

УДК 376.1–056.264–053.4

Грачёв В.Д.

ТРАДИЦИОННОЕ УШУ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ МОТОРНЫХ ФУНКЦИЙ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ДИЗАРТРИЕЙ

Ключевые слова: традиционное ушу, моторные функции, коррекция, дизартрия, дети дошкольного возраста, речь, мелкая моторика, общая моторика.

Темп нашей повседневной жизни стремительно растет, и сегодня умение адаптироваться к экстремальным ситуациям социальной среды так же актуально, как и физическое выживание [5, с. 69]. Но в настоящее время наблюдается тенденция роста числа детей, имеющих ограниченные возможности здоровья, значительно затрудняющие процессы адаптации. Одним из наиболее часто встречающихся видов ограничений здоровья является нарушение речевого развития, которое выявляется у многих детей. Наиболее распространенным речевым нарушением в последние годы является дизартрия. Дизартрия – нарушение произносительной стороны речи, возникающее вследствие органического поражения центральной нервной системы, произошедшего в пренатальный, натальный период или первые годы жизни ребенка [1, с. 191].

У детей-дизартриков отмечается ограниченная подвижность речевой и мимической мускулатуры. Речь такого ребенка характеризуется нечетким, смазанным звукопроизношением; голос тихий, слабый, а иногда, наоборот, резкий; ритм дыхания нарушен и не согласуется с ритмом речи; сама речь теряет свою плавность, темп речи может быть ускоренным или, наоборот, замедленным. Дети с дизартрией по своей клинико-психологической характеристике представляют собой крайне неоднородную группу. При этом нет взаимосвязи между тяжестью дефекта и выраженностью психоречевых нарушений. Дизартрия, в том числе и тяжелые ее формы, могут наблюдаться у детей с сохранным интеллектом, а легкие «стертые» ее проявления – как у детей с сохранным интеллектом, так и у детей с нарушениями интеллектуального развития. Дети с дизартрией по клинико-психологической характе-

ристике могут быть условно разделены на несколько групп в зависимости от их общего психофизического развития:

- дизартрия у детей с нормальным психофизическим развитием;
- дизартрия у детей с ДЦП (детский церебральный паралич);
- дизартрия у детей с олигофренией;
- дизартрия у детей с гидроцефалией;
- дизартрия у детей с ЗПР (задержка психического развития);
- дизартрия у детей с ММД (минимальная мозговая дисфункция).

Как показывают исследования М.М. Кольцовой, причинами возникновения дизартрии являются различные вредоносные факторы, которые могут воздействовать внутриутробно, в момент рождения и в раннем возрасте. Для детей с дизартрией характерны затруднения при выполнении физических упражнений. Про таких детей говорят, что они неуклюжие, потому что они не могут четко, точно выполнять различные двигательные упражнения. Им трудно удерживать равновесие, стоя на одной ноге, часто они не умеют прыгать на левой или правой ноге [1, с. 162].

Дети, страдающие дизартрией, отстают от нормально развивающихся сверстников в воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. По мнению Л.В. Лопатиной, у детей-дизартриков наблюдается плохая координация движений, неуверенность в выполнении дозированных движений, снижение скорости и ловкости их выполнения.

Особенно нарушена тонкая моторика кисти рук, что отмечается в работах как отечественных, так и зарубежных авторов. Обусловлено это физиологической связью развития речевой мо-

торики и тонкой моторики кисти руки. Так, в исследованиях Т.И. Бабенко, М.М. Безруких, С.П. Ефимова, Л. Йорк, Т.Л. Лидл, Б. Стоукс, П. Уокер указывается, что развитие тонких движений пальцев рук положительно влияет на функционирование речевых зон коры головного мозга. В работах Н.А. Берштейна, В.М. Бехтерева, О.М. Гуревич, М.М. Кольцовой отмечено, что развитие мелкой моторики пальцев рук положительно сказывается на становлении детской речи. В.А. Сухомлинский отмечал, что истоки способностей и дарования детей находятся на кончиках их пальцев. От них, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли. Чем больше уверенности и изобретательности в движениях детской руки, тем тоньше взаимодействие руки с орудием труда, тем сложнее движения, необходимые для этого взаимодействия, тем ярче творческая стихия детского разума. Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее [7, с. 196].

В современном обществе все большую популярность приобретают интегративные методы восстановления, укрепления и сохранения физического и психического здоровья детей. Сегодня нужна многофункциональная система, включающая в себя не только развитие физических качеств человека, но и его духовное развитие, воспитание характера, уверенности в себе. Система, которая имела бы значительный оздоровительный потенциал. Другими словами, такая система должна обеспечивать гармоничное развитие личности. Такой интегративной многофункциональной системой, на наш взгляд, является традиционное ушу.

В последние годы возрастает интерес к различным оздоровительным практикам Востока как способам кор-

рекции моторных функций у детей с нарушениями в развитии. Одновременно существует явный дефицит знаний в данной области. Те методики, которые существуют, представлены недостаточно, о них мало кто знает, однако интерес к восточным оздоровительным практикам, в частности к ушу, растет.

Ушу – это многофункциональная система, включающая в себя развитие всех качеств человека – физических, интеллектуальных и духовных, воспитание характера и уверенности в себе. Эта система имеет значительный оздоровительный потенциал. На протяжении всей истории развития боевых искусств в Китае этот комплекс духовного и физического воспитания имел множество названий. Сам термин «ушу» как «боевое искусство» стал употребляться очень давно, еще в III в. он обозначал боевые навыки, которые не только приобретаются от тренировок, но и даются небом, ведь «шу» – это священное искусство.

Проблемой изучения ушу как основы воспитания и оздоровления занимались философы, искусствоведы, медики, педагоги и психологи (Н.В. Абаев, В.Л. Асмолова, Л.Е. Бежин, Д. Гилби, А.А. Долин, Дэчань, Н.И. Конрад, А.А. Маслов, Мю Гуаньяда, Ху Бинь). Ученые с различных точек зрения подходили к пониманию роли ушу в жизни человека: как подсистемы культуры и основы традиций, как категории нравственного воспитания человека, как боевого искусства и средства защиты от врагов, как системы оздоровления и т.д. Однако ушу как средство коррекции физического развития детей, в частности коррекции моторных функций детей-дизартриков, имеющих проблемы в развитии тонкой и крупной моторики, до настоящего времени не рассматривалось в специ-

альных исследованиях. Как следствие, оздоровительный и коррекционно-развивающий потенциал ушу недостаточно используется в образовательном процессе ДОУ.

Проведенный нами анализ современных взглядов на коррекционно-оздоровительные возможности ушу позволил выявить следующее. Занятия ушу воспитывают человека, развитого гармонично: физически, духовно и интеллектуально. Основа закладывается на начальном этапе обучения. При этом чем младше дети, тем они более восприимчивы. Физические упражнения на раннем этапе более эффективны, чем у детей старшего возраста. Недаром в Китае ушу начинают заниматься с 3 лет [8]. Главная задача традиционного ушу – оздоровительная. Все упражнения в ушу, физические и дыхательные, являются оздоровительными. Так, в отличие от методик спортивного ушу, в традиционном ушу нет «гонки» на результат любыми способами, главное – это равномерное, гармоничное развитие всех качеств индивидуально для каждого, так как все дети разные, с разными способностями. Например, у одного от природы хорошая гибкость, а другому ребенку нужно больше времени, чтобы ее повысить, и поэтому в ушу учитывается физиология каждого ребенка. А если форсировать события путем больших физических нагрузок, ради достижения результатов на соревнованиях, то это может отрицательно сказаться на здоровье – травмируются суставы, истощается нервная система и т.д. Поэтому традиционное ушу – это система для всех детей, а не только для «способных» [5, с. 32].

В связи с интенсивным развитием ушу как целостной системы, направленной на гармоничное воспитание духовного, интеллектуального и физи-

ческого начал в человеке, а также с широким привлечением к занятиям ушу детей дошкольного возраста назрела объективная необходимость поиска новых эффективных средств и методов тренировки, включения элементов ушу в оздоровительные системы, реализуемые в дошкольных образовательных учреждениях. Результатом нашей исследовательской деятельности в этом направлении явилась разработанная совместно с С.Е. Кутасовым в 2005 г. программа по ушу Сань-шоу, основанная на закономерностях возрастной физиологии и психологии. Суть программы заключается в том, чтобы воздействовать на организм ребенка специфическими упражнениями, присущими традиционному ушу, для достижения психофизиологического здоровья. Практическое использование данной программы в течение нескольких лет показало ее эффективность в отношении развития физических качеств, волевых и личностных качеств, общего оздоровительного эффекта. Но перед нами встала новая проблема: как возможно использовать средства ушу для преодоления нарушений моторных функций у старших дошкольников, страдающих дизартрией? Для разрешения этой проблемы нами было проведено исследование, нацеленное на определение педагогических условий, обеспечивающих эффективность коррекции психомоторных функций у детей старшего дошкольного возраста средствами ушу.

Проведенный нами в ходе исследования анализ философской, искусствоведческой, медицинской и психолого-педагогической литературы позволил обнаружить противоречие между признанием ценности восточных оздоровительных практик, в частности ушу, и отсутствием специальных исследований, посвященных возможности

его использования для коррекции нарушений психомоторных функций у дошкольников, отсутствием четко разработанной методики коррекционно-оздоровительной работы с детьми, страдающими дизартрией.

Исследование по данной проблеме осуществлялось нами в три этапа. На первом этапе происходило изучение и сравнительный анализ философской, исторической, искусствоведческой, медицинской и психолого-педагогической литературы. Второй этап был связан с выявлением особенностей психомоторного развития детей-дизартриков. На этом же этапе был проведен констатирующий эксперимент. На третьем этапе был осуществлен формирующий педагогический эксперимент, где были апробированы педагогические условия коррекции тонкой и общей моторики у дошкольников, страдающих дизартрией, с использованием средств ушу.

Экспериментальная часть данного исследования проходила на базах ДОУ № 275, 278 г. Ростова-на-Дону. В эксперименте принимали участие воспитанники подготовительных логопедических групп дошкольных учреждений. Для выявления уровня общей моторики детям предлагался тест мотометрической шкалы Озерецкого-Гельнитца. Анализ полученных данных выявил такие особенности общей моторики, как снижение объема и точности движений, нарушение статической и динамической координации. У трети обследованных нами детей был зафиксирован синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Для этих детей характерна была моторная и общая психическая расторможенность, неумение регулировать свою двигательную активность, наличие лишних, ненужных движений, импульсивность. Для всех детей были характерны снижение физической выносливости, ухудшение координации движений, снижение объема и точности движений, нарушение статической и динамической координации.

вости, повышенная утомляемость при физических нагрузках.

Выявленные нами значительные нарушения в развитии психомоторных функций у старших дошкольников, страдающих дизартрией (количество детей со средним уровнем развития общей моторики в экспериментальных группах составило 30%, с низким – 70%), подтвердили наше предположение о необходимости включения в коррекционно-развивающую работу эффективных многофункциональных систем, одной из которых является традиционное ушу, способствующих одновременному развитию физических и волевых качеств, способности контролировать свою двигательную деятельность, развитию личностных качеств.

Приступая к формирующей части нашего исследования, мы исходили из того, что освоение оздоровительной практики ушу расширяет возможности ребенка в самооздоровлении, корректирует состояние его моторного развития, стимулируя развитие речи при соблюдении ряда условий:

- ушу реализуется как оздоровительная практика в общей системе физического развития и оздоровления детей, обеспечивающая возможность физического совершенствования, развития практически всех физических качеств дошкольника, которая выступает достаточно сильным фактором оздоровления и коррекции моторного развития у детей с речевыми нарушениями;
- применение данного вида восточной оздоровительной практики основывается на активной позиции педагога и ребенка, включенного в систему коррекционно-развивающей работы;
- использование средств ушу включено в систему работы по коррек-

ции психомоторных нарушений у дошкольников с дизартрией и осуществляется поэтапно: от общих элементов упражнений ушу, организованных в комплексы с нарастающей сложностью, – к специальному, целостным упражнениям, ориентированным на последовательное развитие моторных функций, произвольность физической деятельности, уверенность в собственных силах;

- реализуется индивидуальный подход в определении целей, задач и конкретных средств ушу, объема физической нагрузки, подбираемых каждому ребенку с дизартрией исходя из особенностей развития моторных функций, выявленных в процессе диагностики.

Для участия в эксперименте по развитию общей и мелкой моторики были созданы группы, каждая из которых включала около десяти воспитанников в возрасте 5–7 лет с диагнозом «дизартрия». Занятия по развитию общей и мелкой моторики с использованием средств ушу проводились три раза в неделю. Длительность занятий составляла 30–40 минут. Занятия с детьми проходили по следующему плану: на первых занятиях детям предлагались статические упражнения и упражнения, требующие малой двигательной активности, а также упражнения на развитие гибкости. Впоследствии эти упражнения усложнялись и добавлялись динамические упражнения, а также первый комплекс формальных упражнений, способствующий развитию координации движений.

В результате экспериментальной работы не только значительно повысились показатели развития моторных функций, но также, по данным анализа состояния здоровья, была снижена заболеваемость детей за период прове-

дения экспериментальной работы, что подтверждает оздоровительный эффект использования средств ушу. Полученные результаты подтверждают, что оздоровительные методики традиционного ушу гармонично воздействуют на человека, улучшая его движения, помогая ему достичь физического и духовного совершенства.

Литература

1. Волкова Л.С. Логопедия. М.: ВЛАДОС, 2006. Ч. 2.
2. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. М.: ФИС, 1971.
3. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления. М., 2000.
4. Кутасов С.Е., Грачев В.Д. Программа по ушу Саньшоу. Ростов н/Д: ЦТОМВ, 2005.
5. Лосева И.И. Семейное воспитание как социально-психологический фактор психосоматического здоровья ребенка-дошкольника // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки. 2011. № 2. С. 69–79.
6. Селиверстов В.И. Понятийно-терминологический словарь логопеда. М.: ВЛАДОС, 1997.
7. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. Киев, 1973.
8. Ушу для детей. URL: <http://www.indo-kitai.ru/text/ushu.php>.