

давать школы и училища епархиальному ведомству с целью удешевления их стоимости. Безответственное отношение сельских обществ к обеспечению школ приводило к отсутствию в них учебных предметов первой необходимости (аспидных досок, букварей и др.), помещения школ часто не отвечали необходимым санитарно-гигиеническим нормам. Но благодаря работе земских учреждений Вологодской губернии к началу XX века ситуация начала стабилизироваться. Увеличение финансирования начальных школ и училищ привело к росту количества учебных заведений и учащихся, посещающих их. Несмотря на все меры, предпринимаемые земскими учреждениями в сфере школьного образования, к первой четверти XX в. проблема всеобщей грамотности в губернии была все еще не решена.

Литература

1. Белокопский, И. П. Обзор деятельности земств по народному образованию за 1899 год / И. П. Белокопский // Русская школа. – 1900. – №1.
2. Вологодский сборник / ред. Ф. А. Арсеньев. – Вологда, 1879. – Т. 1.
3. Деятельность Вологодского Губернского Земства по народному образованию // Вологжанин: Лит.-науч. сборник. – Вологда, 1895.
4. Ежегодник Вологодской губернии на 1914 г. – Вологда, 1913.
5. Журналы Вологодского губернского земского собрания. Доклады управы по народному образованию за 1873 год. – Вологда, 1874.
6. Журналы Вологодского губернского земского собрания. Доклады управы по народному образованию за 1915 год. – Вологда, 1916.
7. Звягинцев, Е. Н. Полвека земской деятельности по народному образованию / Е. Н. Звягинцев. – М., 1915.
8. Лосев, С. О низших учебных заведениях Вологодской губернии за 1911 год / С. Лосев. – Вологда, 1912.
9. Начальное образование в Вологодской губернии // Северный край. – 1899. – № 119.
10. Очерки истории школы и педагогической мысли народов СССР. Вторая половина XIX века / под ред. А. И. Пискунова. – М., 1976.
11. Пшеницын, В. А. Народное образование в Вологодском уезде в 1911–1912 учебном году / В. А. Пшеницын. – Вологда, 1912.
12. Сборник постановлений по народному образованию уездных земских собраний Вологодской губернии за 1909 год. – Вологда, 1910.
13. Текущая школьная статистика Вологодского губернского земства. – Вып. 7. – Вологда, 1909.
14. Успенский, М. И. Начальное образование в С.-Петербургском учебном округе / М. И. Успенский. – СПб., 1914.

УДК 37

В. Д. Грачев

Южный федеральный университет

ТРАДИЦИОННОЕ УШУ КАК ИННОВАЦИОННЫЙ СПОСОБ РАЗВИТИЯ, КОРРЕКЦИИ И ПРОФИЛАКТИКИ СТАТОКИНЕТИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ У ДЕТЕЙ С ПРОБЛЕМАМИ В РАЗВИТИИ

Статья посвящена актуальной на сегодняшний день проблеме: развитию, коррекции и профилактике статокINETических функций у детей с проблемами в развитии при помощи нетрадиционных методов на основе традиционного ушу. Рассматриваются современные авторские программы, использующие ушу в коррекционно-развивающих целях в работе с детьми, имеющими проблемы в развитии.

Традиционное ушу, статокINETические функции, дети с проблемами в развитии.

The article deals with the topical problem: the development, preventive care and correction of statokINETic functions in children with development problems, with the help of non-conventional approach based on traditional wushu. We consider the current authors program using wushu for correction and development of children with development problems.

Traditional wushu, statokINETic function, children with development problems.

Введение.

Актуальность данного исследования обусловлена тем, что в современном обществе переоценена важность материальных ценностей, в то время как гармония человеческого общества с Природой и Космосом уходят на второстепенный план. В сложившейся ситуации психофизическая и психоэмоциональная подготовленность детей дошкольного и младшего школьного возраста ставится под угрозу.

Известно, что развитие ребенка напрямую зависит от его взаимосвязи с окружающим его миром и социу-

мом. При этом возраст от 5 до 7 лет является благоприятным периодом для развития статокINETических функций, которые позволяют дошкольникам эффективно взаимодействовать с окружающей средой и совершенствовать полученные навыки.

В последние годы продолжается поиск новых, нетрадиционных методов коррекции статокINETических функций у детей с проблемами в развитии. К инновационным способам можно отнести традиционные для Дальнего Востока системы воспитания, одной из которых является система традиционного

ушу. При этом имеется дефицит знаний в данной области. Те методики, которые существуют, зачастую научно не обоснованы и ориентированы в основном на спортивную подготовку детей, а оздоровительной составляющей уделяется недостаточно внимания.

Традиционное ушу имеет потенциально значимые возможности для развития статокинетических функций у детей, являясь привлекательным средством физической культуры, способным обогатить двигательный опыт как нормально развивающихся детей, так и имеющих проблемы в развитии.

Основная часть.

Статокинетические функции – это сфера двигательных функций организма и связанных с ними физиологических и психологических явлений, под которыми понимается способность организма удерживать и контролировать определенное положение тела в пространстве и изменять его в зависимости от определенной ситуации. Также следует отметить, что термин «статокинетические функции» объединяет в себе несколько процессов, таких как координация, равновесие, устойчивость, мелкая и общая моторика.

Проблема использования возможностей ушу как системы воспитания и оздоровления детей, подростков и взрослых рассматривалась в исследованиях В. Л. Асмоловой, Н. В. Абаева, М. Б. Ингерлейба, С. С. Липовецкого, Ли Цифана, А. А. Маслова, А. В. Попова, М. Б. Маринова, Д. В. Елина и др. Роль ушу рассматривалась в жизни человека в различных аспектах: как категория нравственного воспитания человека, подсистема традиционно-восточной философской культуры, как боевое искусство и средство защиты от врагов, а также как система оздоровления занимающегося. В то же время возможности ушу как способа развития, коррекции и профилактики статокинетических функций у детей, имеющих проблемы в развитии моторных функций, в научных исследованиях до настоящего времени не рассматривались.

По мнению доктора исторических наук Российского университета дружбы народов, а также выпускника Академии ушу монастыря Шаолинь Маслова Алексея Александровича, ушу – это в первую очередь воспитание души, а не объяснение техники поединка. Достижение благодати и нравственных свойств в процессе тренировки ставится на первое место, оставляя позади собственно техническое мастерство [2, с. 7]. Также А. А. Маслов отмечает, что многие школы боевых искусств были одновременно и ячейками воспитания молодых людей, где они учились грамоте и ритуалам, постигали нормы поведения в китайском обществе. К этому выводу он пришел, исследуя труды известных мастеров ушу, которые были описаны в «Книге о технике боя» («Уцзишу»), автором которой стал Чан Найчжоу, живший в XVIII веке. Чан Найчжоу писал, что, изучая кулачное искусство, прежде всего надо совершать добродетельные поступки, в мирских делах быть почтительным и скромным. Не вступать в бой с

другими людьми и только таким образом стать истинным человеком [2, с. 6].

Проведя анализ философских, исторических и спортивно-оздоровительных источников литературы, мы пришли к выводу, что ушу является многофункциональной системой, воздействующей на физическое, психоэмоциональное, интеллектуальное и духовное развитие человека.

В связи с популяризацией ушу в России, как комплексной системы, направленной на оздоровление занимающегося, возникла объективная необходимость в поисках новых, эффективных средств и методов коррекционной работы для детей с проблемами в развитии.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования состоит в том, что:

- впервые в коррекционной педагогике проведено исследование, в котором теоретически обосновывается система коррекции статокинетических функций у детей с проблемами в развитии на основе использования восточных оздоровительных практик с использованием элементов традиционного ушу, способствующих оздоровлению ребенка в целом;
- разработана совокупность педагогических методов коррекции статокинетических функций у детей с проблемами в развитии;
- научно обоснован комплексный подход к коррекции статокинетических функций у детей с проблемами в развитии, с использованием методов традиционного ушу;
- разработаны и апробированы программы по традиционному ушу для системы дополнительного образования детей, общеобразовательных школ и ДОУ;
- определена система взаимообусловленных компонентов образовательного процесса: содержание, средства, методы, обеспечивающие коррекцию статокинетических функций у детей с проблемами в развитии.

Практическая значимость исследования заключается в том, что:

- разработана и внедрена в деятельность программа психофизического воздействия «Чудесное измерение»;
- созданы индивидуальные оздоровительные комплексы упражнений традиционного ушу, которые могут использоваться в комплексной работе по физическому развитию для детей с проблемами в развитии, в рамках дополнительного образования;
- определены и апробированы формы организации различных видов взаимодействия ребенка с педагогом в процессе реализации использования ушу как оздоровительной системы, влияющей на развитие статокинетических функций организма.

В ходе опытно-экспериментальной работы по развитию статокинетических функций были сформированы группы для детей, имеющих проблемы в развитии. Подготовлены специалисты дневного отделения АПП ЮФУ – кафедры коррекционной педагогики, прошедшие обучение по программе «Чудесное измерение» и защитившие курсовые и дипломные работы, посвященные коррекционным воз-

возможностям традиционного ушу для детей с проблемами в развитии.

Перейдем к рассмотрению педагогического эксперимента, цель которого состояла в выявлении уровня сформированности статокинетических функций у детей с проблемами в развитии. В рамках данного исследования для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Исследовать особенности развития статокинетических функций у детей с проблемами в развитии.
2. Систематизировать существующие методы диагностики статокинетических функций и выявить наиболее результативные из них.
3. Определить критерии оценки статокинетических функций и на основе выделенных критериев выделить уровни их развития у старших дошкольников с проблемами в развитии.

При разработке комплекса диагностических методик нами проанализированы исследования Н. Н. Ефименко и Б. В. Сермеева, Н. И. Озерецкого, в которых представлены методики для определения уровня развития двигательных функций у детей. Методики, предлагаемые Н. Н. Ефименко и Б. В. Сермеевым, включают в себя пробу Ромберга, позу «аиста» или «журавля», позволяющие диагностировать состояние статического равновесия [1]. Также были использованы элементы методики Н. И. Озерецкого, позволяющие выявить уровень развития двигательных умений, отдельных компонентов статокинетических функций у детей и подростков.

Результаты проведенной диагностики испытуемых свидетельствовали о низком уровне развития статокинетических функций у детей с проблемами в развитии. Мы, используя специально разработанную комплексную систему на основе традиционного ушу, попытались способствовать развитию, коррекции и профилактике статокинетических функций у детей, а также воздействовать на целостное физическое, интеллектуальное и духовное развитие.

Далее перейдем к рассмотрению формирующего эксперимента, цель которого – разработать систему занятий коррекции статокинетических функций у детей с ММД на основе использования восточных оздоровительных практик с применением элементов традиционного ушу.

За основу нами были взяты авторские разработки, одна из них была выпущена в Ростове-на-Дону в 2005 г. (авторы: С. Е. Кутасов и В. Д. Грачев), предназначенная для спортивных школ и основанная на знаниях возрастной физиологии и психологии. Данная программа в 2008 г. заняла первое место в России среди авторских программ дополнительного образования детей. Другой программой стала выпущенная в 2009 г. доктором философских наук и преподавателем ЮФУ М. Б. Мариновым и аспирантом Д. В. Елиным «Ушу – путь обретения здоровья». В ней особое внимание уделено оздоровительному аспекту традиционного ушу [2]. Для разработки комплекса занятия также использовалась эксклюзивная программа группового и индивидуального психофизического совершенствования физкультурной и спортивной направленности «Чудесное изме-

рение», выпущенная А. В. Поповым в 2010 г. Данная программа основывается на традиционных методах «внутренних» и «внешних» школ китайского ушу и цигун. Уникальность данной программы заключается в соединении древних традиционных методик, издавна используемых в Китае, с современным научным подходом, что делает возможным использование бесценного опыта старых мастеров современным человеком, живущим в социуме [5, с. 2].

На основе методических пособий М. Б. Ингерлейба, М. Б. Маринова, А. В. Попова, Д. В. Елина, С. Е. Кутасова нами был разработан специальный комплекс упражнений и коррекционных занятий для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Формирование статокинетических функций у детей с проблемами в развитии на основе методик традиционного ушу проходило в три этапа. На первом этапе обучения участники экспериментальных групп осваивали комплекс по развитию мышц и сухожилий по методике, предложенной А. В. Поповым и А. Р. Хачемизовым в программе «Чудесное измерение». Согласно традиционным принципам обучения и методикам, изложенным А. В. Поповым в программе «Чудесное измерение», обучение целесообразно начинать с так называемых «корневых базовых методов». Условно данный вид упражнений может быть назван «Китайская йога» [5]. На этом этапе происходит развитие и укрепление связок и сухожилий, определенных мышечных групп, совершенствуется вестибулярный аппарат, осуществляется постановка правильного диафрагмального дыхания. Закладываются основы правильных стоек для развития статического равновесия. Дыхание играет важную роль при выполнении различных упражнений традиционного ушу, усиливая их эффект. Дыхательные упражнения подбирались согласно анализу различных методик, представленных Б. А. Медведевым и М. Б. Ингерлейбом в работе «Животворящее дыхание или мозг должен дышать» [4]. Также участники эксперимента обучались элементам, развивающим мелкую моторику кисти рук, через освоение упражнений традиционного ушу, в которых задействована кисть. Данные упражнения основывались на программе по Ушу-Саньшоу, для спортивных школ из раздела для детей дошкольного возраста на спортивно-оздоровительном этапе. Авторы данной программы – С. Е. Кутасов, В. Д. Грачев и др. Разучивались игры, влияющие на развитие реакции в парах. В процессе выполнения упражнений на данном этапе акцент был сделан на развитии чувства гибкости и эластичности мышц, связок и сухожилий; способности сохранять статическое равновесие, способности к произвольному расслаблению и напряжению мышц.

На втором этапе обучения разучивались упражнения в динамическом исполнении (различные виды махов), нанесение из стоек различных видов ударов и блокирующих элементов, благодаря которым закладываются правильные двигательные стереотипы, влияющие на динамическое равновесие. Изучаемые упражнения через правильную динамику исполне-

ния позволяли скорректировать мышечное напряжение, необходимое для качественного выполнения двигательного акта. Акцент на втором этапе обучения ставился на развитии динамического равновесия, способности к переключению двигательных действий. На втором этапе коррекционной работы участники эксперимента изучали более сложный оздоровительный комплекс упражнений «Цигун», в который включены дыхательные и медитативные практики.

На третьем этапе происходило изучение несложных комплексов традиционного ушу, которые закрепляют ранее полученные навыки в овладении статическим и динамическим равновесием, координацией и позволяют перейти к освоению способности ориентироваться в окружающем пространстве. Участники эксперимента изучали элементы современного комплекса гимнастики «Тайцзицюань», разработанного в качестве одной из мер оздоровления нации в КНР в середине XX века по заказу правительства Китая. Упражнения данного комплекса изучались на месте и в движении, с сосредоточением на работе рук, потом ног, а затем целостного выполнения упражнения, в котором задействованы наиболее активные сегменты человеческого тела. Терапевтический эффект от данного комплекса позволяет сбалансировать работу правого и левого полушарий, способствует правильному распределению энергии в организме, перераспределяя вниз излишнюю энергию верхней части тела.

Также на данном этапе работы детям предлагались игры на развитие статокинетических функций на основе восточных единоборств, с различными типами заданий, где акцент ставился на точности и скорости движения, предлагались игры на развитие силы с элементами борьбы. Применялись парные упражнения ушу, характеризующиеся постоянным взаимодействием партнеров через точку контакта. Параллельно на всех этапах шло знакомство с чайной культурой и чайной церемонией.

После формирующего эксперимента было проведено повторное обследование, которое показало, что в экспериментальной группе результаты всех показателей качественно улучшились по сравнению с данными на этапе констатирующего эксперимента. За период проведения эксперимента у испытуемых произошли качественные положительные изменения в развитии исследуемых функций. Об этом факте свидетельствуют показатели прироста уровня развития статокинетических функций.

Результаты исследования подтверждают эффективность опытно-экспериментального исследования по коррекции статокинетических функций у детей с проблемами в развитии. Проведенный контрольный эксперимент подтвердил положительные изменения

в развитии статокинетических функций у детей с проблемами в развитии.

Выводы.

1. По итогам педагогических наблюдений на физкультурных занятиях обнаружены недостатки в методике развития статокинетических функций у детей 5–7 лет, так как отсутствует акцентирование внимания на развитии статокинетических функций.

2. Ушу как комплексная система является сложной формой совершенствования статокинетических функций, анализ техники традиционно ушу позволил установить, на какие двигательные сферы особенно эффективно влияет данная гимнастика.

3. Разработана экспериментальная методика развития статокинетических функций, основанная на рекомендациях А. В. Попова, М. Б. Маринова, Д. В. Елина, С. Е. Кутасова, в сочетании с общеразвивающими упражнениями и подвижными играми.

4. В результате проведенного педагогического эксперимента доказана эффективность разработанной методики развития статокинетических функций у детей 5–7 лет у детей с минимальной мозговой дисфункцией.

5. Познание ушу как боевого и оздоровительного искусства расширяет возможности ребенка в самооздоровлении, корректирует состояние его нервной системы, стимулируя развитие статокинетических функций. По окончании эксперимента обнаружен качественный прирост всех измеряемых показателей у детей в экспериментальной группе.

Полученные результаты имеют определенный методический и научный интерес и могут быть рекомендованы педагогам к использованию на занятиях физической культурой. Таким образом, использование методов традиционного ушу для коррекции статокинетических функций является интегральной подготовкой, которая сочетает в себе различные оздоровительные элементы и дает комплексный эффект физического, интеллектуального и духовного воспитания.

Литература

1. Ефименко, Н. Н. Содержание и методика занятий физкультурой с детьми, страдающими церебральным параличом / Н. Н. Ефименко, Б. В. Сермеев. – М., 1991.
2. Маринов, М. Б. Ушу – путь обретения здоровья / М. Б. Маринов, Д. В. Елин. – Ростов н/Д., 2009.
3. Маслов, А. А. Боевая добродетель, секреты боевых искусств Китая / А. А. Маслов. – Ростов н/Д., 2004.
4. Медведев, Б. А. Животворящее дыхание или мозг должен дышать! / Б. А. Медведев. – Ростов н/Д., 2007.
5. Попов, А. В. Программа «Чудесное измерение» / А. В. Попов, А. Р. Хачемизов. – Майкоп, 2010.