

#### 4. Проба Ромберга «Аист».

Цель: оценить способность поддерживать равновесие тела в статическом режиме мышечной работы на одной ноге. Методика проведения: ребенок снимает обувь и занимает исходное положение: стойка на одной ноге, вторая сгибается в колене и прижимается стопой к внутренней стороне колена опорной ноги, руки на поясе. По готовности ребенок отрывает пятку опорной ноги от пола, в это же время запускается секундомер. Оценка: фиксируется время устойчивого стояния на одной ноге. Полученный результат фиксируется в секундах.

#### 5. Тест «Челночный бег».

Цель: определение ориентации в пространстве, умения управлять своими движениями. Методика проведения: по команде методиста, испытуемый становится в положение высокого старта за стартовой чертой с любой стороны набивного мяча, лежащий на финишной черте, возвращается назад, снова обегал мяч, лежащий на линии старта, бежал в третий и четвертый раз 10 метров и финишировал. Оценка: фиксируется время челночного бега (4×10 м) с точностью до десятой доли секунды.

По результатам проведенных контрольных тестов, можно проводить сравнительный анализ развития дыхательной системы у детей с заболеванием бронхиальная астма и со здоровыми сверстниками.

Использование физических упражнений для лечения и профилактики бронхиальной астмы способствует ликвидации или уменьшению патологических процессов в органах дыхания, а так же способствовать развитию компенсаторных механизмов, улучшающих дыхание при необратимых морфологических изменениях аппарата внешнего дыхания. Так же проведение лечебной физкультуры при бронхиальной астме способствует снижению частоты обострений, уменьшению потребности в лекарствах.

#### Список использованных источников

1. Гитун, Т. В. Лечение бронхиальной астмы. Новейшие медицинские методики / Т. В. Гитун. – М.: Изд-во «РИПОЛ Классик», 2008. – 64с.
2. Чучалин, А. Г. Бронхиальная астма / А. Г. Чучалин. – М.: Медицина, 2006. – 160 с.

УДК 376.016:796–053.5+616.89

## ТЕСТИРОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ РАВНОВЕСИЯ У ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ

*Калюжин В.Г., доц., Радченко О.С., студ.*

*Белорусский государственный университет физической культуры,*

*г. Минск, Беларусь*

Реферат. Работа посвящена одной из актуальнейших проблем адаптивной физической культуры – выявлению средств и методов объективизации процесса тестирования уровня развития равновесия у детей с нарушениями речи.

Ключевые слова: равновесие, нарушение речи, тестирование, дети.

Введение. Речь – важнейшая психическая функция, присущая только человеку. На основе речи и ее смысловой единицы – слова формируются и развиваются такие психические процессы, как восприятие воображение, память, мышление. Когда у ребенка сохранен слух, не нарушен интеллект, но имеются значительные речевые нарушения, которые не могут не сказаться на формировании всей его психики, говорят об особой категории аномальных детей – детей с речевыми нарушениями [1].

Под двигательльно-координационными способностями понимаются способности быстро, точно, целесообразно, экономно и находчиво решать двигательные задачи (особенно сложные и возникающие неожиданно). Равновесия и его развитие зависит от способности удерживать устойчивое положение тела, оно заключается в устойчивости позы в статических положениях и ее балансировке во время перемещения [2].

Упражнения на координацию движений и в равновесии применяются для тренировки вестибулярного аппарата, неврологических заболеваний, нарушениях речи и др.

Выполняются в основных исходных положениях: обычная стойка, на узкой площади опоры, стоя на одной ноге, на носках, с открытыми и закрытыми глазами, с предметами и без них. Форма и содержание проведения занятия должны быть связаны с основной деятельностью ребенка (игровой, учебной), а его возраст должен определять подбор неречевого и речевого материала, методику работы, индивидуальный подход [3].

**Цель работы.** Основной задачей нашего исследования явилось определение развития равновесия у детей с нарушениями речи и разработка коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие равновесия у детей дошкольного возраста с нарушениями речи. Для решения поставленной задачи нами был проведен педагогический эксперимент, в котором приняли участие две группы детей по 10 человек: экспериментальная группа детей с нарушениями речи и контрольная группа здоровых детей дошкольного возраста.

**Методы исследований.** Для оценки показателей уровня развития равновесия у детей с нарушениями речи были использованы тесты: определение уровня развития статического равновесия; определение уровня динамического равновесия; определение уровня развития равновесия в неустойчивом положении.

**Тест «Стойка на носках».** Цель: определение статического равновесия. Методика: ребенок становится прямо, приподнимается на носки, руки на поясе, глаза закрыты. Оценка: фиксируется время устойчивости в данной стойке.

**Тест «Фламинго».** Цель: определение статического равновесия. Методика: ребенок становится на правую ногу, левая согнута в колене и прижата стопой к внутренней стороне колена опорной ноги, руки на поясе, глаза закрыты. Оценка: определяется время устойчивости в этой позе.

**Тест «Ласточка».** Цель: определение статического равновесия. Методика: на толчковой ноге, другая отведена назад в тазобедренном суставе на 90°, туловище в наклоне вперед, руки в стороны, глаза открыты. Оценка: определяется время удержания равновесия в данной позе.

**Проба Ромберга (усложненная).** Цель: определение статического равновесия. Методика: испытуемый стоит с опорой на две ноги (пятки вместе, носки немного врозь), глаза закрыты, руки вытянуты вперед, пальцы несколько разведены. Оценка: определяется время (в секундах) устойчивости в данной позе.

**Проба «пяточно-носочная».** Цель: определение статического равновесия. Методика: испытуемый должен стоять так, чтобы ноги его были на одной линии, при этом пятка одной ноги касается носка другой ноги, глаза закрыты, руки вытянуты вперед, пальцы разведены. Оценка: фиксируется время устойчивости в данной позе.

**Тест «Бег вперед-назад».** Цель: определение динамического равновесия. Методика: дистанция 5 метров, начало дистанции и ее конец обозначены фишками. Ребенок должен пробежать вперед и вернуться назад спиной. Оценка: отмечается время, которое ушло на преодоление дистанции.

**Тест «Ходьба по ленте».** Цель: определение динамического равновесия. Оборудование: лента длиной 3 м, шириной 5 см. Методика: положить на пол, ленту закрепив ее. Ребенок, стоя, спина прямая, руки в стороны для балансирования. Аккуратно ступать по ленте, ставя пятку одной ноги перед носком другой. Оценка: фиксируется время прохождения по ленте.

**Тест «Перешагивание».** Цель: сохранение динамического равновесия. Оборудование: лента (длина – 3 м, ширина – 5 см), кубики размером 10×10 см. Методика: закрепить на полу ленту, расположить на ней кубики на расстоянии 30 см. Стоя, спина прямая, руки в стороны для балансирования, глаза открыты. Необходимо как можно быстрее пройти по ленте перешагнув все кубики, не сдвинув их с места до конца ленты и обратно. Оценка: фиксируется время прохождения дистанции.

**Тест «Мостик прямо».** Цель: сохранение динамического равновесия. Оборудование: гимнастическая скамейка (ширина 10 см). Методика: по команде ребенок становится на скамейку и проходит до конца скамейки, прыгнув с нее. Оценка: время прохождения (в секундах).

**Тест «Мостик боком».** Цель: сохранение динамического равновесия. Оборудование: гимнастическая скамейка (ширина 10 см). Методика: по команде ребенок становится на скамейку боком и приставными шагами проходит до конца скамейки, прыгнув с нее. Оценка: время прохождения (в секундах).

*Тест «Ловля мяча на двух ногах».* Цель: определение равновесия в неустойчивом положении тела. Оборудование: резиновый мячик (диаметр 15–20 см, вес 300–310 г). Методика: стоя на полу, взяв в руки мяч, по команде ребенок начинает подбрасывать его и ловить. Если мяч не удалось поймать, то дается следующий, без остановки секундомера. Оценка: фиксируется количество словленных мячей за 1 минуту.

*Тест «Ловля мяча на одной ноге».* Цель: определение равновесия в неустойчивом положении тела. Оборудование: резиновый мячик (диаметр 15–20 см, вес 300–310 г). Методика: одна нога опорная, другая согнута в коленном суставе на 45°. Взяв в руки мяч, по команде ребенок начинает подбрасывать его и ловить. Если мяч не удалось поймать, то дается следующий, без остановки секундомера. Оценка: фиксируется количество словленных мячей за 1 минуту.

*Тест «Массажная подушка».* Цель: определение равновесия в неустойчивом положении тела. Оборудование: массажная подушка (вес 2,5 кг). Методика: встать двумя ногами на балансировочный диск и удерживать тело, разведя руки в стороны с закрытыми глазами. Оценка: фиксируется время удержания равновесия.

Результаты и их обсуждение. Был проведен сравнительный анализ уровня развития равновесия у детей с нарушениями речи и у здоровых детей того же возраста, но без данной патологии (табл. 1).

Таблица 1 – Сравнение уровней развития равновесия у детей с нарушениями речи и у их здоровых сверстников

ТЕСТЫ	Нарушение речи	Здоровые дети	t <sub>факт.</sub>	t <sub>крит.</sub>	P
Стойка на носках (с)	6,2±0,72	12,8±0,64	6,78	3,65	<0,001
Фламинго (с)	3,7±0,35	9,7±0,43	10,6	3,65	<0,001
Ласточка (с)	1,8±0,19	4,6±0,17	10,7	3,65	<0,001
Проба Ромберга усложненная (с)	10,1±0,24	17,4±1,21	5,88	3,65	<0,001
Проба «пяточно-носочная» (с)	3,9±0,30	9,2±0,38	10,7	3,65	<0,001
Бег вперед-назад (с)	7,7±0,34	4,2±0,19	8,93	3,65	<0,001
Ходьба по ленте (с)	11,7±0,59	8,7±0,38	4,24	3,65	<0,001
Перешагивание (с)	5,7±0,27	3,2±0,25	6,81	3,65	<0,001
Мостик прямо (с)	4,8±0,15	3,3±0,25	5,09	3,65	<0,001
Мостик боком (с)	6,2±0,15	4,7±0,26	4,93	3,65	<0,001
Ловля мяча на двух ногах (с)	5,8±0,23	9,5±0,32	9,46	3,65	<0,001
Ловля мяча на одной ноге (с)	1,8±0,19	5,2±0,33	8,93	3,65	<0,001
Массажная подушка (с)	19,5±0,98	55,3±2,29	14,3	3,65	<0,001

Вывод. После проведения исследования было выявлено, что у детей с нарушениями речи наблюдаются значительные нарушения в развитии равновесия, что диктовало необходимость проведения с ними дополнительных занятий по адаптивной физической культуре.

#### Список использованных источников

1. Попов, С. Н. Физическая реабилитация: учебное пособие / С. Н. Попов. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005. – 608 с.
2. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с.
3. Шапкова, Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры / Л. В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2003. – 464 с.