

СЕКЦИЯ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ»

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ КАРАТЭ КИОКУШИНКАЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

А.В. Трубина, М.Н. Кодакова

Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

Обоснование. Преподавание каратэ гиокушинкай для детей с ограниченными возможностями здоровья рассматривается как оригинальная составляющая процесса их физического и интеллектуального развития.

Обучение каратэ киокушинкай представляет совокупность множества сложнокоординационных двигательных действий, обеспечивающих продуктивную деятельность. Развитие физических качеств и современный подход к их развитию требует применения комплекса методик и приемов в рамках тренировочного процесса.

Двигательная сфера юного бойца тесно связана с функцией слухового анализатора. Нарушение слуха оказывает влияние на двигательную деятельность спортсмена, но в первую очередь это сказывается на координационных способностях.

Цель — определить особенности преподавания каратэ киокушинкай для детей младшего школьного возраста с нарушением слуха.

Методы. При обучении карате детей с нарушениями слуха могут использоваться следующие приемы и методы:

- наглядные (демонстрация упражнений на личном примере, демонстрация упражнений старшим учеником, который бы задействовал физическую и образную память ребенка);
- словесные (использование невербальной коммуникации, оценки для выявления ошибок и неточностей в выполнении упражнений; проговаривание названий ударных и блокирующих техник, озвучивание каждого элемента в момент его выполнения — «боевой крик»);
- звуковые (свисток, хлопок, сирена, звуковой таймер);
- практические (использование подводящих упражнений, коррекция ошибок и их последующее исправление, индивидуальная корректировка направления ударов и посадки стоек).

Нами были разработаны упражнения на формирование координационных способностей у слабослышащих детей. Данные упражнения направлены на развитие статического и динамического равновесия, умение работать по сигналу (световому, цветовому или тактильному).

1. И.п. — боевая стойка (камаэ), по световому сигналу (вспышка фонаря), нанесение удара мавашигери дзедан (в голову), задержка в статике 2 секунды, опускаем ногу. Возврат в И.п.

2. И.п. — боевая стойка (камаэ). Тренер дает 3 цветовых сигнала при помощи карточек зеленая — удар ногой дзедан (в голову), желтая — уда ногой чудан (в туловище), красная — удар ногой гедан (в ногу). Задержка в статике 2 секунды. Возврат в И.п.

3. И.п. — боевая стойка (камаэ). Тренер дает тактильный сигнал — касание руки или ноги. Задача ученика — нанести одиночный удар той частью тела, что коснулся. Задержка в статике 2 секунды. Возврат в И.п.

4. И.п. — боевая стойка (камаэ). Тренер дает сигнал-жест рукой (рука в сторону). Задача ученика — прыжком в боевой стойке повернуться в нужную сторону, задержка в статике 2 секунды, возврат в И.п.

5. И.п. — боевая стойка (камаэ). Тренер дает 3 сигнала в виде карточек с цифрами «1, 2, 3». Цифра на карточке — количество ударов в комбинации. Обязательное условие — в тройке обязательно должно быть два удара ногами. Ученик выполняет комбинацию, возврат в И.п.

Результаты. В процессе применения составленных нами упражнений на тренировочных занятиях с детьми с нарушением слуха мы пришли к выводу — упражнения оказывают положительное влияние на формирование координационных способностей.

Выводы. Таким образом, составленные упражнения позволяют адаптировать занятия каратэ для детей с нарушением слуха с целью повышения эффективности процесса развития координационных способностей. В дальнейшем, при разработке методики преподавания каратэ киокушинкай для детей с нарушением слуха, позволит полностью адаптировать вид спорта под данный контингент занимающихся.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями здоровья; дети младшего школьного возраста; нарушение слуха; каратэ киокушинкай; средства каратэ.

Список литературы

1. Дерябина Г.И., Филаткин А.С., Калмыков С.А. Адаптивное карате как средство развития координационных способностей у детей 8–10 лет с нарушением слуха // Культура физ. и здоровье. 2018. № 1 (65). С. 132–136.
2. Евсеева С.П., Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник: в 2 т. Т. 1: Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под общ. ред. проф. С.П. Евсеева. Москва: Совет. спорт, 2003.
3. Фарфель В.С. Классификация движений в спорте // Теория и практика физ. культуры. 1970. № 11. С. 4–7.
4. Бахарев Ю.А., Ермильчев А.В., Тупицын В.П. и др. Занятия каратэ как средство развития координационных способностей детей среднего школьного возраста с нарушением слуха // Адаптивная физическая культура. 2019. № 1 (77). С. 8–10.
5. Дерябина Г.И., Лернер В.Л., Филаткин А.С. и др. Особенности проявления координационных способностей у лиц с нарушением слуха // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2018. Т. 3. № 4. С. 40–43.

Сведения об авторах:

Анна Вячеславовна Трубина — студентка, группа ФФКС-м21Тз, факультет физической культуры и спорта; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: trubina.anna@list.ru

Марина Николаевна Кодакова — научный руководитель, кандидат медицинских наук, доцент; доцент кафедры теоретических основ физического воспитания; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: matilda6619@mail.ru