

Література

1. Волков Л. В. Спортивная подготовка детей и подростков. – Киев: Вежа, 1998. – 190 с.
2. Козетов И.И. Формирование оптимальной структуры координационных способностей у школьников 7-9 лет. – Дисс. канд наук. фв. и спорта. – Киев, 2001. – 184 с.
3. Любомирский Л.Е. Особенности управления точностными двигательными действиями у школьников разного возраста // Физиология человека. – 1983. – Т9. – №1. – С. 58-65.
4. Лях в.и. Основные закономерности взаимосвязей показателей, характеризующих координационные способности детей и молодежи: попытка анализа в свете концепции Н.А. Бернштейна // Теория и практика физич. культуры. – 1996. – №11. – С. 20-26
5. Приймаков А.А., Козетов И.И. Закономерности развития и совершенствования координации движений у детей 7-9 лет // Наука в олимпийском спорте. – Киев, 2000. – № 1. – С. 53-59.
6. Приймаков О.О., Козетов П.І., Ейдер С. Оцінка й вдосконалювання координації рухів у дітей 7-9 років на уроках з фізичного виховання в початковій школі // Фізичне виховання в школі. – Київ. – 2005. – №1. – С. 35-40.
7. Приймаков А.А., Козетов И.И. Особенности управления движениями разной координационной структуры у детей 7-9 лет // Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту / 36. Наукових праць. – Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – Чернігів, 2008. – Випуск 54. – С. 214-218.
8. Hirtz P. Koordinative Fähigkeiten // Trainingswissenschaft. – Berlin: Sportverlag, 1994. – S. 137-148.

Kozetov I.I., Ejder E., Kolenkov O.V.

FACTORIAL STRUCTURE OF PHYSICAL READINESS OF CHILDREN OF 9 YEARS IN DYNAMICS OF PEDAGOGICAL PROCESS

The work studies a physical readiness of 9-year old children, it offers a multifunctional gymnastic device, it suggests new evaluation and mathematic models which reflect the direction and character of perfection of physical state under the worked-out methods of physical exercises with the use of non-standard equipment.

Keywords: physical readiness, children, models, factory.

Надійшла до редакції 28.09.2010 р.

УДК 376.353:796.011.3

Колишкін О.В.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПРОЦЕСІ РОЗВИТКУ РУХОВОЇ СФЕРИ УЧНІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

У статті визначаються особливості використання засобів адаптивного фізичного виховання у процесі розвитку рухової сфери учнів з особливостями інтелектуального розвитку. Висвітлюється зміст методики використання корекційно-оздоровчих рухових дій у різних формах навчально-виховної роботи для учнів зазначеної категорії.

Ключові слова: адаптивне фізичне виховання, рухова сфера, діти з особливостями інтелектуального розвитку.

Постановка проблеми. Необхідність створення оптимальних умов для життєдіяльності осіб з обмеженими можливостями, особливо дітей, які потребують відновлення втраченого контакту з довкіллям, корекції та наступної психолого-педагогічної реабілітації, трудової адаптації та інтеграції у соціум, належить до першочергових державних завдань. Про це йдеться в затвердженій Указом Президента України цільовій комплексній програмі “Фізичне виховання – здоров’я нації” [3]. Крім того, в ній наголошується на важливості науково-методичного й інформаційного забезпечення фізкультурно-спортивної та реабілітаційної діяльності осіб з обмеженими можливостями.

У вирішенні проблем корекції, реабілітації та соціальної адаптації дітей з обмеженими можливостями важливу роль в умовах сьогодення відіграють засоби адаптивного фізичного виховання

[2, 3]. Різноманітність і спрямованість фізичних вправ, що застосовуються в системі адаптивного фізичного виховання, варіативність їх виконання дозволяють здійснювати добір і необхідне їх поєднання з урахуванням завдань корекції рухових порушень і підвищення фізичної підготовленості учнів спеціальних шкіл до оптимального рівня.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проведені А.А. Дмитрієвим (1991), Є.С. Черник (1997), Л.В. Шапковою (2001), С.І. Венсцевим та А.А. Дмитрієвим (2004) дозволяє стверджувати, що дисгармонійність розвитку дітей з особливостями інтелектуального розвитку знаходить свій вияв у нижчому, порівняно з нормою, рівні розвитку фізичних якостей і реалізується у вигляді рухових порушень [1, 5]. Дослідники вказують на низький рівень розвитку фізичних якостей (показники сили, швидкості, витривалості, гнучкості, точності й статичної рівноваги), координаційних здібностей та дрібної моторики у розумово відсталих школярів у порівнянні з учнями масових шкіл.

У зв'язку з цим наукове обґрунтування процесу розвитку рухової сфери дітей з інтелектуальними порушеннями засобами адаптивного фізичного виховання, створення цивілізованих умов для соціальної адаптації та фізичної реабілітації осіб зазначеної нозології має велике соціальне значення і є основою наших досліджень.

Мета роботи полягає в розробці та обґрунтуванні методики використання засобів адаптивного фізичного виховання у процесі розвитку рухової сфери дітей з інтелектуальними порушеннями.

Для досягнення даної мети були висунуті наступні **завдання**:

1. Розкрити необхідність застосування засобів адаптивного фізичного виховання для учнів початкових класів спеціальних шкіл для дітей з особливостями інтелектуального розвитку.

2. Розробити методику використання засобів адаптивного фізичного виховання у різних формах навчально-виховної роботи для учнів молодшого шкільного віку з особливостями інтелектуального розвитку та визначити їх позитивний вплив на рівень рухової активності, оздоровлення та корекцію психофізичного розвитку даних дітей.

Актуальними завданнями процесу навчання та виховання спеціальних шкіл для дітей з особливостями інтелектуального розвитку є активізація пізнавальної діяльності і стимулювання психічних функцій, причому найбільш перспективні можливості відкриваються при використанні з цією метою фізичних вправ [1, 4].

Виклад основного матеріалу дослідження. Адаптивне фізичне виховання – педагогічний процес, спрямований на формування в осіб з обмеженими можливостями комплексу спеціальних знань, життєво та професійно необхідних рухових умінь і навичок; на розвиток широкого кола основних фізичних і спеціальних якостей, покращення функціональних можливостей різних органів і систем організму; на більш повну реалізацію їх генетичної програми і, нарешті, на становлення, збереження та використання тілесно-рухових якостей особи з обмеженими можливостями, які залишилися [2].

В якості засобів адаптивного фізичного виховання нами запропонована методика використання корекційно-оздоровчих рухових дій в процесі навчання учнів молодшого шкільного віку з особливостями інтелектуального розвитку, суть якої полягає в наступному: людина – єдина біосоціальна істота, і диференціація її природи на соціальну і біологічну часто є не виправданою. Тому навчання повинно відбуватися з опорою не тільки на соціально значущий характер діяльності дитини, але і на його біологічну природу.

Інноваційний підхід полягає в з'єднанні традиційних форм навчання з методикою рухових дій. Це дозволяє активізувати як процес навчання, так і біологічний процес розвитку дитини.

Запропонована нами методика допоможе подолати труднощі процесу навчання учнів початкових класів з руховими та психофізичними відхиленнями. Її метою є виправлення рухових порушень, корекція розумового та фізичного розвитку.

Сутність запропонованої методики – поєднання комплексу рухових дій („алфавіт рухів тіла”) і спеціально розроблених або модифікованих рухливих ігор в процесі навчання дітей.

Перевагою методики, поза сумнівом, є:

– універсальність щодо місця і часу застосування (її можна використовувати як на заняттях у класі, так і у позаурочний час – на перерві, шкільному святі, дитячому ігровому майданчику за місцем мешкання, в оздоровчих таборах та ін.);

– базування на ігровому методі – способі оволодіння знаннями, умінями, навичками, заснованому на включенні в процес навчання компонентів ігрової діяльності. Цей метод можна використовувати разом з іншими методами проведення уроків, оскільки в процесі гри викликаються позитивні емоції, які захищають дітей від розумових перевантажень.

„Алфавіт рухів тіла” складається з рухових поз, що образно уявляють букви абетки. Діти на слух або зорово сприймають назву букви і, використовуючи м'язове відчуття і м'язовий рух, зображують цю букву. І навпаки, аналізуючи ту або іншу позу, називають зображену букву. В даному випадку з'єднуються розумове уявлення букви і м'язові відчуття, завдяки чому зміцнюються умовні зв'язки в корі головного мозку і згодом буква легко відтворюється.

Елементи рухів, які виконуються при показі тієї або іншої букви, як правило, знайомі і доступні дітям молодшого шкільного віку з порушенням інтелектом. До „алфавіту рухів тіла” увійшли рухи рук, ніг, нахили тулуба і голови, полуприсіди, присіди та інші фізичні вправи.

Після засвоєння дітьми рухів тіла, що зображають окремі букви, можна використовувати їх комплекси. Комплекси складені із спеціально розроблених рухів тіла, які відповідають певним буквам у

послідовності, що легко виконується. Це скоротить час на пояснення вправ, які виконуються, і тим самим збільшить кількість рухів за одиницю часу. Справжні комплекси можуть виконуватися учнями як на уроках фізичної культури, так і під час фізкультхвилинок на загальноосвітніх уроках. Крім того, комплекси можна використовувати на заняттях ЛФК та логопедії.

Психологічні особливості молодших школярів вимагають дотримання ряду умов в процесі роботи з ними. Одна з умов – це проведення уроків на тлі позитивних емоцій, які надійно захищають дітей від розумових перевантажень.

Корекційно-навчальні ігри в русі є або модифікацією рухливих ігор з урахуванням особливостей розумово відсталих дітей, або оригінальними іграми, які спеціально розроблені.

Основні вимоги до ігор:

- поєднання в діяльності дітей елементів гри та навчання;
- поступове ускладнення навчального завдання та умов гри;
- підвищення розумової активності дитини в режимі запропонованих завдань;
- оздоровча спрямованість ігор.

В результаті реалізації цих вимог створюються умови для взаємозв'язку рухової системи та інтелектуального розвитку для навчання грамоті. Запропоновані ігри згруповані за ознаками провідної рухової дії: ігри з бігом та ходьбою; ігри зі стрибками; ігри з шиккуванням та перешикуванням; ігри з предметами; ігри з лазінням та перелазінням; ігри-естафети.

Ігри в кожній групі представлені за програмою навчання українській мові в початкових класах спеціальних шкіл. Це спрощує вибір ігрового матеріалу і дає вчителю та вихователю можливість повернутися до інформації, яка пройдена раніше.

Для більш точного і правильного вибору ігрового матеріалу відповідно до поставлених цілей і завдань уроку або виховного заходу в описі гри надається зміст ходу гри, вказуються її завдання, інвентар, необхідний для проведення гри, місце проведення. Ігри супроводжуються додатками, в яких обмовляються про можливості заміни ігрового матеріалу на складніший або простий, даються деякі рекомендації. До деяких ігор пропонуються малюнки зі схематичним зображенням ходу гри, наводяться пояснення до умовних позначень, які використовуються в малюнках.

Одне із завдань ігрових дій – навчальне. Його вирішення вимагає від дитини активних розумових і вольових зусиль, але воно ж дає їй найбільше задоволення. Зміст навчального завдання може бути найрізноманітнішим. Це може бути: розвиток фонематичного слуху; розвиток уміння чути звук у слові; розвиток уміння співвідносити звук з буквою; розвиток уміння виділяти в мовленні слова, що позначають предмет; практичне оволодіння формою множини; закріплення правильної постановки питання до слів, що позначають назву предметів і т.ін.

Із-за наявності в учнів корекційних шкіл різноманітних дефектів психічного та фізичного розвитку, гра вирішує і корекційні завдання. Створюється необхідний зв'язок між фізичними і розумовими діями, яка веде до загального розвитку дітей з порушеним інтелектом.

Методику корекційно-оздоровчих рухових дій можна використовувати в процесі навчання учнів з 1-го по 4-ий класи спеціальної школи для дітей з особливостями інтелектуального розвитку на уроках і позаурочних формах фізичної культури, на уроках української мови, ритміки, заняттях з логопедії та ЛФК.

З метою виявлення впливу корекційно-оздоровчих рухових дій на рухову активність, оздоровлення і корекцію психофізичного розвитку учнів початкових класів з особливостями інтелектуального розвитку спеціальних шкіл нами протягом одного навчального року проводився експеримент на базі Сумської спеціальної школи. У експерименті брали участь учні 2-их класів, з яких було сформовано експериментальну та контрольну групи.

Протягом всього навчального року учні експериментального класу займалися за методикою корекційно-оздоровчих рухових дій на заняттях з української мови, фізичної культури, ЛФК, логопедії, на великих перервах та протягом виховної години в другій половині дня, а в контрольних класах заняття проводилися за звичайною програмою. Для з'ясування початкових та кінцевих даних рівня координаційних здібностей, фізичної підготовленості, стану серцево-судинної системи, постави, рівня фонематичного слуху та письма, учні експериментальної і контрольної груп були обстежені на початку та наприкінці експерименту.

Проведені дослідження по впливу корекційно-оздоровчих рухових дій на оздоровлення і психофізичний розвиток дітей з особливостями інтелектуального розвитку початкових класів спеціальних шкіл показали позитивні результати.

Висновки

Результати проведеного дослідження показали, що особливу роль в корекційній роботі з розумово відсталими дітьми відіграє адаптивне фізичне виховання. Воно, разом із завданнями зміцнення здоров'я, загартування, правильного фізичного розвитку дітей, спрямовано одночасно і на вирішення корекційних завдань шляхом подолання недоліків фізичного розвитку і порушень моторики розумово відсталих школярів, що сприяє компенсації інтелектуальних і психічних дефектів.

Спираючись на аналіз науково-методичної літератури і результати проведеного дослідження, ми розробили методику використання корекційно-оздоровчих рухових дій у процесі навчання дітей молодшого шкільного віку з особливостями інтелектуального розвитку спеціальних шкіл. Її можна використовувати в роботі з учнями 1-4-х класів спеціальних шкіл для дітей з особливостями інтелектуального розвитку на уроках фізичної культури, української мови, ритміки, на заняттях з

логопедії, ЛФК, а також в позаурочний час. Складовими методики корекційно-оздоровчих рухових дій є „алфавіт рухів тіла” і корекційно-оздоровчі ігри в русі.

На основі аналізу протоколів хронометрування уроків української мови в експериментальних і контрольних класах були зроблені наступні висновки:

– запропонована нами методика включає велику кількість різноманітних рухів і не вимагає великого часу для пояснень;

– методика корекційно-оздоровчих рухових дій збільшує рухову активність учнів на уроці української мови на 28,5%, дозволяє чергувати розумове і фізичне навантаження, що виключає перевтому дітей з порушеним інтелектом;

– використання методики корекційно-оздоровчих рухових дій в процесі навчання учнів молодшого шкільного віку з особливостями інтелектуального розвитку спеціальних шкіл на уроках української мови позитивно впливає на розумову працездатність;

– така фізична якість, як гнучкість, зросла в експериментальній групі на 14%, в контрольній – на 5,7%; у швидкісно-силових вправах (стрибки поштовхом двома ногами) різниця приросту між експериментальною та контрольною групами склала 1,7 см;

– середні показники обсягу рухової пам’яті у експериментальній групі зросли на 12%, в контрольній – на 2,8%.

При аналізі кількості помилок в контрольних диктантах нами отримані наступні результати: в учнів експериментального класу кількість помилок в диктантах знизилася наприкінці року на 52,1% у порівнянні з диктантами на початку року; в учнів контрольного класу кількість помилок в диктантах зменшилася на 31,2%. В експериментальному класі активність учнів на уроці зростає, а кількість відвернень знижується.

За результатами одержаних даних, ми виявили ефективність використання корекційно-оздоровчих рухових дій для оздоровлення і корекції психофізичного розвитку дітей з особливостями інтелектуального розвитку, розвитку їх рухової сфери, що дало можливість говорити про доцільність впровадження методики використання засобів адаптивного фізичного виховання у різних формах навчально-виховної роботи, що розглядається, в навчальний процес початкових класів спеціальних шкіл для дітей з особливостями інтелектуального розвитку.

Проведене дослідження відкриває перспективу подальших досліджень у сфері корекційно-розвивальної роботи з дітьми з особливостями інтелектуального розвитку засобами адаптивної фізичної культури. Перспективу подальшого дослідження ми вбачаємо в пошуках напрямів створення ефективних педагогічних технологій, що забезпечують особистісно зорієнтований та індивідуально дозований розвиток рухової сфери даних учнів.

Література

1. Веневцев С.И., Дмитриев А.А. Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушением интеллекта средствами адаптивной физической культуры. – М.: Сов. спорт, 2004. – 104 с.
2. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура (Цель, содержание, место в системе знаний о человеке) // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 1. – С. 2-7.
3. Колишкін О.В. Адаптивне фізичне виховання слабобуючих учнів спеціальної школи: Наук. видання. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2003. – 156 с.
4. Частные методики адаптивной физической культуры / Под ред. Л.В. Шапковой. – М., 2004. – 464 с.
5. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Метод. рекоменд. по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.

Kolyshkin A.V.

USE OF FACILITIES OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION IN THE PROCESS OF DEVELOPMENT OF MOTIVE SPHERE SCHOOLBOYS WITH INTELLECTUAL VIOLATIONS

In the article the features of the use of facilities of adaptive physical education are determined in the process of development of motive sphere of schoolboys with the features of intellectual development. Maintenance of methodology of the use of correction-health motive actions is illuminated in the different forms of teaching and educational work for the schoolboys of the indicated category.

Keywords: *adaptive physical education, motive sphere, children with the features of intellectual development.*

Надійшла до редакції 29.09.2010 р.