

## РОЗДІЛ III. ПРОБЛЕМИ КОРЕКЦІЙНОЇ ТА ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ

УДК 796.035:615.825:378.4

**Анатолій Кравченко**

Сумський державний педагогічний

університет імені А. С. Макаренка

ORCID ID 0000-0002-9523-7435

DOI 10.24139/2312-5993/2017.01/241-250

### ХАРАКТЕРИСТИКА ПІДГОТОВЧО-ТРЕНУВАЛЬНО-КОРЕКЦІЙНОГО ЕТАПУ РОБОТИ ЦЕНТРУ «СКІФ» СУМДПУ ІМЕНІ А. С. МАКАРЕНКА

*У статті схарактеризовано другий етап роботи центру «СКІФ», спрямований на стимулювання провідних фізичних якостей вихованців із сенсорними порушеннями. Увагу акцентовано на визначальних для їх розвитку чинниках, а також методах і засобах, що вможливають розв'язання корекційно-розвивальних і фізкультурно-спортивних завдань.*

**Ключові слова:** центр «СКІФ», діти із сенсорними порушеннями, координація, швидкість, сила, гнучкість, витривалість.

**Постановка проблеми.** Провідні завдання центру «СКІФ» у складі Навчально-наукового інституту фізичної культури СумДПУ імені А. С. Макаренка – це фізкультурно-спортивне виховання й самовиховання, зміцнення здоров'я, підвищення рухової активності та працездатності дітей багатьох категорій, зокрема з порушеннями сенсорних систем. Ці завдання визначають зміст занять із фізичного виховання і спорту на другому етапі роботи центру «СКІФ»: закріплення ігрових навичок, розвиток рухових якостей, розширення функціональних можливостей організму, поповнення арсеналу техніко-тактичних дій, удосконалення вміння вести протиборство під час ігрової та змагальної діяльності, формування особистості спортсмена із сенсорними вадами [1; 2; 3].

**Мета статті** – висвітлення специфіки підготовчо-тренувально-корекційного етапу роботи центру «СКІФ», що діє на базі СумДПУ імені А. С. Макаренка.

**Методи дослідження:** теоретичні – аналіз спеціальної педагогічної літератури з означеної проблеми; практичні – проведення підготовчо-тренувально-корекційного етапу роботи з дітьми на базі центру «СКІФ»; емпіричні – обчислення та порівняльна характеристика результатів.

**Виклад основного матеріалу.** Упродовж цього етапу для вдосконалення техніки, посилення тренувального впливу і сприяння адаптації дітей із сенсорними порушеннями фахівці в галузі фізичної культури практикують багаторазове виконання фізичних вправ. Їх добір,

регулювання тривалості й інтенсивності зумовлюють характер і ступінь впливу на організм вихованців, а також розвивають їх здібності.

Розрізняють 5 основних фізичних якостей (здатностей): координаційні, швидкісні, силові, гнучкість і витривалість. Їх розвиток підпорядковується загальним закономірностям – етапності, нерівномірності, гетерохронності незалежно від статі, віку, спадковості та стану здоров'я. З метою цілеспрямованого розвитку зазначених фізичних якостей осіб із обмеженими можливостями використовуються ті самі методи, що і для здорових.

Діти із сенсорними порушеннями, які звернулися до центру «СКІФ», повільно опановують складними рухами, оскільки багато часткових проявів координаційних якостей спираються на зорову, слухову і вестибулярну аферентацію. Тому в програмах із фізичного виховання нашого центру розвиток координації є важливим складником освітнього процесу й розглядається як підґрунтя, на якому формується комплекс рухових умінь і навичок, як передумова та основа розвитку інших фізичних якостей.

Координаційні якості – це сукупність психологічних, морфологічних, фізіологічних компонентів особи, що забезпечує продуктивну рухову діяльність, тобто вміння доцільно вибудовувати рух, керувати ним і в разі необхідності швидко змінювати його. До чинників, що впливають на координаційні здатності дітей з обмеженими можливостями, належать:

- функціональний стан центральної та периферійної нервової системи;
- особливості темпераменту, характеру й поведінки;
- стан вищих психічних функцій, психологічна стійкість, здатність аналізувати ситуацію і швидко приймати рішення за умов, що раптово змінюються;
- функціональний стан рухового, зорового, слухового, тактильного й інших аналізаторів.

До структури координаційних здатностей уходять такі допоміжні якості:

1. Координація рухів – здатність до впорядкованих, узгоджених рухів тіла і його частин.
2. Диференціювання зусиль, часу, простору і ритму – комплексна характеристика, що відображає точність оцінювання, відмірювання й відтворення заданих параметрів руху.
3. Орієнтування в просторі – здатність до визначення і зміни положення тіла та його частин у просторово-часовому полі.
4. Ритмічність рухів – здатність до засвоєння заданого ритму рухів.
5. Рівновага – здатність до збереження стійкої пози.
6. Швидкість реагування – здатність надавати рухову відповідь на різні зовнішні сигнали, перебудовувати рухи в умовах, що змінюються.
7. Точність дрібної моторики – здатність відтворювати тонкі рухи пальцями та кистями рук відповідно до поставлених завдань.

8. Розслаблення – здатність до довільного й раціонального зниження м'язової напруги.

У центрі «СКІФ» використовується низка методичних прийомів, що стимулюють прояви координації рухів за системою Л. П. Матвєєва і В. І. Ляха:

- незвичне вихідне положення;
- дзеркальне виконання вправи;
- зміна швидкості та темпу рухів;
- зміна просторових меж виконання вправи;
- зміна способу виконання вправи;
- зміна протидії в парі;
- поєднання відомого й невідомого у вправі тощо.

Добір методичних прийомів залежить від зовнішніх умов, видів вправ, фізичної та психічної готовності вихованців. Здатність дітей з обмеженими можливостями до диференціювання часових, просторових, динамічних і ритмічних параметрів руху розвивається як у процесі навчання руховим діям, так і самотійно, компенсуючи певне відставання, спричинене фізичною вадою.

Самосприйняття, що формується в дитинстві та впливає на розвиток м'язового тону, суттєво позначається на координації рухів, у тому числі й на просторовому орієнтуванні. Органи чуття відіграють провідну роль у розпізнаванні, тлумаченні та використанні інформації, необхідної для просторового орієнтування:

- зорова сенсорна система (для людей з вадами зору – залишковий зір) забезпечує зорову увагу, фіксацію, стеження й акомодацию;
- слухова – слухову увагу, локалізацію, розпізнавання, розрізнення звуків;
- тактильна – кінестетичне, температурне й дотикове розпізнавання, розрізнення;
- нюхова – розпізнавання і розрізнення запахів.

У центрі «СКІФ» методичні прийоми розвитку здатності до просторового орієнтування спрямовані на набуття необхідних знань і рухових умінь за допомогою зорових, слухових, тактильних і кінестетичних уявлень, які створюють основу дій. Формування цих уявлень особливо важливе для дітей із сенсорними порушеннями. Зазначені уявлення формуються на заняттях, але найбільш успішно реалізуються в процесі ігрової діяльності.

Підґрунтям розвитку здатності до утримання статичної та динамічної рівноваги є поступове ускладнення завдань і умов їх виконання. Потрібна велика мобілізаційна здатність, щоб оптимально балансувати в нестійких позах, зберігаючи стійкість за наявності перешкод. Для осіб із обмеженими можливостями важливі два прояви рівноваги: стійкість статичної пози та збереження її в динаміці.

Категорію людей аномального розвитку відрізняє низка суттєвих порушень нейродинаміки: зменшення сили нервових процесів, порушення їх рухливості, патологічна іррадіація збудження і гальмування, що призводить до зниження когнітивності, зниження швидкості розв'язання моторних завдань, затримки тактичних дій.

Під регулювальною здатністю мається на увазі вміння швидко відповідати на різні сигнали та перебудовувати форми рухових дій відповідно до змін зовнішніх умов.

Для розвитку простої рухової реакції використовуються раптові сигнали до початку заздалегідь відомої рухової дії (зафіксувати позу). Варіювання сигналів за часом (з різними інтервалами), силою, типом і відстанню сприяє розвитку слухової та зорової уваги.

Складні реакції пов'язані зі стеженням, зоровим сприйняттям (у незрячих – слуховим сприйняттям), умінням передбачити, наприклад, траєкторію польоту м'яча, напрям і швидкість бігу гравця, який наздоганяє, рух партнера, тобто вчасно спрогнозувати події й обрати відповідну рухову поведінку.

Точність і своєчасність реакції, оптимальний вибір маршруту руху визначає антиципація. Ця здатність, пов'язана із часовими обмеженнями, проявляється під час ігрової діяльності, коли доводиться реагувати на обставини, що змінюються, обирати найкоротший шлях, використовувати окомір, самостійно приймати рішення.

Одним із найбільш виражених проявів ураження ЦНС є порушення нервової регуляції дрібних рухів пальців і кистей, що виражається в обмеженій рухливості, згинальній контрактурі, спастичі, синкінезії. Частіше це стосується дітей із наслідками поліомієліту, церебрального паралічу, ураження спинного мозку, а також розумово відсталих. Від координації рухів пальців і кистей залежить опанування письмом, читанням (для сліпих – за Брайлем), успішність виконання побутових, трудових і спортивних дій. Розвиток дрібної моторики є одним із основних методичних підходів щодо корекції важких мовленнєвих порушень, до яких належать алалія, афазія, ринологія, дизартрія, заїкання.

Рівень розвитку дрібної моторики – один із показників готовності до шкільного навчання. Зазвичай дитина, яка засвідчує високий рівень дрібної моторики, вміє логічно міркувати, у неї досить розвинені пам'ять, увага і зв'язне мовлення, вона швидше вчиться писати. Письмо – це навичка, що передбачає виконання тонких скоординованих рухів, а отже, вимагає складної роботи дрібних м'язів кисті й усієї руки, належного розвитку зорового сприйняття і довільної уваги.

Для активізації рухів пальців і кистей у центрі «СКІФ» використовується дрібний інвентар: м'ячі, що різняться за об'ємом, вагою, матеріалом; кулі – надувні, пластмасові, дерев'яні; прапорці, стрічки, кільця, обручі, гімнастичні палиці, кубики; геометричні фігури, вирізані з

картону; гудзики, іграшки та ін. Домінує ігровий метод, але є і самостійні вправи – заняття з різними конструкціями.

Гнучкість – комплекс психологічних, морфологічних і фізіологічних компонентів організму, які забезпечують здатність виконувати рухи з максимальною амплітудою. Діти із сенсорними порушеннями поступаються своїм одноліткам за рівнем гнучкості: глухі – на 15 – 20 %, сліпі та слабозорі – до 25 %, що зумовлено комплексом нижченаведених чинників:

- морфологічним і функціональним станом центральної та периферичної нервової системи (рівнем м'язової координації);
- морфологічним і функціональним станом суглобів (суглобових капсул, наявністю вираженої або набутої тугорухливості);
- психологічним станом (больовим порогом, здатністю докласти вольові зусилля).

Дбаючи про розвиток гнучкості, необхідно враховувати такі загальні закономірності:

1) її розвиток тісно пов'язаний із м'язовою силою; гіпертрофія м'язів може призвести до обмеження амплітуди руху, водночас, форсований розвиток гнучкості без відповідного зміцнення м'язово-зв'язкового апарата може спричинити «розхитаність» у суглобах, надмірне розтягнення, порушення постави. Звідси впливає необхідність оптимального поєднання вправ, спрямованих на розвиток гнучкості та м'язової сили;

2) для розвитку активної гнучкості поряд із вправами на розтягнення треба пропонувати вправи, виконання яких потребує м'язових зусиль. Ефективні силові вправи динамічного і статичного характеру, а також повільні динамічні вправи на утримання статистичних поз із кінцевою точкою амплітуди;

3) активна гнучкість розвивається в 1,2 – 2 рази повільніше, ніж пасивна. Різний час потрібний і на розвиток рухливості в різних суглобах. Швидше розвивається рухливість у плечових, ліктьових і промене-зап'ясткових суглобах, повільніше – у тазостегнових і суглобах хребетного стовпа. Час досягнення позитивного ефекту може змінюватися залежно від структури суглоба та м'язової тканини, віку й наявних рухових порушень.

Розвиток гнучкості з максимальною амплітудою рухів пов'язаний із примусовим розтягуванням м'язово-зв'язкового апарата і подоланням болю. Щоб уникнути мікротравм, необхідно попередньо розігрівати м'язи під час розминки або за допомогою теплового тренувального костюма.

Розрізняють загальну і спеціальну гнучкість. Загальна гнучкість відзначається в усі вікові періоди життя й демонструє поступальний розвиток, що гарантує повну амплітуду різних рухів.

Спеціальна гнучкість реалізується у двох напрямках. По-перше, у спорті збільшення рухливості в суглобах досягається завдяки добору подібних за структурою вправ, які впливають на суглоби та м'язи й від яких

залежить результат в обраному виді спорту. Залежно від режиму м'язової роботи використовуються такі різновиди вправ: а) динамічні – активні та пасивні; б) статичні – активні та пасивні; в) комбіновані.

Активні динамічні вправи – це махи, пружні рухи, стрибкові вправи зі джгутами й амортизаторами тощо. Пасивні динамічні вправи виконуються з додатковою опорою, за допомогою партнера, з подоланням зовнішнього опору.

Активні статичні вправи включають утримання розтягнутих м'язів, які рухаються; пасивні статичні вправи – ті самі, але під час їх виконання утриманню тіла сприяють зовнішні сили – обтяження, партнера.

Комбіновані вправи засновані на попередньому пасивному розтягуванні м'язів з їх подальшим активним напруженням і розслабленням.

Другий напрям реалізується в процесі відновлення рухливості суглобів із застосуванням різних засобів. Так, при ураженні опорно-рухового апарата для відновлення рухової активності доцільно використовувати сприятливі умови водного середовища (йдеться про фізичні вправи у воді та гідроакупунктуру).

Фізична витривалість – це сукупність психічних, морфологічних і фізіологічних компонентів організму, що забезпечує стійкість до стомлення впродовж м'язової діяльності. Загальна витривалість становить основу розвитку інших фізичних якостей і є складовою базової підготовки спортсменів-футболістів з обмеженими можливостями. Способи її розвитку визначені збереженими руховими функціями. Вважається, що будь-яка рухова активність, пов'язана з напруженою діяльністю серцево-судинної та дихальної систем, робить свій внесок у розвиток витривалості. Збережені локомоторні функції дітей із порушеннями слуху і зору дозволяють їм виконувати вправи циклічного характеру, що є найбільш ефективними для розвитку аеробних можливостей. Для більшості вихованців центру завдання на витривалість обмежені діяльністю в зоні помірної інтенсивності та спрямовані на створення умов для підвищення загальної працездатності під час різних видів діяльності, що вимагають витривалості.

Спеціальна витривалість – складна фізична здатність, яка залежить від специфіки виду спорту, структури, тривалості й інтенсивності змагальної діяльності, механізмів її енергозабезпечення, здатності долати стомлення. Рівень спеціальної витривалості спортсменів-футболістів із обмеженими можливостями визначається ступенем розвитку вегетативних функцій, які забезпечують рух, і стабільністю координаційної витривалості, яка є чинником стійкості проти втоми нервово-моторних функцій управління рухами.

Утома теж має певні обмеження. Рекомендовані для дітей із сенсорними порушеннями навантаження не повинні спричиняти перевищення частоти серцевих скорочень понад 150–160 на хвилину, що

автоматично виключає роботу з максимальними та субмаксимальними навантаженнями. У центрі «СКІФ» обов'язковими програмами з фізичного виховання передбачено досягнення базового рівня загальної витривалості завдяки плаванню, легкій атлетиці, рухливим і спортивним іграм (перше за все, футзалу), а також рекреативним і спортивним заняттям.

Як засвідчує багаторічна практика, найбільш дієвим методом розвитку витривалості дітей із сенсорними порушеннями є ігровий. Він передбачає різноманітні види переміщень, прискорень і стрибків, естафети, перенесення вантажу, що природним шляхом активізують аеробні процеси, а в разі систематичних занять покращують швидкість і працездатність, стимулюють позитивні емоції.

Увесь психолого-педагогічний і фізреабілітаційний процес у центрі «СКІФ» ґрунтується на тому, що побутова, трудова і спортивна діяльність людини пов'язана з необхідністю швидко реагувати на зовнішні сигнали, швидко виконувати рухи, передбачати небезпеку й уникати її, миттєво перебудовувати діяльність відповідно до умов, що змінюються, оскільки природні прояви реакції можуть не тільки створювати певні труднощі для дітей з обмеженими можливостями, а й нести загрозу їх здоров'ю і життю. Так, незрячий повинен вчасно відреагувати на звуковий сигнал транспорту, що наближається, глухий – побачити його, тому що звукового сигналу не почує, тощо. І тому розвиток спритності дітей із сенсорними порушеннями за допомогою фізичних вправ є нагальним завданням центру «СКІФ».

Швидкість – це сукупність психічних, морфологічних і фізіологічних компонентів організму, єдність яких забезпечує здатність здійснювати рухові дії з мінімальною затратою часу. Основними чинниками, що впливають на дану здатність, є:

- функціональний потенціал центральної та периферичної нервової системи;
- функціональний потенціал сенсорної системи;
- функціональний потенціал психічних функцій: відчуття, сприйняття, уваги;
- тип вищої нервової діяльності;
- функціональний потенціал нервово-м'язової системи;
- сила м'язів та їх здатність до розслаблення;
- синхронність і швидкість включення «швидких» рухових одиниць при м'язовому скороченні;
- рівень координаційних якостей;
- ступінь опанування технікою рухової дії;
- особливості характеру й поведінки.

У дітей із обмеженими можливостями щонайменше один із цих чинників має дефектну основу (відсутність або брак зорового / слухового сприйняття), унаслідок чого розвиток спритності гальмується. Ця обставина

спонукає до пошуку методів і засобів її розвитку з урахуванням первинної вади, збереженості сенсорних систем, стану опорно-рухового апарата і психічних функцій.

Спритність має складну структуру, у якій виділяють здатність:

- швидко реагувати на зовнішні сигнали;
- швидко виконувати окремі рухові дії;
- підтримувати максимальний темп рухів;
- швидко починати дію (стартове прискорення).

Комплексний прояв швидкісних здатностей характерний для складнокоординованих рухів (естафети), коли умови постійно змінюються, що вимагає певної спритності, яка неможлива без різних проявів швидкості.

**Висновки.** Корекційно-розвивальна складова педагогічної діяльності центру «СКІФ» нерозривно пов'язана з навчанням дітей із сенсорними порушеннями руховим діям і розвитком рухових якостей. Тому на другому – підготовчо-тренувально-корекційному – етапі здійснюються комплексні фізкультурно-спортивні та корекційно-реабілітаційні заходи, під час яких значна увага приділяється формуванню високої фізкультурної або ж і спортивної майстерності та досягненню або підвищенню результативності у футзалі завдяки змагальній діяльності. Це ставить високі вимоги до фізичної та психологічної підготовленості футболіста з обмеженими можливостями, тому діти, які грають у футзал і займаються іншими видами фізкультурно-спортивної діяльності в центрі «СКІФ», працюють за індивідуальними корекційно-фізреабілітаційними розвивальними програмами. Кожен їх розділ засвідчує нерозривний зв'язок навчання, виховання, коригування порушених функцій і реабілітації після фізичних навантажень. Усі заходи, передбачені програмами, спільно забезпечують фізичний, розумовий і моральний розвиток вихованців.

**Перспективи подальших досліджень** у зазначеному напрямі вбачаємо в удосконаленні корекційно-реабілітаційного й оздоровчо-профілактичного етапів діяльності центру «СКІФ».

## ЛІТЕРАТУРА

1. Кравченко А. І. Зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку із застосуванням фізичних вправ і точкового масажу / А. І. Кравченко // Гуманітарний вісник ДВНЗ Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди : наук.-теорет. зб. – Переяслав-Хмельницький, 2008. – Вип. 14. – С. 120–123.

2. Кравченко А. І. Фізична культура у комплексній реабілітації і соціальной інтеграції осіб з відхиленнями в стані здоров'я / А. І. Кравченко // Педагогічні науки : зб. наук. праць, – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2008. – С. 82–88.

3. Кравченко А. І. Фізичні вправи і здоров'я дітей з вадами зору / А. І. Кравченко // Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського державного університету : серія соціально-педагогічна. – Кам'янець-Подільський, 2008. – Вип. VIII. – С. 55–60.



## REFERENCES

1. Kravchenko, A. I. (2008). Zmitsnennia zdorovia ditei doshkilnoho viku iz zastosuvanniam fizychnykh vprav i tochkovoho masazhu [Health promotion of preschool children using physical exercises and acupressure]. *Humanitarnyi visnyk DVNZ Pereiaslav-Khmelnyskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Hryhoriia Skovorody*, 14, 120–123.
2. Kravchenko, A. I. (2008). Fizychna kultura u kompleksnii rehabilitatsii i sotsialnii intehtratsii osib z vidkhyleniamy v stani zdorovia [Physical training in complex rehabilitation and social integration of persons with disabilities in health]. *Pedahohichni nauky*, pp. 82–88. Sumy: SumDPU imeni A. S. Makarenka.
3. Kravchenko, A. I. (2008). Fizychni vpravy i zdorovia ditei z vadamy zoru [Exercise and health of children with visual impairments]. *Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho derzhavnoho universytetu: seriia sotsialno-pedahohichna*, 8, 55–60.

## РЕЗЮМЕ

**Кравченко Анатолій.** Характеристика підготовительно-тренувально-коррекційного етапу роботи центру «СКИФ» СумГПУ імені А. С. Макаренка.

*В статті охарактеризован другий етап роботи центру «СКИФ», направлений на стимулювання ведучих фізических якостей вихованців з сенсорними порушеннями. Увага акцентовано на визначаючих для їх розвитку факторах, а також методах і засобах, дозволяючих вирішувати корекційно-розвиваючі і фізкультурно-спортивні задачі.*

**Ключевые слова:** центр «СКИФ», діти з сенсорними порушеннями, координація, швидкість, сила, гнучкість, витривалість.

## SUMMARY

**Kravchenko Anatolyi.** Characteristic of the preparatory-training-correction work stage of the centre “SKIF” of SumSPU named after A. S. Makarenko.

*The article describes the second phase of the work of the centre “SKIF”, which is aimed at stimulation of the leading physical qualities of pupils with sensory impairments. The attention is focused on defining their development factors as well as methods and means that solve remedial and sports challenges.*

*The following research methods were used: theoretical – analysis of special pedagogical literature on the identified problem; practical – leading preparatory-training-remedial stage of work with children at the centre “SKIF”, empirical – calculations and comparative characteristics of the results.*

*Throughout this stage in order to improve technology, enhance training effects and facilitate the integration of children with sensory impairments, experts in the field of physical culture practice repeated exercise. Their selection, the regulation of the duration and intensity determine the nature and degree of impact on the body of pupils, and develop their abilities.*

*It is concluded that correctional-developing component of the pedagogical activities of the centre “SKIF” is closely connected with teaching children with sensory motor impairments and impairments in the development of motor skills. Therefore, at the second – preparatory-training-correction stage a complex of sports and remedial and rehabilitation activities is carried out, during which considerable attention is paid to the formation of high physical or athletic skills and achievement or to improving performance in the indoor football due to competitive activity. This puts high demands on the physical and psychological fitness of a footballer with a disability, so children playing indoor football and doing other kinds of sports activities in the centre “SKIF”, work on individual correction-rehabilitation programs.*

*Each section shows the close connections of education, upbringing, correction of the broken functions and rehabilitation after physical loads. All measures in the frames of the programs provide comprehensive physical, mental and moral development of pupils.*

*Prospects for further research in this direction are seen in the improvement of correction-rehabilitation and health-protection stages of the activities of the centre "SKIF".*

**Key words:** center "SKIF", children with sensory impairments, coordination, speed, strength, flexibility, endurance.

УДК 796.011.3

**Ігор Кравченко**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А.С. Макаренка  
ORCID ID 0000-0002-2552-1107

**Володимир Гладов**

Сумський державний педагогічний  
університет імені А.С. Макаренка  
ORCID ID -0002-4115-2082

DOI 10.24139/2312-5993/2017.01/250-259

## **ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ**

*Стаття присвячена проблемі фізичного виховання дітей із порушеннями зору. У ході викладу висвітлено сучасний педагогічний досвід фізичного виховання дітей шкільного віку з порушеннями зору, особливості навчання та виховання таких дітей і роль залучення збережених аналізаторів у навчально-корекційний процес. Розглянуто основні методики фізичного виховання дітей із вадами зору. Доведено необхідність розвитку фізичних якостей даної категорії дітей. Установлено, що використання вправ для виправлення постави, профілактики плоскостопості є пріоритетними засобами педагогічного впливу на фізичний стан даної категорії дітей.*

**Ключові слова:** аналіз, метод, процес, освіта, фізичний розвиток, фізична підготовка, порушення зору.

**Постановка проблеми.** Здоров'я людини багато в чому залежить від рівня фізичного розвитку та індивідуально-функціональних можливостей організму, передумови яких формуються ще в дитячому віці. Сучасні соціальні та екологічні умови, особливості медичного обслуговування призвели до зростання рівня захворюваності та значного зниження тривалості життя населення. Знижуються й показники фізичного розвитку дітей. У кожній четвертій дитини відзначається порушення постави, зростає кількість дітей із інвалідністю, у тому числі й порушеннями зору.

За даними ВООЗ, здоров'я людини на 50–55 % залежить від умов і способу життя, важливим фактором якого є фізична культура, звичка, яка повинна прищепитися ще в дитячому віці. На думку І. А. Аршавського, зростанням і розвитком організму керує рухова активність людини. На