

## **До питання організації процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору**

*Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ);  
Рівненський державний гуманітарний університет (м. Рівне)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Актуальність дослідження визначається розв'язанням благородного завдання – віднайти способи підвищення якості життя осіб з обмеженими можливостями. У наш час понад 50 млн осіб (тобто кожен десятий мешканець Землі) належать до людей з особливими потребами розвитку. Серед них – не менше 15 млн дітей. Усе більше поширення одержує думка, згідно з якою турбота суспільства про осіб з обмеженими можливостями є виміром його культурного й соціального розвитку, а також морального здоров'я нації. Виходячи з цього, фахівці багатьох країн ведуть пошук ефективних програм зміцнення здоров'я осіб з особливими потребами, особливо дітей, відновлення їхньої працездатності, соціальної реабілітації, адаптації, активної участі в суспільному житті [3; 6; 8; 9; 10]. Завдання ці досить складні та, щоб їх виконати, потрібні комплексні наукові дослідження, об'єднання зусиль медиків, педагогів, фахівців у сфері фізичної культури.

Нині вивчено особливості розвитку, навчання й виховання слабкозорих дітей, переважно дошкільного віку, на уроках фізичної культури та недостатньо наукових досліджень при проведенні додаткових, фізкультурно-оздоровчих і корекційних занять для молодшого шкільного віку з депривацією зору. Різноманіття форм аномалій зору й викликаних ними вторинних відхилень вимагає індивідуального підходу до кожної дитини, специфіки необхідних лікувально-відновлювальних і корекційно-педагогічних заходів.

Дотепер актуальним залишається питання про дозування фізичних навантажень на заняттях із дітьми, котрі мають депривацію зору (В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін, 2000). У зв'язку з цим постає необхідність додаткового вивчення стану здоров'я, пошуку й розробки спеціальних, ефективних методів і засобів, застосовуваних диференційовано до молодших школярів із депривацією зору в умовах корекційних шкіл IV виду для підвищення рівня й корекції фізичного розвитку, фізичної та функціональної підготовленості.

Уявлення про актуальність теми, ступінь її розробленості в науковій літературі з теми дослідження засвідчує існування об'єктивної суперечності між необхідністю корекції стану здоров'я, фізичної й функціональної підготовленості школярів, з одного боку і недостатньою розробленістю питань застосування ефективних методів та засобів, застосовуваних диференційовано до молодших школярів із депривацією зору в умовах корекційних шкіл IV виду, – із другого.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Аналіз науково-методичної літератури засвідчив, що питання вивчення використання засобів фізичного виховання на заняттях із дітьми з порушенням зору розкрито в роботах ряду дослідників (Б. В. Сермеєв, 1983; І. В. Героева, 1996; Л. В. Харченко, 1999; Е. В. Петрова, 2000; Л. С. Сековець, 2002 та ін.). Установлено, що організація процесу фізичного виховання з традиційним підходом до дітей без відхилень у стані здоров'я не повною мірою розв'язує проблему покращення показників фізичного розвитку й підвищення рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору [5]. Крім того, загальним у цих роботах є те, що для дітей із депривацією зору характерне відставання у фізичному розвитку, фізичній підготовленості, у темпах біологічного дозрівання; у них відзначаються функціональні порушення в діяльності серцево-судинної й дихальної систем, простежено відхилення у функціях опорно-рухового апарату. Водночас фактом є те, що наявні програми фізичного виховання не повною мірою сприяють ефективності фізичного розвитку дітей, змістовний взаємозв'язок різних їхніх складників потребує вдосконалення [8]. Більше того, наукових публікацій, що стосуються розробки безперервних педагогічних впливів у процесі адаптивного фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору, у доступній літературі практично не виявлено.

Фізичне виховання слабкозорих дітей – один із важливих засобів їхнього всебічного розвитку. Процес фізичного виховання для молодших школярів із порушеннями зору має свої особливості, ураховуючи характер порушення. Потрібно зазначити, що заняття фізичною культурою показані при неглибоких зорових порушеннях, до яких відносять порушення очнорухових функцій (косоокість, ністагм), порушення кольоророзрізнення (дальтонізм), характеру зору (біокулярного зору), гостроти зору (міопія, гіперметропія, астигматизм, амбліопія).

Спираючись на встановлені в тифлології уявлення про своєрідність розвитку дітей із порушенням зору (М. І. Земцова, Морозова, В. А. Феоктістова, Л. І. Солнцева, Н. Н. Зісліна, Л. П. Григор'єва, В. П. Єрмаков, Б. К. Тупоногов, Д. М. Маллаєв, В. А. Кручинін, Л. І. Плаксіна, Л. А. Семенов, І. С. Моргуліус, В. В. Сермеєв, Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян та ін.) важливою є розробка організації процесу корекційної спрямованості фізичного виховання дітей із депривацією зору як ефективного засобу подолання недоліків фізичного розвитку і його вирівнювання, а також розвитку рухових можливостей цих дітей.

Простежуємо явну суперечність між об'єктивно існуючою суспільною необхідністю покращення показників фізичного розвитку, підвищення рівня фізичної підготовленості дітей із депривацією зору, зміцнення їхнього здоров'я, а отже, і їх соціалізації в здорове суспільство однолітків, і відсутністю науково обґрунтованих методик безперервних педагогічних впливів у межах адаптивного фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з порушенням зору для усунення відзначених негативних відхилень у фізичному розвитку, фізичній підготовленості й стані їхнього здоров'я. Виходячи з вищесказаного, розробка нових напрямів організації та змісту фізичного виховання дітей із депривацією зору спеціальних шкіл, оцінка стану їхнього психофізичного здоров'я є досить актуальними.

**Завдання дослідження** – розкрити особливості організації процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору спеціальної школи-інтернату для їх соціальної адаптації.

**Методи дослідження** – аналіз та узагальнення літературних джерел, аналіз досвіду передових фахівців галузі.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів.** Аналізуючи та узагальнюючи знання адаптивного фізичного виховання дітей із депривацією сенсорних систем, неможливо не помітити, що ці знання не відзначаються належною різнобічністю та збалансованістю. Одні їхні складові вивчені й описані глибоко та детально, інші – фрагментарно та поверхово, а деякі – майже повністю не розкриті. Звертаючи увагу на дані спеціальної літератури, потрібно зазначити, що патологія зору становить значну проблему в соціалізації індивіда з огляду на велику значущість органа зору в забезпеченні людини інформацією [4]. Так, ученими галузі [5; 9] встановлено, що близько 85–90 % інформації людина сприймає завдяки зоровому аналізатору.

Проблема вродженої патології органа зору як основної причини сліпоти й слабкобачення має велике значення в житті дитини. Основну увагу науковців приділено питанням вивчення частоти поширення, питомої ваги вродженої патології органа зору серед інших захворювань (Мартиненко А. Н. зі співавт., 1988). Відомо, що багато факторів викликають аномалію органа зору. У наш час доведено значення генетичного фактора в патології 42,3 % усіх очних захворювань. За останні роки в нашій країні спостерігаємо тенденцію до зростання частоти порушень зору в дітей шкільного віку. Доведено, що короткозорість частіше виникає в дітей із відхиленнями в загальному стані здоров'я. Дослідження Г. Г. Демирчогляна (1998), Л. Н. Ростомашвілі (1999) та ін. засвідчили, що зміни здоров'я школярів тісно взаємозалежні з функціями органа зору, а саме: захворювання внутрішніх органів, нервової системи й хребта часто сполучалися з короткозорістю, порушеннями акомодатції.

Фізичне виховання в школах для слабкозорих дітей здійснюється в тісному зв'язку з розумовим, моральним, естетичним вихованням і трудовим навчанням та займає одне з найважливіших місць у підготовці слабкозорих школярів до самостійного життя й продуктивної праці. У сучасній науці й у практиці навчання дітей в останні роки приділено велику увагу фізичному розвитку дитини як основі формування всебічної розвиненої особистості, у тому числі школярів із зоровою патологією. Питання навчання й виховання дітей із зоровою патологією розглянуто в значній кількості наукових досліджень (А. Г. Литвак, 1998, В. І. Нікітін, 1989; Л. І. Солнцева, 1980). Вивчення різних аспектів фізичної культури й спорту, результати численних досліджень, а також аналіз програми фізичного виховання шкіл для слабкозорих дітей свідчать про те, що потрібно продовжити науковий пошук у зв'язку з невирішеністю таких питань, як:

- оцінка ролі фізичної культури й спорту в корекції фізичного та психічного розвитку учнів.
- відсутність рекомендацій зі спрямованого використання засобів і методів фізичної культури в подальшому житті учнів.

Усе це створює певні труднощі в роботі вчителів фізичного виховання спеціальної школи-інтернату. Порушення зору ускладнює оволодіння руховими діями в процесі навчання й виховання дітей. Найпоширенішими клінічними формами дитячої сліпоти є катаракта, атрофія зорових нервів, грубі структурні зміни ока, аномалії рефракції й інші. Найпоширеніша форма порушення зору при більш високому рівні його збереженості – це аномалії рефракції.

Фізична культура повинна зайняти важливе місце в комплексі заходів щодо профілактики вад зору та їх прогресування, оскільки фізичні вправи сприяють як загальному зміцненню організму й активізації його функцій, так і підвищенню працездатності цилиарного м'яза та зміцненню склери ока (Л. Г. Харитонова, Ю. В. Шкляєв, Л. В. Соколова, 1993 й ін.). Спеціальні фізичні вправи позитивно

впливають на формування рефракції ока в школярів. Так, відзначено, що серед дітей у віці 7–18 років, котрі займаються фізичною культурою, чисельність осіб, які страждають на короткозорість, була значно меншою, ніж серед тих, котрі не займалися (Хімочкін В. А., 1996).

Зниження загальної рухової активності школярів при підвищеному зоровому навантаженні може сприяти розвитку короткозорості. Фізичні вправи загальнорозвивального характеру в поєднанні зі спеціальними вправами для циліарного м'яза, що зміцнюють акомодацию, впливають на функції міопічного ока (Є. С. Аветістов, Е. І. Лівачов, Ю. І. Курпан, 1993 й ін.).

Цілеспрямовані та дозовані фізичні вправи – потужний засіб корекції й компенсації недоліків у фізичному та функціональному розвитку дітей із порушеннями зору [1; 2]. Можливості використання фізичних вправ у дітей із депривацією зору визначаються великою роллю м'язової системи у всій життєдіяльності дитини [4]. Рухова активність – необхідна умова нормального функціонування внутрішніх органів. Це джерело здоров'я, працездатності й трудової активності дітей (Т. В. Синельников, 1993; М. Сосновський, 1997; Н. С. Ніасова, 1995).

На думку багатьох науковців (Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян, 2000, В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін, 2000), фізичне виховання школярів із порушенням зору сприяє виробленню правильної постави, подоланню таких недоліків фізичного розвитку в дітей, як асиметрія й непропорційність статури, викривлення хребта, плоскостопість, некоординованість і скутість рухів. С. І. Шкарлова, В. Е. Романовський (2000) та інші дослідники вважають, що слабкозорі школярі можуть займатися ранковою гімнастикою, відвідувати уроки фізичної культури в школі, іноді – у спеціальних групах. Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян (2000) вважають практично виправданими формами занять у режимі шкільного дня дітей із порушеннями зору названі форми фізичної культури, а також фізкультхвилинки на уроках, ігри й спортивні розваги на великих перервах, години здоров'я, індивідуальні форми занять.

В. К. Велитченко (2000) вважає надзвичайно важливим для збереження зору правильно організувати великі перерви, які найкраще проводити на повітрі й у русі. На думку Е. А. Каралашвілі (2003), для профілактики короткозорості й уповільнення її прогресування на фізкультхвилинках потрібно використовувати спеціальну гімнастику для очей – офтальмотренаж.

Добре відомо, що систематичні, правильно організовані фізичні вправи позитивно впливають на центральну нервову систему, покращують діяльність серцево-судинної системи, нормалізують роботу органів дихання [2; 3; 8]. Вони підвищують показники фізичного розвитку, сприяють корекції порушених функцій, збільшують працездатність. Заняття фізичними вправами роблять рухи дітей більш певними, чіткими, погодженими.

Л. Б. Самбікін (1960), Л. В. Шапкова (2002) відзначають, що поряд з іншими рухливі ігри – один з ефективних засобів усебічного розвитку й виховання слабкозорих дітей. Для організації ігрової діяльності потрібно враховувати наявність попереднього досвіду зорово-слухового сприйняття запропонованого матеріалу, стан гостроти зору дитини, рівень фізичної підготовленості, наявність навичок просторового орієнтування, інтереси дітей.

Зміст рухливих ігор урахує завдання розвитку зорово-рухових навичок з опорою на полісенсорні взаємозв'язки, мову, мислення, тобто компенсаторні способи розвитку дітей із порушенням зору (Л. І. Плаксіна, 2003). Г. Н. Сердюковська (1983), В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін (2000), Н. І. Обремова й А. С. Петрухін (2000) указують на необхідність застосування диференційованого підходу в процесі фізичного виховання слабкозорих школярів. На їхню думку, під час виконання фізичних вправ дітей потрібно розділити на дві групи. До першої відносимо дітей із короткозорістю, зміною очного дна, із підвивихом кришталика й косоокістю, до другої – дітей з атрофією зорового нерва, далекозорістю, альбінізмом.

Для кожної групи добираємо вправи, відповідно до стану зору й здоров'я. Дітям першої групи протипоказані стрибки у висоту й довжину, зіскоки зі снарядів, стійки на голові, тривала поза з нахилом голови, підйоми обтяжень, вправи зі струсом голови й підвищенням кровопостачання голови (перекиди, тривалі нахили вперед тощо). Діти другої групи можуть виконувати всі вправи з програми з фізичної культури в школах для сліпих і слабкозорих, але за умови обережного підходу до занять із виключенням вправ, що вимагають статичних навантажень великих м'язових груп і значної нервово-м'язової напруги [6; 8].

Для ефективності процесу фізичного виховання дітей із порушенням зору необхідне забезпечення комплексного медичного контролю й дотримання санітарно-гігієнічних норм і запобіжних заходів щодо травматизму на заняттях фізкультурою й під час змін. Фахівці галузі відзначають, що для всіх сліпих і слабкозорих дітей незалежно від віку, стану здоров'я та зору рекомендовано такі вправи: шиккування й перешикування, загальнорозвивальні вправи без предметів та з предметами, вправи з виправлення й правильного формування постави, вправи на координацію, точність, рівновагу, ритмічні заняття, вправи на гнучкість та інші фізичні вправи для молодших школярів із пору-

шенням зору, спрямовані на нормалізацію рухових функцій, удосконалювання м'язово-суглобового відчуття, подолання недоліків фізичного розвитку [2; 6; 7; 8; 10]. Заняття з фізичної культури повинні впливати на всі ослаблені функції дитини, забезпечуючи найкращі умови для її життєдіяльності та розвитку.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Аналіз літературних джерел засвідчив, що проблему організації процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору спеціальної школи-інтернату вивчено недостатньо глибоко, хоча необхідність розробки цього напрямку очевидна. Дотепер ще залишаються відкритими питання з особливостей фізичного розвитку, фізичної підготовленості, просторової організації тіла в дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору, що є перспективою подальших наукових досліджень.

#### *Джерела та література*

1. Аветисов Э. С. Физкультура при близорукости / Э. С. Аветисов, Е. И. Ливадо, Ю. И. Курпан. – М. : Знание, 1985. – 23 с.
2. Азарян Р. Н. Физическое воспитание слепых и слабовидящих школьников в режиме дня / Р. Н. Азарян. – М. : [б. и.], 1987. – 118 с.
3. Демирчоглян Г. Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников / Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян. – М. : Сов. спорт, 2000. – 160 с. : ил. – (Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья).
4. Ермаков Е. П. Основы тифлопедагогики: развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. П. Ермаков, Г. А. Якунин. – М. : Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000. – 240 с.
5. Никулина Г. В. Охраняем и развиваем зрение. Учителю о работе по охране и развитию зрения учащихся младшего школьного возраста : учеб.-метод. пособие для педагогов образовательных учреждений общего назначения / Г. В. Никулина, Л. В. Фомичева. – СПб. : «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002. – 128 с.
6. Ростомашвили Л. Н. Коррекция двигательных нарушений детей с депривацией зрения средствами адаптивного физического воспитания : автореф. дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту / Л. Н. Ростомашвили. – СПб., 1999. – 24 с.
7. Ростомашвили Л. Н. Физические упражнения для детей с нарушенным зрением : метод. рек. для учителей, воспитателей, родителей / Л. Н. Ростомашвили. – СПб., 2001. – 124 с.
8. Сермеев Б. В. Физическое воспитание слабовидящих детей / Б. В. Сермеев. – М. : [б. и.], 1983. – 96 с. : ил.
9. Солнцева Л. И. Теоретические и практические аспекты коррекционно-воспитательной работы в школе для слепых на современном этапе / Л. И. Солнцева // Дефектология. – 1990. – № 1. – С. 9–15.
10. Частные методики адаптивной физической культуры : учеб. пособие / под ред. Л. В. Шапковой. – М. : Сов. спорт, 2003. – 464 с. : ил.

#### *Анотації*

*Організація процесу фізичного виховання з традиційним підходом до дітей без відхилень у стані здоров'я не повною мірою розв'язує проблему покращення показників фізичного розвитку й підвищення рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору в спеціальній школі-інтернаті. Завдання дослідження – розкрити особливості організації процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору з метою їх соціальної адаптації. Методи дослідження – аналіз та узагальнення літературних джерел, аналіз досвіду вчителів спеціального навчального закладу. Цілеспрямовані й дозовані фізичні вправи є потужним засобом корекції й компенсації недоліків у фізичному й функціональному розвитку дітей із порушеннями зору. Вони підвищують показники фізичного розвитку, сприяють корекції порушених функцій, покращують працездатність. Проблема організації процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору спеціальної школи-інтернату вивчено недостатньо глибоко, хоча необхідність розробки цього напрямку очевидна. Дотепер ще залишаються відкритими питання з особливостей фізичного розвитку, фізичної підготовленості, просторової організації тіла в дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору, що є перспективою подальших наукових досліджень.*

**Ключові слова:** організація, процес, фізичне виховання, діти, молодший, депривація, зір.

**Светлана Демчук, Татьяна Красушина. К вопросу организации процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста с депривацией зрения.** Организация процесса физического воспитания с традиционным подходом к детям без отклонений в состоянии здоровья не в полной мере решает проблему улучшения показателей физического развития и повышения уровня физической подготовленности детей младшего школьного возраста с депривацией зрения. **Задача исследования** – раскрыть особенности организации процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста с депривацией зрения специальной школы-интерната с целью их социальной адаптации. **Методы исследования** – анализ и обобщение литературных источников, анализ опыта учителей специальной школы. Целенаправленные и дозированные физические упражнения являются мощным средством коррекции и компенсации недостатков в физическом и функциональном развитии детей с нарушениями зрения. Они повышают показатели физического развития, содействуют коррекции нарушенных функций, увеличивают трудоспособность.

Проблема организации процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста с депривацией зрения специальной школы-интерната изучена недостаточно глубоко, хотя необходимость разработки этого направления очевидна. До сих пор еще остается открытым вопрос об особенностях физического развития, физической подготовленности, пространственной организации тела у детей младшего школьного возраста с депривацией зрения, что является перспективой наших дальнейших научных исследований.

**Ключевые слова:** организация, процесс, физическое воспитание, дети, младший, депривация, зрение.

**Svitlana Demchuk, Tetiana Krasushyna. To the Question of Organization Physical Education Process of Junior School Children with Visual Deprivation.** Organization of physical education process with the traditional approach towards children without disabilities in the state of health does not fully solve the problem of improvement of physical development and increasing of the level of physical fitness of children of junior school age with deprivation of vision. Research objective: to reveal the peculiarities of organization of the process of physical education of junior school children with deprivation of vision of a special boarding schools for their social adaptation. Methods: analysis and synthesis of literature, analysis of the experience of leading experts of a special school. Targeted and dosed exercises are a powerful tool of correction and compensation of the deficiencies in physical and functional development of children with visual deprivations. They increase rates of physical development, contribute to correction of the disturbed functions, increase their working capacity.

The problem of the physical education organization of junior school children with visual deprivation of a special boarding school wasn't examined deeply enough, although the need in development of this issue is obvious. So far, the questions of peculiarities of physical development, physical fitness, body spatial organization of junior school children with deprivation of vision which is the prospect of our further research stays topical.

**Key words:** organization, process, education, children, junior, deprivation, vision.