

Фролова О.О.
Маріупольський державний університет,

ВПЛИВ ЛІКУВАЛЬНОЇ РИТМИКИ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ

У статті розглянуто сутність сюжетно-рольових здібностей в процесі виховання дітей дошкільного віку. Надано характеристику етапів проведення заняття з фізичного виховання за допомогою сюжетно-рольових ігор. Сформовані основні цілі завдання для розвитку сюжетно-рольових здібностей у дітей дошкільного віку в процесі навчання у дошкільному навчальному закладі.

Ключові слова: сюжетно-рольова гра, фізичне виховання, дошкільний вік, рухова активність, кінезотерапія, музично-ритмічне виховання.

Фролова О.А. Влияние лечебной ритмики на состояние здоровья ребенка. В статье рассмотрена сущность сюжетно-ролевых способностей в процес се воспитания детей дошкольного возраста. Охарактеризованы этапов проведения занятия по физическому воспитанию с помощью сюжетно-ролевых игр. Сформированы основне цели задачи для развития сюжетно-ролевых способностей у детей дошкольного возраста в процес се обучения в детском саду.

Ключевые слова: сюжетно-ролевая игра, физическое воспитание, дошкольный возраст, двигательная активность, кинезотерапия, музыкально-ритмическое воспитание.

Frolova A. A. Effect of treating rhythms in childhood. At the present stage of society's development, there is a process of critical reflection of many theoretical and practical provisions in the field of physical education of the younger generation. The priority direction is the development and implementation of new pedagogical techniques, technologies and alternative approaches to improving physical education and education of children. In recent years, scientific research data has convincingly shown that the number of children with different lag in development is constantly increasing. The purpose of the article is to analyze the existing approaches to the orientation of modern pedagogical systems not only on the health of children of preschool institutions, but also at the level of physical education and development of the child. Research material. Since a person lives fully when moving. Treatment by movement, its various forms and forms is called «kinesitherapy». The medical rhythm is part of kinesitherapy. That is, the system of physical and rhythmic exercises in music develops a sense of rhythm that ultimately has a therapeutic correction effect. An integral part of the therapeutic rhythm is the speech therapy rhythm. The first components of the system of logarithmics are the movement and its components. The second and very important component of the system is the word. The third component of the technique is music. Music stimulates the nerve centers, the tone and strength of the sounds depend on the heart rate and the work of the respiratory organs, as well as the nutrition of tissues of the body. The fourth component of the system may be a plot, because speech therapists are based on a comprehensive game method, that is, in game form on a certain plot - Ukrainian and foreign fairy tales, stories, stories of imaginary travel, etc.

Consequently, the system of role-plays should include obligatory repetition of molded motor skills; taking into account age and individual abilities of children with speech impairments; gradual increase in the requirements for children; comprehensive influence on the personality of the child; complexity, that is, the connection of plot-role games with other medical-psychological influences and the main types of musical activity.

Key words: story-rolegame, physicaleducation, preschoolage, motoractivity, kinesitherapy, musical-rhythmic upbringing.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства відбувається процес критичного осмислення багатьох теоретичних і практичних положень в галузі фізичного виховання підростаючого покоління. Стає пріоритетним напрямком розробка і реалізація нових педагогічних методик, технологій і альтернативних підходів до вдосконалення фізичного виховання і освіти дітей. Основи становлення особистості дитини, його фізичної культури, гармонійного розвитку, потреби до здорового способу життя, систематичних занять фізкультурою і спортом закладаються в дошкільному віці. Від рівня сформованості цих складових багато в чому залежить здоров'я дитини.

Разом з тим статистика показників здоров'я підростаючого покоління в останні роки розрізнена і негативна. За даними Міністерства охорони здоров'я України стан здоров'я дітей за останні два роки дещо стабілізувався. Але при цьому відсоток здорових дітей як і раніше невисокий.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні роки дані наукових досліджень переконливо показують, що кількість дітей, що мають різні відставання в розвитку, постійно збільшується.

На думку Бурла О. М. [1, с.28] гостра ситуація, пов'язана з погіршенням здоров'я підростаючого покоління визначається не тільки поруч соціально-економічних і екологічних факторів, але також серйозними недоліками в методичці фізичного виховання, нерациональної організацією рухового режиму в цілісному педагогічному процесі дошкільного навчального. Багато годин діти проводять на заняттях в статичному положенні «сидячи». Їх інтелектуальне навантаження значно перевершує фізичну, всупереч знанням про те, що рухова активність дитини обумовлена природною біологічною потребою, законами розвитку зростаючого організму.

Мета статті проаналізувати існуючі підходи до орієнтації сучасних педагогічних систем не тільки на стан здоров'я дітей дошкільних установ, а й на рівні фізичного виховання і розвитку дитини.

Викладення основного матеріалу дослідження. Оскільки людина повноцінно живе тоді, коли рухається. Лікування за допомогою руху, різних видів його і форм називається «кінезотерапією» [2-4]. У результаті різноманітних форм і засобів руху змінюють загальну реактивність організму, підвищують його стійкість, порушують патологічні динамічні

стереотипи, що виникають при хворобі, і створюють нові, які забезпечують певну адаптацію, якщо не повне одужання. Лікувальна ритміка є частиною кінезітерапії [5, с.19]. Тобто система фізичних і ритмічних вправ під музику розвивається почуття ритму, що в кінцевому результаті має лікувально-корекційний ефект.

Складовою частиною лікувальної ритміки є логопедична ритміка. Це не значить, що вона використовується тільки стосовно осіб із проблемами. Логопедична ритміка - виховання дитини, виховання ритмічного, музично-ритмічного почуття за допомогою слова і рухів

Про значення ритмічного й логоритмічного впливу ритміки говорили й писали багато дослідників та практиків [1-8]. Наприклад, Т.С. Саранчук [6] доказує що, ритмічні рефлексії, пристосовують організм дитини реагувати на певні подразники (слухові, зорові), установлюється рівновага в діяльності нервової системи, втихомирює занадто збуджених і розторможує уповільнених, загальмованих, урегульовуються неправильні й зайві рухи.

М. Чернявський аналізуючи позитивний вплив логоритміки, як психотерапевтичний метод, на загальний тонус, на моторику, на настрій сприяє тренуванню рухливості нервових процесів ЦНС, активізує кору головного мозку [7]. Завдячуючи цьому, методика впливу засобами сюжетно-рольової здібності знайшла широке застосування в роботі з дітьми, підлітками й дорослими з порушеннями мовлення.

Виховна сила музики полягає в тому, що вона своєрідно акцентує на певних моментах і ситуаціях у житті людини, підсилює емоційне сприймання і виробляє особливе ставлення до них. Душевні імпульси, що виникають при цьому, впливають на характер людини [9, с.111].

Музика стимулює нервові центри, від тональності та сили звуків залежать серцевий ритм і робота органів дихання, а також живлення тканин організму зображені у таблиці.

Таблиця

Основні складові сюжетно-рольової ритмічної гімнастики

ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ СЮЖЕТНО-РОЛЬОВОЇ РИТМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ

Рухові вміння	Музично-ритмічні почуття	Лікувальна гімнастика
Рухові навички	Музично-ритмічні виховання	Логопедична ритміка
Психомоторні навички	Рухливі ігри	
Музичний ритм	Кінезотерапія	

Отже, у сполученні слів музично-ритмічна діяльність підкреслює характер діяльності: діти спочатку слухають музику, у них виникають певні емоційні переживання, під впливом яких рухи набувають необхідного характеру. Заняття ритмікою сприяють фізичному розвитку дітей: удосконалюється координація рухів, поліпшується постава, підвищується життєвий тонус, що створює в дитини бадьорий, радісний настрій і сприятливо позначається на стані організму в цілому.

На заняттях ритмікою, на нашу думку, необхідно широко використовувати твори українських казкарів, поетів, музикантів, митців інших народів, а також проводити вправи, де дитина має змогу самостійно діяти й порівнювати свої дії з аналогічними. Оскільки опорними компонентами логоритміки як комплексної методики системи є рух, музика, сюжет і слово, погоджуємось із думкою Москаленко Н. [10] про те, що основними напрямками логоритміки в логопедичній роботі мають бути: інтеграція основних компонентів у художньо-мовленнєву діяльність дітей.

Першими компонентами системи логоритміки є рух та його складові:

- а) стройові вправи в узгодженні з музикою (шикування, перешкування, повороти на місці);
- б) загально-розвивальні вправи під музику (ЗРВ), спрямовані на розвиток різних груп м'язів (рук, плечового поясу, ніг, тулуба та ін.), виконувані з атрибутами й без них;
- в) вправи основної, художньої гімнастики й акробатики, що виконуються під музичний супровід ("ластівка", хвилеподібні рухи руками й тулубом, різні перевероти, стійка на лопатках, "міст", "рибка" та ін.);
- г) елементи різних танців - класичних, сучасних, народних — і засоби хореографії;
- д) спеціальні вправи, спрямовані на розвиток артикуляційного апарату, фонематичного сприйняття, дихальної функції, дрібно моторної координації рухів і сприятливого створення функціональної бази для розвитку мовлення дитини (алфавітна гімнастика).

Другим і дуже важливим компонентом системи є слово. Передбачаються різні форми використання мовного матеріалу, а саме: примовляння спеціально-підібраних речитативів, виконання під фонограму пісень, вимова окремих фонем пошепки й голосно (звукова гімнастика). Координація руху зі словом дуже важко дається дітям із порушеннями мовлення, але саме це й сприяє його розвитку.

Третім компонентом методики є музика. Рухи, що виконуються під музику відповідно до її структурних особливостей, характеру, ритму і темпу, є основою для розвитку почуття ритму й рухових здібностей дітей, дозволяють вільно, красиво й координаційно правильно виконувати рухові завдання. Правильний підбір музичного супроводу покращує не лише емоційний стан дітей, але і якість рухів, надає їм особливої виразності, розвиває координацію, сприяє розвитку різних типів пам'яті.

Четвертим компонентом системи може бути сюжет, адже логопедичні заняття будуються на основі комплексного ігрового методу тобто в ігровій формі за певним сюжетом - українських і зарубіжних казок, розповідей, за історіями уявних подорожей та ін. Основний вплив на психічний розвиток дітей здійснює ігрова діяльність, і насамперед сюжетно-рольова ритмічна гра.

Гра для дошкільника є природною діяльністю, у процесі якої він пізнає життя, а також найменше стомлюється, і тому інтерес й увага в грі затримуються в нього довше, ніж у спеціальних навчальних вправах. Отже, слова й рух під музику, поєднані певним сюжетом є засобом виправлення мовленнєвих і рухових порушень у дітей.

Не існує сталої думки щодо особливостей проведення сюжетно-рольових занять в умовах ДНЗ. Так, на думку О.М.

Бурла, основу методики логоритмічного виховання становить наслідування дій вихователя, логопеда, музичного керівника й дітей, що правильно виконують завдання. Колективні методи поєднуються з індивідуальним підходом до дітей: перевірка виконання завдання в кожній дитині, у невеликій групі та ін. Логопед і музичний керівник використовують різні прийоми: показ руху, словесні інструкції, пояснення, образну розповідь, виконання руху разом із дитиною, повторення з нею потрібного слова, фрази; при цьому застосовуються схвалення, похвала, заохочення [1, с. 28].

О.М. Бурла розрізняє тематичні й комплексні сюжетно-рольових заняття:

- тематичні заняття з різних видів музичної, рухової й мовленнєвої діяльності об'єднані яким-небудь уявним образом (наприклад пташкою, лялькою, кулями, гусаками, літаком, дощиком, ялинкою, кішечкою);

- комплексні заняття музична діяльність поєднується з мовленнєвою й образотворчою; відбувається чергування дій (наприклад: діти то розглядають іграшку, то виконують виразні рухи персонажа, то малюють або наклеюють готові форми під музику, що визначає темп діяльності, то співають разом із педагогом) [1, с. 29].

Сюжетно-рольові заняття проводяться, як правило, не менше двох разів на тиждень. Їхня тривалість - 20-30 хвилин для дітей 4-5 років, до 40 хвилин для дітей 6-7 років. Корекційна спрямованість занять зумовлена поетапністю колекційної роботи під час усунення різних порушень мовлення. Оскільки всі логоритмічні заняття служать цілям корекції мовлення, рухів й особистості дитини, то їхня програма, має бути узгоджена з етапами логопедичної роботи:

1 етап: ритмічна розминка;

2 етап: загально-розвивальні вправи;

3 етап: музично-ритмічні рухи, ігри, танці;

4 етап: спів;

5 етап: мовленнєві вправи;

6 етап: слухання музики [8].

Така послідовність завдань забезпечує правильне чергування фізичного й психологічного навантаження і вправ.

Основні й загально-розвивальні вправи проводяться на всіх етапах навчання. Вони сприяють розвитку вміння орієнтуватися в просторі, координації рухів, рівноваги й формують правильну поставу. В своїй практиці я підбираю такі вправи, за допомогою яких одночасно вирішуються завдання з корекції моторики й розвитку уваги й пам'яті.

У процесі занять необхідно застосовувати спеціальні ігрові вправи для розвитку тонких рухів пальців рук (наприклад «Пальчики вітаються», «Сильні ручки» та ін.). Після того, як діти навчилися чітко виконувати окремі вправи, проводяться інсценівки пісень і віршів із використанням ляльок бібабо, пісень і віршів.

У процесі роботи над звукоутворенням і подихом діти вчать «тягти» звук, не «розривати» слово. Бесіди носять розгорнутий характер, увагу звертаю на розвиток у музичному добутку художнього образу, проведення роботи на д розуміння музичних засобів виразності.

Розглядаючи сюжетно-рольові здібності сучасні дослідження визначають моторну природу почуття ритму, вказуючи на різноманітні м'язові скорочення язика, щелеп, пальців ніг, дихальної мускулатури, що є умовою ритмічного переживання. Тому ефективним вважається ритмічне моделювання - рухове підлаштування до заданої ритмічної структури. Засвоєння ритмічних еталонів завдяки ритмічному моделюванню сприяє формуванню цілісного сприйняття простору й часу, зорово-руховій координації, емоційно-вольовій сфері, які можна зобразити у вигляді рисунку.

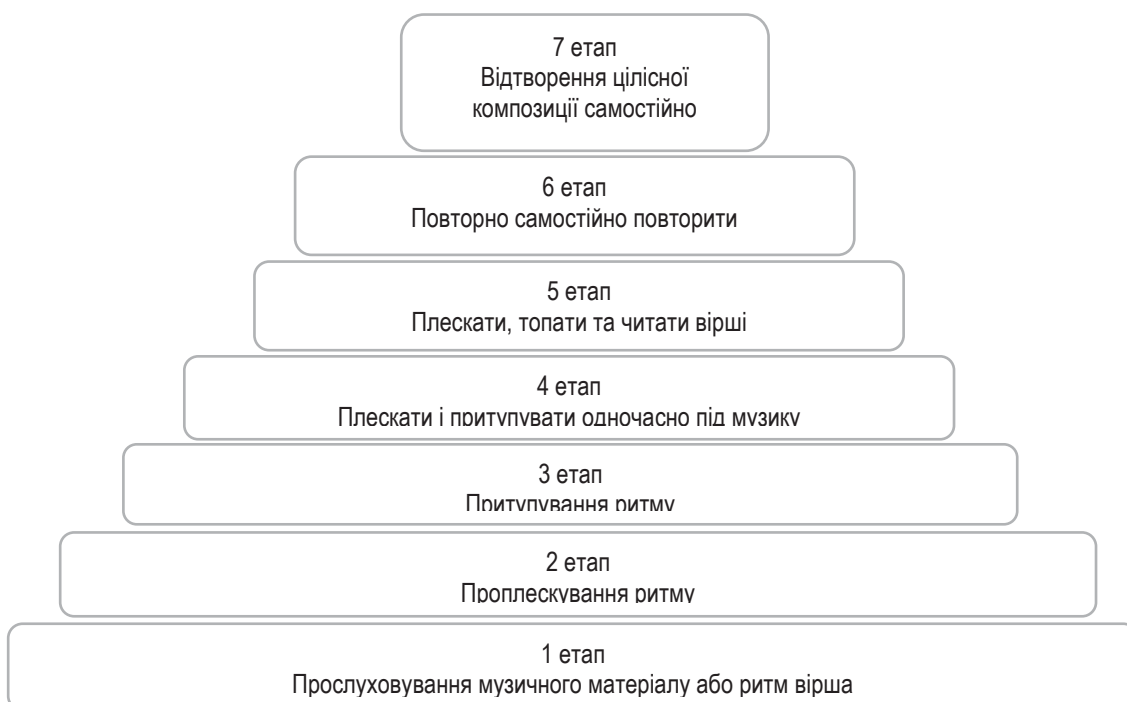


Рис.1.2. Схема розвитку сюжетно-рольових здібностей (складено за [2-8])

Ураховуючи зміст та напрями сюжетно-рольової роботи з дітьми дошкільного віку, а також особливості корекційної роботи з дітьми, необхідно послідовно виконувати сюжетно-рольові заняття та спиратися насамперед на психолого-педагогічні характеристики дитини. На успішність оволодіння дітьми нормами рідної мови, фізичної сформованості впливає розвиток психічних процесів (мовленнєво-слухової пам'яті, уваги, уяви, словесно-логічного мислення та ін.), тому в роботі з формування правильного усного мовлення та фізичного розвитку діяльність повинна бути спрямована на здійснення програми з розвитку мовлення, а також на розвиток пізнавальної й особистісної сфери дитини.

Висновки та пропозиції. Отже, система сюжетно-рольових занять повинна включати в себе обов'язковість повторення сформованих рухових навичок; урахування вікових й індивідуальних можливостей дітей із порушеннями мовлення; поступове підвищення вимог до дітей (ускладнення рухових, музичних і словесних завдань); усебічний вплив на особистість дитини (діючи в якості неспецифічної терапії); комплексність, тобто зв'язок сюжетно-рольових ігор з іншими медико-психологічними впливами й основними видами музичної діяльності (слухання, спів, музично - ритмічні рухи).

На сюжетно-рольових заняттях музика не просто супроводжує рухи, а є їхнім організуючим початком. Вправи підібрані так, щоб кожний музичний сигнал викликав негайну й певну рухову реакцію. Це дозволяє розвивати увагу, слухове сприйняття, просторове орієнтування, а головне - сприяє корекції власне мовленнєвих порушень: фонематичного слуху, темпу й ритму подиху.

Література

1. Бурла О. М. Застосування рухливих ігор на заняттях з молодшими школярами / О. М. Бурла, О. А. Головенко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Суми, 2008. – С. 27 – 31.
2. Варій М. Й. Загальна психологія / М. Й. Варій – К. : Центр учбової літератури, 2010. – 988 с.
3. Viskovatova T.P. Problema genezisa, diagnostiki i psihologo-pedagogicheskoi korrekcii zaderzhki psihicheskogo razvitiya u detej (na primere neblagopriyatnogo vliyaniya prirodnyh i antropogennih faktorov): dis. ... doktora psihol. nauk: 19.00.08 / Viskovatova Tat'yana Pavlovna. - K., 2013. - 382 s.
4. Krucevich T.YU. Kontrol' v fizicheskom vospitanii detej, podrostkov i yunoshej / T.YU. Krucevich , M.I. Vorob'yov. – Kiev: NUFVSU, 2012. – 195 s.
5. Shevchenko Yu.M. Fizychnyy rozvytok ditey starshoho doshkil'noho viku zasobamy intehratsiyi rukhiv i muzyky : dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk: spets. 13.00.08 – doshkil'na pedahohika/ Yu.M. Shevchenko. – Zaporizhzhya, 2009. –228 s.
6. Saranchuk T.S. Efektyvnist' innovatsiynykh pidkhodiv do zmistu prohram z fizychnoyi kul'tury dlya ditey molodshoho shkil'noho viku: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : spets. 24.00.02 „Fizychna kul'tura, fizychno vykhovannya riznykh hrup naselennya” / T. S. Saranchuk. – K., 2012. – 20 s.
7. Chernyavs'kyy M. Rekreatsino-ozdorovchi tekhnolohiyi u protsesi fizychnoho vykhovannya molodshykh shkolyariv / M. Chernyavs'kyy, O. Andryeyeva // Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu. – K., 2007. – # 3. – S. 30–33
8. Derzhavni testy i normatyvy otsinky fizychnoyi pidhotovlenosti naselennya Ukrainy ; Za zah. red. Zubaliya M.D. - 2-e vyd., persrob. i dopov. - K, 2016. - 52 s
9. Круцевич Т. Ю. Рекреация у физической культуре разных групп населения: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олім. лит., 2010. – 248с.
10. Москаленко Н. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.

Халайджі С.В., Сергеева Т.П.

Одеська національна академія харчових технологій,

ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ І КУРСУ ДО ПРОХОДЖЕННЯ МЕДОГЛЯДУ

Розглянуто проблему визначення фізичної підготовленості студентів I курсу на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду).

Проведено аналіз науково-методичної літератури та підібрано рухове тестове завдання, яке дало змогу визначити початковий рівень фізичної підготовленості студентів, не завдаючи шкоди їхньому здоров'ю.

Зазначено, що аналіз отриманих даних допоміг на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду) підібрати їм адекватне фізичне навантаження, розділивши їх на групи з приблизно однаковим рівнем фізичної підготовленості.

Ключові слова: фізична підготовленість, тестове завдання, студенти -першокурсники.

Халайджі С.В., Сергеева Т.П. Определение уровня физической подготовленности студентов I курса до прохождения медосмотра.

Рассмотрена проблема определения физической подготовленности студентов I курса на первом этапе занятий физической культурой (до прохождения студентами медосмотра).

Проведен анализ научно-методической литературы и подобрано двигательное тестовое задание, которое позволило определить начальный уровень физической подготовленности студентов, не нанося вреда их здоровью.

Отмечено, что анализ полученных данных помог на первом этапе занятий физической культурой (до прохождения студентами медосмотра) подобрать им адекватную физическую нагрузку, разделив их на группы с приблизительно одинаковым уровнем физической подготовленности.

Ключевые слова: физическая подготовленность, тестовое задание, студенты-первокурсники.