 45 %, в 2018 г. – 74 %. Из-за большого объема новых знаний, требуемых усвоения, у детей могут снижаться познавательная активность, качество познавательной деятельности, повышаться утомляемость [1].

У некоторых дошкольников с пониженным слухом в большей степени проявляются следующие нарушения и расстройства:

- эмоциональные нарушения (проявление гнева, страха, боязни, тревоги);
- нарушения поведения (негативизм, агрессивность, жестокость к сверстникам);
- моторные расстройства (гиперактивность, психомоторное возбуждение, беспокойство, нервные тики, блефароспазм);
- вестибулярные расстройства (шаткая походка, «шарканье» ногами при ходьбе, головокружения);
- нарушения речи (мутизм, невнятность, скандированность речи) [2].

На всех этапах школьного обучения продуктивность внимания глухих учащихся остается более низкой по сравнению со слышащими сверстниками. Зрительный анализатор глухих принимает почти все раздражения на себя. По мере развития охранительного торможения в зрительных анализаторах происходит иррадиация тормозного процесса по коре головного мозга, захватывая и другие корковые центры [3].

Продуманная, хорошо организованная подвижная игра создает благоприятные условия для речевого общения детей, расширяет диапазон двигательных возможностей, обогащает словарный запас, развивает психические качества, приучает ребенка к осознанному поведению, стимулирует инициативу и самостоятельность, корректирует нарушения психомоторики [4].

**Цель исследования** – способствовать профилактике переутомления детей дошкольного

возраста с нарушением слуха в период подготовки к школе по средствам подвижных игр.

#### **Задачи:**

1) изучить специально-методическую литературу по вопросу применения подвижных игр для детей с нарушением слуха дошкольного возраста;

2) подобрать методы исследования эмоционального и психического состояния детей с нарушением слуха и их работоспособности;

3) разработать специальный комплекс подвижных игр для профилактики переутомления дошкольников подготовительной группы с нарушением слуха.

#### **Материалы и методы исследования**

**Объект исследования:** адаптивная двигательная рекреация детей дошкольного возраста с нарушением слуха.

**Предмет исследования:** профилактика переутомления у дошкольников подготовительной группы с нарушением слуха в процессе рекреационных занятий.

**Гипотеза.** Предполагалось, что применение разработанного комплекса подвижных игр как одного из средств адаптивной двигательной рекреации, будет положительно влиять на поддержание работоспособности умственной деятельности детей дошкольного возраста с нарушением слуха в период подготовки к школе.

Исследование проводилось на базе ГБДОУ детский сад «Кудесница» компенсирующего вида Петроградского района, г. Санкт-Петербург. Рекреационные занятия по разработанному комплексу подвижных игр проводились дважды в неделю два раза в день – утром и вечером на протяжении шести недель. К исследованию были привлечены дети подготовительной группы с нарушением слуха: 2 группы – контрольная и экспериментальная, по 4 человека в каждой. В экспериментальной группе занятия проводились с включением разработанного комплекса подвижных игр.

На рисунке 1 представлен фрагмент учебного плана образовательной деятельности организации, на базе которой проводилось исследование. В период подготовки к школе дети имеют ежедневную образовательную нагрузку, что подтверждает необходимость проведения мероприятий по профилактике переутомления.

### 3.3. Учебный план образовательной деятельности

Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (формы непрерывной образовательной деятельности, далее – ННОД; занятия) (в соответствии с требованиями СанПиН, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15. 05. 2013 г. № 26)

| Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в день | Продолжительность одного занятия | Количество образовательных занятий <u>в день</u> | Количество образовательных занятий <u>в неделю</u> | Перерывы между занятиями |
|--|----------------------------------|--|--|--------------------------|
| 50-60 минут  | 25-30 минут                      | 2-3  | 15   | не менее 10-15 минут     |

Примечание: В середине занятий статического характера проводится физкультминутка.

Рисунок 1 – Фрагмент учебного плана образовательной деятельности ГБДОУ детский сад «Кудесница» компенсирующего вида Петроградского района г. Санкт-Петербурга



Рисунок 2 – Содержание комплекса подвижных игр для профилактики переутомления детей дошкольного возраста с нарушением слуха

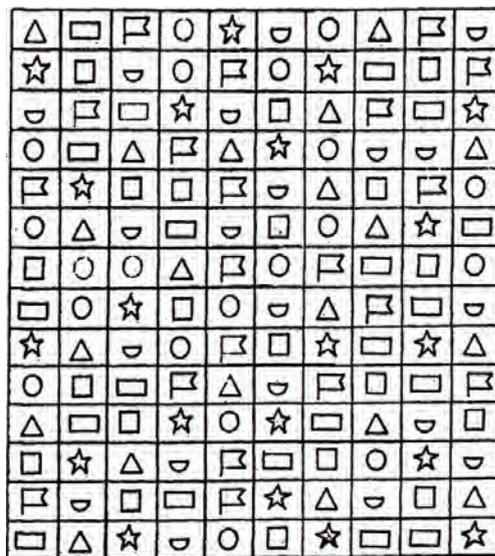


Рисунок 3 – Вариант применяемого стимульного материала

На *первом этапе* был осуществлен анализ научно-методической литературы по вопросам применения подвижных игр как средства адаптивной двигательной рекреации в работе с детьми с нарушением слуха дошкольного возраста.

На *втором этапе* нами были подобраны методы и тесты для исследования эмоционального фона, психического и психологического состояния детей дошкольного возраста.

На *третьем этапе* был разработан и применен специальный комплекс подвижных игр, направленных на рекреацию и улучшение работоспособности умственной деятельности детей дошкольного возраста.

Комплекс подвижных игр состоял из трех блоков (рисунок 2).

**Первый блок** игр направлен на выплеск негативных эмоций. Игры из данного блока применялись в середине недели, когда у детей накопились негативные эмоции, раздражение, усталость. Например, игра «Нападение», смысл которой заключается в том, что за определенное время необходимо как можно больше раз ударить грушу. Также применялась игра «Круши, ломай». Дети сначала строили башни, фигуры, а потом могли снести их и построить заново. Необходимо следить за безопасностью во время обращения с инвентарем во время данной игры.

В указанных играх дети могут выплеснуть свои негативные эмоции и с новыми силами продолжить заниматься подготовкой к школе.

**Второй блок** игр направлен на повышение эмоционального фона. Если у ребенка хорошее настроение, он позитивно настроен, то и подготовка к школе будет даваться ему легче.

**Первая игра «Танцы».** Учитель включает музыку, передает танцем стиль песни (веселая, грустная, медленная, быстрая) и танцует, дети понимают какая музыка играет и начинают повторять, придумывать свои движения. Опыт показал, что данная игра очень нравится детям и участвуют они в ней с удовольствием.

**Вторая игра «Отражение».** Дети становятся в одну шеренгу лицом к зеркалу, сзади встает учитель и задает смешные физиономии, которые дети должны повторить, в данной игре они видят не только учителя в отражении, но и своих друзей, что хорошо влияет на проведение игры, так как они начинают смеяться и уже сами придумывают физиономии, которые должны все повторить.

**Третий блок** игр направлен на развитие саморегуляции и самоконтроля. Для успешного обучения в школе детям необходимо иметь определенный уровень саморегуляции, чтобы выдерживать образовательную нагрузку на уроках.

Результат тестирования экспериментальной группы

|                | Результат (баллы) до | Результат (баллы) после |
|----------------|----------------------|-------------------------|
| Занимающийся 1 | 7                    | 14                      |
| Занимающийся 2 | 8                    | 13                      |
| Занимающийся 3 | 6                    | 12                      |
| Занимающийся 4 | 7                    | 10                      |

Результат тестирования контрольной группы

|                | Результат (баллы) до | Результат (баллы) после |
|----------------|----------------------|-------------------------|
| Занимающийся 1 | 7                    | 8                       |
| Занимающийся 2 | 6                    | 6                       |
| Занимающийся 3 | 8                    | 7                       |
| Занимающийся 4 | 5                    | 6                       |

**Примечание:** Чем больше получившаяся цифра, тем выше концентрация внимания. Этот показатель не имеет установленных числовых значений, так как зависит от конкретного стимульного материала. «К» не должно быть больше половины показателя «С» (такой результат означает, что испытуемый обладает очень низкой концентрацией и нуждается в специальной помощи психолога).

Рисунок 4 – Результаты исследования концентрации внимания по пробе Бурдона детей с нарушением слуха дошкольного возраста до и после применения разработанного комплекса подвижных игр

*Первая игра «Миссия невыполнима».* Дети проходят полосу препятствий, в руках у каждого ребенка по 2 буквы. Цель игры – пройти полосу препятствий (например, пройти по узкой скамейке, спрыгнуть аккуратно на маленький круг, пройти по прямой линии, проползти по натянутой с колокольчиком веревкой так, чтобы ничего не задеть), положить 2 буквы на стол и ждать остальных участников своей команды. Если полоса препятствий пройдена с нарушением, то преподаватель забирает одну букву. После выполнения задания всеми участниками составляется слово из всех букв.

*Вторая игра «Донеси».* Детям кладут на ладошку предмет, и они должны донести предмет в вытянутой руке на ладошке до определенного места. Игра усложняется, теперь кладут предмет на голову ребенка, далее игра может перейти на самый сложный этап – положить на ладошку и на голову по предмету. Каждый раз маршруты меняются.

Для определения эффективности применения разработанного комплекса подвижных игр были подобраны методы исследования психоэмоционального состояния детей с нарушением слуха и их работоспособности. Один из применяемых тестов – корректурная проба Бурдона (тест Бурдона) – направлен на исследование степени концентрации и устойчивости внимания.

Тест проводился с помощью специальных бланков (стимульный материал) с рядами расположенных в случайном порядке фигур (рисунков 3). Ребенок просматривал бланк ряд за рядом и вычеркивал определенные указанные в инструкции буквы или знаки (за 60 секунд).

Концентрация внимания занимающихся оценивалась по формуле

$$K = 2C/P,$$

где С – число строк таблицы, просмотренных испытуемым, а П – количество ошибок (пропусков или ошибочных зачеркиваний лишних

знаков). Результаты исследования представлены на рисунке 4.

Проба Бурдона была определена нами основным диагностическим тестом, так как доступна в использовании и носит для детей развлекательный характер, а также немаловажно, что, протестировав занимающихся один раз, полученные результаты можно интерпретировать для оценки нескольких показателей внимания: концентрации, устойчивости, переключаемости.

Хорошо организованная адаптивная двигательная рекреация создает благоприятные условия для профилактики переутомления и решает ряд задач по социализации [5].

**Заключение.** Таким образом, все перечисленные игры положительно влияют на детей, в них они могут выплеснуть свои негативные эмоции, получить новые позитивные, а также потренировать свои самоконтроль и внимание. Также немаловажно, что дети осваивают коммуникативные навыки.

#### **Практические рекомендации**

Подводя общий итог, можно констатировать рациональность применения подвижных игр для профилактики переутомления детей дошкольного возраста с нарушениями слуха.

#### **Литература**

1. Данные Министерства науки и высшего образования Российской Федерации. URL: <https://minobrnauki.gov.ru/>
2. Королева И.В. Дети с нарушениями слуха: книга для родителей и педагогов / И.В. Королева, П. Янн. СПб.: КАРО, 2011. 223 с.
3. Программа воспитания и обучения глухих детей дошкольного возраста / под ред. Л.П. Носковой. М.: Просвещение, 1991. 120 с.
4. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Л.В. Шапкова. М.: Советский спорт, 2002. 212 с.
5. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. М.: Спорт, 2016. 616 с.: ил.