

альтернативной, чаще субъективной обратной связи которая не отвечает реалиям выполнения моторного акта или двигательной деятельности. Накопление дезинформации может вызвать в спортсмена иллюзорные субъективные мышечные ощущения, приводящие к формированию неадекватных действию движений. Как правило, к таким относятся движения на динамические формы регуляции когда мышечные усилия вызывают дискретность движений, создавая ложные ощущения в их высокой эффективности. На самом деле мышечными напряжениями гасятся реактивные и инерционные силы как наиболее производительные в других более эффективных формах регуляции координации движений – пространственной и временной.

Эффективность форм организации учебно – тренировочного процесса связана с влиянием многих факторов, что требует необходимого решения вопроса и поиска новых подходов в управлении спортивной тренировкой. Здесь можно выделить два основных принципа: новые подходы к пониманию целей планирования и значение человеческого фактора в этом процессе. При этом можно выделить основополагающие принципы в технологии «двух философий» - тренера и спортсмена: философию договора или контракта и философию совместной судьбы на период действия договора. Философия договора основана на том что тренер, спортсмен или команда заключают соглашение с организацией, ведомством а также спонсором или менеджером согласно которому первые обязуются на определённых условиях тренироваться и выступать на уровне, обусловленном договором и берут на себя ответственность в достижении конкретных результатов. При этом закрепляются интересы договаривающихся сторон. Для спортсмена форма договора позволяет повысить все виды мотивации и создать необходимый уровень физической и психологической отдачи спортсмена в тренировке и в соревнованиях.

Вторая философия – это своеобразная форма контакта тренера и спортсмена, по которой личностные отношения строятся в том числе и на формальных отношениях. Данный фактор расширяет возможности обеих сторон и позволяет более эффективно реализовать их индивидуальные возможности то есть продуктивно реализовать человеческий фактор. Такая философия позволяет объединить цели и задачи тренера и спортсмена, принять более высокую ответственность и совместно преодолевать трудности тренировочного процесса.

Такой подход позволяет существенно улучшать реакции систем организма спортсмена на различные по характеру нагрузки а также своевременно вносить коррекции и разрабатывать новые технологии в методике тренировки. Возникают условия для получения стабильности и вариативности нагрузки когда поочередно приобретает постоянная или переменная величина, создавая определённый психологический фон как основы формирования и реализации конкурентоспособных личностных качеств спортсмена.

Выводы

1. В спортивно – педагогических системах руководство требует структурно – функционального подхода что касается анализа и оценки многих факторов, включающих все виды спортивной подготовки.
2. Мотивация спортсменов и их отношение к тренировке и к выступлению в соревнованиях зависит от руководства этими вопросами со стороны тренера. Эффективность тренировки и мотивация спортсменов положительно коррелируют между собой.
3. Взаимная инициатива и творчество тренера и спортсменов являются основными предпосылками для воспитания и формирования личностных качеств как главного резерва надёжности в условиях напряжённой соревновательной конкуренции, а эти предпосылки позволяют овладевать новыми эффективными методическими приёмами и технологиями.

Перспективы исследований. На современном этапе развития тренировки тренеру а также спортсмену необходимы знания о том что без учёта человеческого фактора при повышении интенсивности тренировочной нагрузки и конкуренции в соревнованиях, нельзя решать задачи повышения спортивного мастерства что касается достижения стабильных результатов.

Литература

1. Горшков В.Е., Полухин А.В. Управление физической культурой и спортом в современных условиях. – Малаховка: МОГИФК, 1993. – 218 С.
2. Запорожанов В.А. Основы управления в спортивной тренировке //Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – с.213-225.
3. Зарайський Д.А.Управління чужою поведінкою. Технологія особистого психологічного впливу. Донецьк, 1995. – 96 с.
4. Зуев В.Н. Управление системой спортивного соревнования. –Тюмень: Вектор Бук, 1999. – 312 с.
5. Карпенко В.Б. Системный подход в управлении организационными структурами // Теория и практика физической культуры. – 1997, №4. – С.55-57.
6. Пикоян Р.Н. Методология познания спорта и оптимизация управления //Теория и практика физической культуры. – 2001, № 4. – С.22-26.
7. Fiedler F.E., Mahar L. The effectiveness of contingency model training: A review of the validation of Leader Match // Personnel psychology. 1979. V. 32.
8. Hoffman B. Leistungs – und Trainings – steuerung //Trainingswissenschaft. - Berlin: Sportverlag, 1994. - S. 436-467
9. Kentta G., Hassmen P., Raglin J. S. Training practices and overtraining syndrome in Swedish age-group athletes// Int. J. Sports med. - 2001. -№ 22. - P. 1- 6.

Рябченко Р.В.

Чернігівський національний педагогічний університет ім. Т.Г. Шевченка, м. Чернігів

УМОВИ ЕФЕКТИВНОГО КЕРУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯМ ШКОЛЯРІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ

У науковій статті досліджено теоретичні аспекти умов ефективного керування здоров'ям школярів у процесі занять фізичними вправами. Данні, які були отримані за допомогою аналізу науково-методичної літератури, свідчать про керуваність здоров'ям школярів у процесі занять фізичними вправами.

Ключові слова: ефективність, здоров'я школярів, заняття фізичними вправами.

Рябченко Р.В. Умовля ефективного управління здоров'ям школьників в процесі заняття фізичними вправами. В науковій статті досліджені теоретичні аспекти умовля ефективного управління здоров'ям школьників в процесі заняття фізичними вправами. Дані, які були отримані з допомогою аналізу науково-методическої літератури, свідчать про можливість управління здоров'ям їх в процесі заняття фізичними вправами.

Ключевые слова: эффективность, здоровье школьников, занятия физическими упражнениями.

Ryabchenko R. V. The conditions of effective control by schoolboys' health at a process of lessons of physical exercises.

As results of investigations show which are conducted of Ukrainian institute of social investigations about 90 % of schoolboys go at for physical culture two hours at week; other part of schoolboys follows to a program of special medical groups or does not attend lessons on physical culture.

One of the questions of non – effectiveness of modern system of physical education is that a content of this program is not healthing but educational content. School lesson of physical culture is directed first of all to solving educational questions connected with widening functional resources of schoolboy's organism which is developing as well as to increasing his defending endurance to unfavorable factors of environment and shows minimal influence on healthing person.

The question of effectiveness of conducting healthing lessons is the most attractive theme of investigations at physical culture and sport.

The main conditions of management of a person's health are determined during lessons of physical exercises: necessity at data about a level of managed object (a state and a level of health; morphological and psychological status; physical workability etcetera); a necessity of model characteristics of foreseen functional state of an object (necessary level of a health; functional and physical preparing) for highlighting a stage of deviation individual data from rules; a necessity of model characteristics of functional intermediate states of an object during healthing lessons; a presence of data about mechanisms of actions of various means of healthing (model characteristics of managed influences that is lesson programs); a presence of data of urgent and periodical estimation of changes at functional state of an object under influence of lesson programs which train; a correlation of used means for lessons; a correction of programs.

Key words: efficiency, health students, physical exercise.

Актуальність. Як засвідчують результати обстеження, проведені Українським інститутом соціальних досліджень, 89,92 % школярів займаються фізичною культурою в межах затвердженої шкільної програми (дві години на тиждень), решта – за програмою спеціальних медичних груп або повністю звільнені від занять фізичною культурою. Однією з проблем неспроможності й неефективності нинішньої системи фізичного виховання є те, що її зміст не оздоровчий, а освітній. Шкільний урок фізичної культури спрямований, перш за все, на вирішення навчальних питань, пов'язаних з розширенням функціональних ресурсів організму школяра, який ще розвивається, а також на підвищення його імунологічної стійкості до несприятливих факторів зовнішнього середовища і виявляє мінімальний вплив на оздоровлення дитини. Проблема ефективності проведення оздоровчих занять є найбільш привабливою темою досліджень у фізичній культурі і спорту. Уже визначені основні умови керуванням здоров'ям людини в процесі занять фізичними вправами: необхідність наявності даних про вихідний рівень керованого об'єкта (стан і рівні здоров'я, морфологічному і психічному статусі, фізичній працездатності і т.п.); необхідність модельної характеристики прогнозованого функціонального стану об'єкта (належного рівня здоров'я, функціональної і фізичної підготовленості) для виявлення ступеня відхилення індивідуальних даних від нормативів; необхідність модельних характеристик функціональних проміжних станів об'єкта в процесі оздоровчих занять; мати дані про механізми дії різних засобів оздоровлення (модельні характеристики керуючих впливів (програм занять); наявність даних термінової і періодичної оцінки змін у функціональному стані об'єкта під впливом програм занять, що тренують, адекватності використовуваних засобів занять; корекція програм [1.4.7.8]

Керування можливе тільки при наявності достатнього обсягу інформації, що характеризує стан об'єкта. Фізичний стан керованого об'єкта (школяра) може бути охарактеризоване соматометричними, стоматоскопічними, фізіометричними показниками фізичного розвитку, показниками фізичної працездатності, станом функціональних систем.

У процесі керування однією з головних задач є вибір з великої кількості характеристик найбільш інформативних і зведення їхньої кількості до можливого мінімуму. Однак, реалізація цих умов на практиці дуже складна, оскільки відсутні єдині підходи до оцінки рівня здоров'я, розробки нормативних параметрів фізичної працездатності і підготовленості різних віково-статевих груп.

Кількісний опис показників фізичного здоров'я дітей визначеного віку дає можливість створити моделі-стандарти. Порівняння фактичного стану з заданим дозволить кількісно визначити розходження між ними, і направити процес фізичного виховання на усунення цього розходження. Це визначає такі задачі дослідження як розробка модельних характеристик фізичного стану школярів і визначення раціональної сукупності засобів і методів у фізичному вихованні дітей з різним рівнем фізичного стану [3]

При керуванні в процесі фізичного виховання необхідно враховувати, що поряд з керуючими впливами (тренувальні уроки) організм людини піддається впливу ряду непередбачених зовнішніх впливів, що обурюють, (умов життя, харчування, інфекцій, екологічної обстановки і т.п.), значення яких у більшому ступені не враховується, тому що вони відносяться до розряду неконтрольованих і не залежних від довільної діяльності керованого об'єкта. У той же час ці зовнішні фактори можуть вносити істотні зміни у фізичний стан керованого об'єкта, що приводить до неадекватності загальноприйнятих методик фізичного виховання, і замість очікуваного позитивного ефекту привести до негативних наслідків [2.5.7]

Крім цього, необхідно припустити помилки в застосуванні керуючих впливів, підбор засобів фізичного виховання без врахування інтересів тих, хто займається, а також відсутність мотивації до занять фізичними вправами.

Мета дослідження – проаналізувати стан дослідження ефективного керування здоров'ям школярів у процесі занять фізичними вправами.

Методи дослідження: теоретичний аналіз, систематизація й узагальнення даних наукової літератури.

Результати дослідження. Для підвищення точності керуючого впливу необхідно вирішити наступні задачі: вивчити мотиви і інтереси юнаків до занять фізичними вправами; виявити стимули до підвищення мотивації і приведенню у відповідність внутрішньої програми поводження самокерованого об'єкта і зовнішньої програми керуючого об'єкта.

Для своєчасного обліку змін, що відбуваються в організмі школярів у процесі фізичного виховання і під впливом, що обурюють, необхідно розробити систему контролю, яка досить точно й об'єктивно відбиває зміни стану організму в часі. Для цього необхідно розробити систему педагогічного контролю в процесі фізичного виховання школярів, що складається з блоку інформативних тестів, що дозволяють характеризувати рівень фізичної підготовленості і соматичного здоров'я, кількісні і якісні критерії оцінки фізичної підготовленості, що дають можливість вчителю одержувати термінову і періодичну інформацію в природних умовах організації фізичного виховання.

Ефективність процесу керування характеризується досягненням мети. Метою керування в процесі фізичного виховання дітей є перехід організму за показниками усіх контрольованих параметрів його життєдіяльності в такий стан, що забезпечило б стабільний рівень фізичного здоров'я.

При оцінці способу досягнення мети як у спортивному, так і в кондиційному тренуванні, важко прийти до однозначності. Тому дослідники пропонують кілька показників ефективності процесу фізичного виховання: підвищення рівня фізичного стану, що характеризується як комплексними показниками, так і результатами в окремих тестах; поліпшення стану здоров'я дітей, зниження числа гострих респіраторних захворювань протягом року, зниження кількості загострень хронічних захворювань; формування мотивації до занять фізичною культурою, вибір визначеного виду спорту (чи фізичних вправ), систематичне відвідування організованих занять, або самостійні заняття.

Тому критеріями ефективності системи фізичного виховання в школі можуть бути: підвищення рівня здоров'я учнів (зниження кількості дітей, що відносяться до підготовчої і спеціальної медичних груп з 1 по 10 класи, зниження кількості повторних захворювань і пропущених через хворобу днів); підвищення рівня фізичної підготовленості (результати рухових тестів); підвищення обсягу й інтенсивності добової і тижневої рухової активності (хронометраж, анкетування); підвищення інтересу і мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом (кількість систематично займаються організованими і самостійними формами).

Вивчення ефективності окремих фізкультурно-оздоровчих програм засновано на оцінці адаптаційних реакцій організму.

Лікарсько-педагогічний контроль на заняттях оздоровчої спрямованості.

У процесі керування фізичним здоров'ям школярів провідна роль належить педагогічному контролю. Тому що керуваність системою підвищується при достатній частоті надходження інформації від керованого об'єкта до керуючого і навпаки, щоб можна було вчасно оцінити ситуацію і внести корекцію в керуючі команди. Педагогічний контроль подає інформацію про стан здоров'я людини, його фізичної працездатності і підготовленості, забезпечує зворотній зв'язок на основі інформації про зміни в різних системах організму під впливом засобів оздоровлення; визначає раціональні керуючі впливи (засоби і методи оздоровлення) для корекції фізичного стану.

У зміст первинного контролю при фізкультурно-оздоровчих заняттях разом авторів рекомендується застосовувати педагогічні спостереження, вимір здібностей і якостей із застосуванням спеціальних вимірювальних приладів, програм які тестуються і контрольних вправ.

Вчені в своїх роботах прагнули максимально звузити коло досліджуваних модельних показників фізичного стану людини, визначаючи їхню інформативність щодо фізичного здоров'я індивідуума. На думку авторів, найбільш інформативними показниками, що характеризують фізичне здоров'я людини, є відносна величина МСК і при виборі комплексу фізіологічних тестів необхідно ґрунтуватися на їх задовільному кореляційному зв'язку з максимальною аеробною працездатністю.

Оцінка стану і рівня здоров'я проводиться дільничним лікарем (педіатром, терапевтом) поліклініки, що дає висновок про приналежність людини до однієї з 3-х медичних груп: основної, підготовчої чи спеціальної.

Висновок про стан здоров'я визначає допуск, тобто свідчить про можливість використання фізичних навантажень, але не служить підставою для їхнього дозування. Підбір раціональних по спрямованості, обсягу інтенсивності фізичних вправ, їх сполученню з іншими засобами оздоровлення можливий на основі обліку як окремих факторів фізичного стану, так і його рівня. Від правильного підбору таких параметрів як інтенсивність навантажень, тривалість і частота тренувальних занять, обсяг тренувальних програм залежить від даних занять. Деякі дослідники вважають, що в обґрунтуванні параметрів занять необхідно орієнтуватися на відстаючі рухові якості. При цьому підбір засобів визначається ступенем відхилення індивідуальних параметрів від належних.

У закордонній літературі ми не знайшли обмежень по розвитку фізичних якостей у різні періоди від 7 до 17 років. Автори вказують на особливості методики тренувальних занять. У вітчизняній літературі для визначення спрямованості фізичних навантажень використовуються як орієнтири сенситивні періоди, що у різних авторів можуть не збігатися. Імовірно, це зв'язано з тим, що рекомендації про спрямованість засобів у програмах по фізичному вихованню школярів даються орієнтуючись на середньостатистичну норму, а не на модель фізично здорового. Це передбачає використання традиційного стандартно-нормативного методу, що не враховує індивідуальні особливості дітей. Застосовуваний у практиці фізичного виховання індивідуально-нормативний підхід розрахований на виконання індивідуальних нормативів з підтягуванням відстаючих якостей. Хоча деякі автори вважають його мало прийнятним у масовій оздоровчій фізичній культурі через його трудомісткість, групою дослідників була доведена його раціональність як у роботі з дорослим контингентом так і з дитячим. Його реалізація зв'язана зі складанням індивідуальних програм занять, виконання як у урочних, так і в позаурочних формах занять.

Систематизація методів фізичного тренування, здійсненої В.В.Зайцевої і описаної В.А.Романенко виділяє ще два методи, що визначають спрямованість вибору засобів в оздоровчій фізичній культурі – типологічно-нормативний і типоспецифічний. Суть

першого полягає в спрямованому впливі на відстаючі від середньо популяційного нормативу в даній соматотипічній групі рухові якості. Другий припускає вибір спрямованості навантаження найбільш відповідним генетичним задаткам школярів, що на початковому етапі оздоровчих занять при низькому рівні фізичної підготовленості буде мати позитивний перенос на інші якості. На думку В.А.Романенко і В.А.Максимовича найбільш раціональним в оздоровчому тренуванні є типологічний нормативний метод, орієнтований на розвиток відстаючої рухової якості з урахуванням типологічних особливостей особистості за умови використання не помірних, а субмаксимальних навантажень з періодичним підключенням максимальних. Звертається також увага на те, що рівень навантажень визначається метою занять, що може полягати в профілактиці захворювань, підвищенні стійкості організму до різних стресових впливів, досягненні заданого рівня працездатності і ін.

Більшість аналізованих робіт з вивчення фізичної підготовленості висвітлюють прояв окремих рухових якостей поза зв'язком з показниками здоров'я. Цей зв'язок просліджується в одиничних роботах. Більшість авторів притримуються думки, що першорядну роль у забезпеченні життєздатності організму дітей належить аеробній продуктивності. У зв'язку з цим, основна спрямованість занять повинна бути спрямована на розвиток загальної витривалості, що підвищує неспецифічну резистентність організму до несприятливих умов навколишнього середовища. Я.С. Вайнбаум виділяє дві основних якості, що мають взаємозв'язок з фізичним здоров'ям дітей – силу і витривалість.

У ряді публікацій пропонується визначення спрямованості й обсягу вправ в оздоровчих програмах з урахуванням рівня фізичного стану. Для визначення конкретних навантажень враховуються особливості адаптації, стану здоров'я, рівня фізичної працездатності до навантажень різної інтенсивності.

Більшість закордонних дослідників вважає, що в програмах оздоровчих тренувань головна увага повинна приділятися тренуванню кардіо-респіраторної системи для розвитку аеробних можливостей з урахуванням фізичного стану. Висловлюється думка, що головним фактором, що впливає на динаміку функціонального стану серцево-судинної системи є інтенсивність фізичного навантаження, а не її тривалість.

Ефективність оздоровчих тренувань вивчається протягом багатьох років. Спочатку більша увага приділялась якісним параметрам тренувань, потім – кількісним. В останні роки дослідників усе більше цікавлять проблеми кількісних і якісних характеристик оздоровчих тренувань з урахуванням індивідуальних особливостей школярів.

Фахівцями в області масової фізичної культури пропонується спосіб дозування інтенсивності навантаження по частоті серцевих скорочень на основі обліку реакції останньої на навантаження. Частота серцевих скорочень зростає при підвищенні енергозапиту, однак існує поріг, за межами якого на подальше підвищення навантаження організм не відповідає підвищенням частоти серцевих скорочень (ЧСС).

У літературі запропонований ряд способів завдання пульсового тренувального режиму за допомогою номограм і формул, у яких враховується вік, рівень фізичного стану, тривалість фізичної роботи, маса тіла. Максимально припустима частота серцевих скорочень при фізичних вправах повинна бути нижче прогнозованої величини ЧСС мах.

Оскільки під час вправ дуже складний вимір об'єктивних показників, для оцінки інтенсивності навантаження біли розроблені педагогічні тести, що дозволяють здійснювати її контроль у циклічних видах за суб'єктивними критеріями. При рішенні питання про самостійні позашкільні заняття фізичними вправами необхідно навчити кожного школяра методам самоконтролю.

Ефективність оздоровчих програм багато в чому залежить від їхніх параметрів (тобто, інтенсивності й обсягу фізичних навантажень, тривалості і кратності, тобто числа занять у тиждень).

Індивідуальні параметри фізкультурно-оздоровчих занять дуже варіативні й обумовлені різним рівнем фізичного стану.

Мінімальна кратність занять для підвищення фізичного стану складає – 3, для його підтримки – 2 рази на тиждень. Тривалість занять коливається в межах 20-60 хвилин. Маються також дані про позитивний вплив більш частих занять зі застосуванням оздоровчих форм фізичної культури – щоденних дворазових занять по 45 хв., однократних по 8-30 хв., шестиразових по 10 хв., п'ятиразових по 30 хв. Співвідношення інтенсивності і тривалості вправ знаходиться в зворотній залежності. Чим вище інтенсивність, тим менше тривалість вправ, чим вище інтенсивність загального навантаження в заняття, тим менше тривалість.

Не менш суперечливі дані про вибір раціональних засобів фізичної культури в оздоровчому тренуванні. Переважна більшість авторів вважають, що в програмах оздоровчого тренування головна увага повинна приділятися циклічним вправам.

Навантаження в циклічних видах вправ збільшують спочатку за рахунок збільшення їхньої тривалості, потім – за рахунок підвищення їхньої інтенсивності при одночасному скороченні обсягу з наступним поступовим його збільшенням.

Деякі дослідники пропонують програми оздоровчих занять із застосуванням вправ силового і швидко-силового характеру. При цьому інтенсивність навантажень досягає 80-85 % від максимуму.

Радикально змінювати параметри в оздоровчих програмах доцільно після підвищення рівня фізичного стану, для чого періодично варто визначати фізичний стан за допомогою кожної з діагностичних систем. Встановлено, що 2-3 місячний термін занять достатній для переходу в більш високий функціональний клас.

Висновки. За результатами проведеного аналізу науково-методичної літератури встановлено, що наявність значної кількості досліджень, спрямованих на пошук засобів підвищення ефективності фізичного виховання школярів, основною проблемою є впровадження інноваційних підходів до організації занять фізичними вправами з урахуванням інтересів та вікових особливостей дітей. В проаналізованих літературних джерелах автор рекомендує комплексно розглянути структуру і зміст занять, представити чіткі умови навчання, визначити їх послідовність.

Література

1. Кардялис К.К. Влияние знаний о физической культуре и здоровом образе жизни на отношение школьников к физической активности / К.К. Кардялис, И.Ю. Зузиене // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1999. - № 3-4. – С. 11-15.
2. Родин М.А. Формирование личности старших подростков в условиях учебно-тренировочного процесса / М.А. Родин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2003. - № 4. – С. 17-19.

3. Худолій О.М. Теоретичні основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі // О.М.Худолій // Теорія та практика фізичного виховання. – 2001. - № 1. – С.3-12.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001.– Ч. 1.– 272 с.
6. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – Ч. 2. – 248 с.
7. Korah I. Polyakov, S. Khrushchev, monitoring and correction of the physical health of schoolboys: Manual - M.: Iris Press, 2006
8. Mental health of children and adolescents in the context of psychological services (ed Dubrovina I.) Series: Manual of Practical Psychology. M.: Academy, 2000-176
9. Chumakov B Valeology: Proc. allowance. - 2nd ed. Corr. and ext. - M.: Russian Pedagogical Society, 2000 – 407s
10. Sherman C. Training elementary school classroom teachers to lead developmentally appropriate physical education: in the absence of credentialed specialists, how can schools improve the teaching of physical education? C. P. Sherman // The Journal of Physical Education, Recreation & Dance. - 2008. - № 11. – P. 73 - 78.

Савлюк С.П., Панчук А.П.

Національний ун-т фізичного виховання і спорту України, м. Київ;
Рівненський державний гуманітарний ун-т, м. Рівне

АНАЛІЗ ПРОГРАМ З КОРЕКЦІЇ ПРОСТОРОВОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ ТІЛА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ДЕПРИВАЦІЄЮ ЗОРУ

На підставі аналізу літературних джерел розглянуто програми з корекції просторової організації тіла молодших школярів із депривацією зору (ДЗ). **Мета** – розкрити зміст програм з корекції просторової організації тіла у молодших школярів із депривацією зору, сформулювати основні умови реалізації методики застосування комплексів вправ для формування правильної постави у молодших школярів із ДЗ. **Результати**: проведено аналіз існуючих програм щодо корекції просторової організації тіла молодших школярів із ДЗ у процесі фізичного виховання; розкрито важливість фізичного виховання в корекції недоліків просторової організації тіла; виявлено ряд публікацій, присвячених розробці програм і методичних підходів, спрямованих на вдосконалення змісту уроків фізичного виховання школярів із ДЗ; встановлено важливу роль фізичного виховання у корекції просторової організації тіла дітей. **Висновки**: існуючі програми з корекції постави дітей молодшого шкільного віку з ДЗ позитивно впливають на опорно-руховий апарат і фізичний розвиток дітей із ДЗ. Особливістю корекційних програм є те, що вони спрямовані на зміцнення м'язового корсету та м'язово-суглобового відчуття правильної постави за рахунок використання різноманітних засобів (плавання, ЛФК, фізичні вправи, нетрадиційні засоби фізичної культури). При проведенні комплексів вправ необхідні як індивідуальний підхід із урахуванням стану зору кожного учня, клінічної форми порушення зору, так і диференційований підхід із урахуванням типу порушення постави.

Ключові слова: просторова організація тіла, молодший, школяр, депривація, зір, програма.

Анализ программ с коррекции пространственной организации тела младших школьников с депривацией зрения. Савлюк С.П., Панчук А.П. На основе анализа литературных источников рассмотрены программы по коррекции пространственной организации тела младших школьников с депривацией зрения (ДЗ). **Цель** – раскрыть содержание программ по коррекции пространственной организации тела у младших школьников с депривацией зрения, сформулировать основные условия реализации методики применения комплексов упражнений для формирования правильной осанки у младших школьников из ДЗ. **Результаты**: проведен анализ существующих программ по коррекции пространственной организации тела младших школьников с ДЗ в процессе физического воспитания; раскрыта важность физического воспитания в коррекции недостатков пространственной организации тела; выявлен ряд публикаций, посвященных разработке программ и методических подходов, направленных на совершенствование содержания уроков физического воспитания школьников с ДЗ. Установлена важная роль физического воспитания в коррекции пространственной организации тела детей. **Выводы**: существующие программы по коррекции осанки детей младшего школьного возраста с ДЗ положительно влияют на опорно-двигательный аппарат и физическое развитие детей из ДЗ. Особенностью коррекционных программ то, что они направлены на укрепления мышечного корсета и мышечно-суставного ощущения правильной осанки за счет использования разных средств (плавание, ЛФК, физические упражнения, нетрадиционные средства физической культуры). При проведении комплексов упражнений необходимые как индивидуальный подход с учетом зрения каждого ученика, клинической формы нарушения зрения, так и дифференцированный подход с учетом типа нарушения осанки.

Ключевые слова: пространственный, организация тела, младший, школьник, депривация, зрение, программа.

Analysis of the program on spatial organization correction of the body of primary school children with vision deprivation.

Савлюк С.П., А. Р. Панчук. On the basis of the literature reviewed the programs on spatial organization correction of the body of the younger pupils with vision deprivation (VD). **Objective** – to disclose the content of the programs on the correction of body spatial organization in primary school children with vision deprivation, to formulate the basic conditions for realization of methods of using a set of exercises for the formation of the correct posture in primary school children with VD. **Results**: it was conducted the analysis of existing programs for spatial correction of the body of younger pupils with VD during physical training; it was disclosed the importance of physical education in correcting the spatial organization shortcomings of the body; was identified a number of publications devoted to the development of programs and teaching approaches aimed at improving the content of the physical education lessons for pupils with VD; was established the important role of physical education in the correction of the spatial organization of the children's body. **Conclusions**: existing