

література. — 2012, 724 с.

10. Earle, Roger. NSCA's Essentials of Personal Training. NSCA Certification Commission. 2004. pp. 162, 617.
11. Sharkey, B. Fitness and Health, 5th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2002. 240 p.
12. The National Strength and Conditioning Association Personal Training Certificate – NSCA). Malek, M.N., D.P. Nalbon, D.E. Berger, and J.W. Coburn, Importance of health science education for personal fitness trainers. Journal of Strength and Conditioning Research, 2002. 16 (1), p. 19-24.

УДК373.2:796-058.862

Косівська С.В.

Кіровоградський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка

ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ-СИРИТ 3-6 РОКІВ ЗАСОБАМИ РОЗВИТКУ РУХОВОГО ІНТЕЛЕКТУ

Розглядається можливість покращення фізичного розвитку дітей дошкільного віку, які виховуються в умовах державних дитячих будинків інтернатного типу, за рахунок підвищення рівня рухового інтелекту. Розроблена комплексна методика розвитку рухового інтелекту покращила фізичний розвиток дітей-сиріт 3-6 років. Це дозволяє визначити ефективність розробленої методики щодо подолання наслідків комплексної депривації дітей-сиріт в процесі підготовки до шкільного навчання.

Ключові слова: комплексна депривація, діти-сироти, руховий інтелект, фізичний розвиток, шкільне навчання.

Косивская С.В. Улучшение физического развития детей-сирот 3-6 лет средствами развития двигательного интеллекта. Аннотация: Рассмотрена возможность улучшения физического развития детей дошкольного возраста, которые воспитываются в условиях государственных детских домов интернатного типа, за счет повышения уровня двигательного интеллекта. Разработанная комплексная методика развития двигательного интеллекта улучшила физическое развитие детей-сирот 3-6 лет. Это позволяет определить эффективность разработанной методики по преодолению последствий комплексной депривации детей-сирот в процессе подготовки к школьному обучению.

Ключевые слова: комплексная депривация, дети-сироты, двигательный интеллект, физическое развитие, школьное обучение.

Kosivska S.V. Improving the physical development of orphans 3-6 years by means of motor intellect. The purpose of the study is to examine the impact of complex methodology of motor intellect on physical development of orphans 3-6 years in preparation for schooling. Objectives of the research: 1) to make an analysis of scientific literature on the questions of the physical development of pupils residential care facilities; 2) to examine the impact of the developed methodology of motor intellect on physical development of orphans 3-6 years. Methods of the research: analysis of scientific and methodological literature; studying and analysis of medical records of orphans 3-6 years. The research was conducted at pupils residential cares facility for children of preschool and school age with compensating learning groups "Barvinok" in Kirovohrad. The experimental group (EG) – 23 children ages 3-4 years (12 boys and 11 girls). The control group (CG) – 25 pupils of preschool institution number 69 in Kirovohrad ages 3-4 years (13 boys and 12 girls). Basic forming natural pedagogical experiment lasted for three years. Developed methodology of motor intellect includes three blocks of forms and means of pedagogical influence. EG had 5 employments with accentuated influence on the psychophysical development and to 10 employments in a "small forms" psychophysical training combined with general subjects in the weekly cycle. The complex of correctional and developing tasks of recommended methodology is solved through the dominant development of the motor intellect, which is based on coordination abilities. In research process determined that strengthening the relationship of the motor intellect and mental abilities leads to improved rates of physical development of orphans 3-6 years. This allows determining efficiency of the developed methodology for overcoming the consequences of complex deprivation orphans in preparation for schooling.

Key words: complex deprivation, orphans, motor intellect, physical development, schooling.

Постановка проблеми. В Україні домінує державна система утримання, виховання та навчання дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківської опіки. Система роботи інтернатних закладів є незмінною протягом десятиріч. У вихованців дитячих будинків та інтернатів спостерігається прогресування явищ комплексної депривації, яка поєднує в собі прояви всіх її форм: рухової, сенсорної, когнітивної, емоційної, соціальної [5]. Встановлено, що у дітей, які осиротіли в ранньому дошкільному віці, був виявлений так званий "синдром сирітства", який включає деприваційну депресію і моторні розлади. Медичний аналіз синдрому сирітства вказує на його певну клінічну схожість з іншими психологічними симптомокомплексами, такими як дитячий аутизм та недиференційована розумова відсталість [8]. Саме тому за рівнем інтелекту, працездатності діти, що виховуються в умовах сирітства, лише нагадують дітей з розумовою відсталістю. Але після адекватного навчання, тренування, що певним чином заохочує, діти-сироти можуть виконувати завдання, що відповідають їх віку. Отже, розгляд медичних та психолого-соціальних аспектів сутності проблеми сирітства як певного "біосоціального феномену" дозволяє стверджувати, що корекційний вплив на наслідки комплексної депривації (або її окремих компонентів) принципово можливий стосовно більшості наведених функціональних розладів, оскільки вони носять зворотній характер при умові усунення причини її виникнення [1, 5, 9]. Але розпочинати корекційну роботу з дітьми-сиротами та дітьми, що позбавлені батьківського

піклування, слід у дошкільний період (якомога раніше), тому що нервова система і психічні процеси дітей більш чутливі до педагогічного впливу саме у ранньому віці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізичний розвиток дітей розглядається з сучасних наукових позицій як інтегральний показник фенотипних ознак організму, що формується під впливом складової природи людини та оточуючого середовища [2, 8]. Дитячий організм надзвичайно різко реагує на несприятливі зовнішні впливи у період найбільш інтенсивної морфологічної та функціональної перебудови органів та систем у перехідні, тобто вузлові вікові періоди. Одним з таких є період від трьох до шести-семи років, тобто вік, коли переважна більшість соціальних сиріт потрапляє до дитячих будинків інтернатного типу. Останніми дослідженнями виявлено, що при потрапленні до дитячого будинку відставання у фізичному розвитку дітей тільки за показниками довжини тіла мають до 24%. Переважна більшість дітей – до 83% мають дисгармонійний та різко дисгармонійний фізичний розвиток за рахунок недостатньої маси тіла та показника об'єму грудної клітини. До того ж відзначається, що з віком показники фізичного розвитку цих дітей мають тенденцію до погіршення [3, 5, 7, 8]. За даними Н.Т. Лебедевої загальна затримка фізичного розвитку спостерігається у вихованців дитячих будинків у 2,5-3,5 рази частіше, ніж у їх "домашніх" однолітків [6]. Вище зазначене негативно характеризує фізичний та психофізіологічний стан дітей-сиріт та його подальшу динаміку та робить перспективи успішного шкільного навчання примарними.

Саме тому особливої ваги набирають питання розробки та обґрунтування методик, які активізують і спрямовано розвивають руховий інтелект, що розглядається як провідний механізм забезпечення зворотності процесів депривації у дітей-сиріт, а також підготовки таких дітей до успішного шкільного навчання [1, 4, 9].

Мета дослідження полягала у вивченні впливу комплексної методики розвитку рухового інтелекту на фізичний розвиток дітей-сиріт 3-6 років в процесі підготовки до шкільного навчання.

Завдання дослідження: 1) зробити аналіз науково-методичної літератури щодо питання про фізичний розвиток вихованців закладів інтернатного типу; 2) вивчити вплив розробленої методики розвитку рухового інтелекту на фізичний розвиток дітей-сиріт 3-6 років.

Методи та організація дослідження. Для досягнення поставленої мети були використані наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, вивчення та аналіз даних медичних карт дітей-сиріт 3-6 років. Основний формуючий природний педагогічний експеримент проводилось на базі дитячого будинку інтернатного типу для дітей дошкільного та шкільного віку з компенсуючими групами навчання "Барвінок" м. Кіровограда та тривав протягом трьох років. Контрольна група (КГ) була сформована з вихованців дитячого дошкільного закладу № 69 м. Кіровограда, дітей 3-4 років в кількості 25 осіб (13 хлопчиків та 12 дівчаток), яка займалась за звичайною для дошкільних закладів освіти програмою з фізичного виховання. Експериментальна група (ЕГ) включала 23 особи віком 3-4 роки (12 хлопчиків та 11 дівчаток). Основним змістом занять з фізичного виховання в ЕГ був спрямований розвиток рухового інтелекту на основі спеціально розробленої методики. Розроблена методика розвитку рухового інтелекту включала три блоки форм і засобів педагогічного впливу. У тижневому циклі ЕГ мала 5 занять з акцентованим впливом на психофізичний розвиток та до 10 занять у вигляді "малих форм" психофізичного виховання у поєднанні із загальноосвітніми предметами. Комплекс корекційно-розвивальних завдань рекомендованої методики вирішується через домінуючий розвиток рухового інтелекту, основу якого складають координаційні здібності. **Виклад основного матеріалу дослідження.** Показники фізичного розвитку та їх вікова динаміка належать до найбільш об'єктивних критеріїв, що характеризують рівень і стан здоров'я, зріст та масу тіла дітей [2, 10]. Під впливом несприятливих умов життєдіяльності спостерігаються негативні зрушення в динаміці пластичних процесів, що точно відображають показники маси та довжини тіла. У дослідженнях ряду авторів показано, що рівень фізичного розвитку дітей при потрапленні у дитячий будинок характеризується певним відставанням у антропометричних показниках, а подальше перебування у дитячому будинку супроводжується з віком погіршенням цього важливого показника пластичних процесів дитячого організму [3, 5, 6, 7]. Протягом всього педагогічного експерименту діти ЕГ кожні шість місяців проходили поглиблений медичний огляд, який включав вимірювання показників зросту та маси тіла (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка фізичного розвитку дітей 3-6 років протягом основного педагогічного експерименту, $\bar{X} \pm m$

Показники фізичного розвитку	Перший рік експерименту		Другий рік експерименту		Третій рік експерименту	
	I півріччя	II півріччя	III півріччя	IV півріччя	V півріччя	VI півріччя
<i>Хлопчики ЕГ</i>						
Зріст (см)	99,0±1,0	101,0±1,0	103,0±1,1	105,0±1,2	109,0±1,2	113,0±1,3
Маса (кг)	14,8±0,5	15,4±0,4	16,0±0,5	16,7±0,5	18,6±0,6	20,2±0,6
<i>Хлопчики КГ</i>						
Зріст (см)	94,4±1,3	99,7±1,2	102,1±1,2	104,8±1,2	110,1±1,0	114,0±0,8
Маса (кг)	17,0±0,3	17,8±0,3	18,6±0,3	19,7±0,3	21,4±0,3	23,4±0,3
<i>Дівчата ЕГ</i>						
Зріст (см)	104,0±1,5	105,0±1,5	107,5±1,5	109,0±1,3	115,0±0,8	117,0±1,2
Маса (кг)	16,8±0,4	17,4±0,4	18,1±0,4	19,0±0,3	19,9±0,2	21,2±0,3
<i>Дівчата КГ</i>						
Зріст (см)	101,5±1,1	104,5±1,0	106,8±1,1	110,1±0,8	113,1±0,9	121,7±0,8
Маса (кг)	17,9±0,2	18,9±0,2	19,9±0,2	20,7±0,3	21,6±0,3	22,5±0,2

У хлопчиків ЕГ протягом всього основного експерименту в кожному півріччі спостерігалася позитивна динаміка середньогрупових приростів зросту і маси тіла. У показниках зросту природи у I-VI півріччях відповідно складала 2,02; 1,98; 1,94; 3,81; 3,67%. Збільшення ваги складало 4,05; 3,90; 4,38; 11,38; 8,60%. Таким чином у I-IV півріччях фіксувалося досить помірно-рівномірне збільшення росто-вагових показників, а в V-VI – збільшення були максимальними, що співпадає в цілому

з характером фізичного розвитку хлопчиків дошкільного віку. Вивчення даних фізичного розвитку хлопчиків КГ, вказують, що показники динаміки їх фізичного розвитку характеризуються стабільно-високими темпами росто-вагових піврічних приростів, які притаманні "домашнім" дітям. Так, прирости зросту у II-VI півріччях у КГ відповідно склали 5,61; 2,41; 2,64; 5,06; 3,54% та були завжди більшими, ніж у хлопчиків ЕГ. Динаміка маси тіла за результатами піврічних приростів у КГ складала 4,77; 4,39; 5,71; 8,96; 9,29% і теж переважала відповідні показники ЕГ. У дівчаток ЕГ протягом основного педагогічного експерименту теж реєструвалася позитивна динаміка фізичного розвитку за показниками росто-вагових приростів у кожному півріччі. Темпи збільшення зросту склали 0,96; 2,38; 1,40; 5,50; 1,74%, а темпи збільшення ваги відповідно 3,57; 4,02; 4,97; 4,74; 6,53%. Динаміка фізичного розвитку дівчаток схожа на динаміку пластичних процесів у хлопчиків ЕГ насамперед помірно і рівномірно приростів росто-вагових показників у I-III півріччях і максимальними темпами приросту в останніх півріччях (за показниками зросту у IV-V, а маси тіла у VI півріччях). Процес фізичного розвитку дівчаток КГ відбувався наступними темпами: піврічні темпи збільшення зросту сягали 2,96; 2,2; 3,09; 2,72; 7,6%, тобто характеризувалися більшими коливаннями приростів, ніж у хлопчиків КГ, а збільшення маси тіла складало 5,65; 5,19; 4,07; 4,49; 3,84%.

Показники зросту та маси тіла як у хлопчиків так і у дівчаток ЕГ були гіршими, ніж показники дітей КГ. Але загалом порівняння росто-вагових показників фізичного розвитку дітей ЕГ в кінці основного експерименту з даними фізичного розвитку дітей центральних регіонів України дозволяє стверджувати, що динаміка фізичного розвитку за темпами приростів є дещо зниженою, але не дефіцитарною, що характерно для депривованих дітей-сиріт дошкільного віку [10].

ВИСНОВКИ: 1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що загальна затримка фізичного розвитку спостерігається у вихованців дитячих будинків у 2,5-3,5 рази частіше, ніж у їх "домашніх" однолітків. 2. Переважна більшість дітей-сиріт закінчує дошкільний період життя з чисельними психічними і соматичними розладами та фізичною ослабленістю, що негативно позначається на рівні досягнення шкільної зрілості. 3. В процесі дослідження встановлено, що зміцнення взаємозв'язку рухового інтелекту та розумових здібностей призводить до поліпшення темпів фізичного розвитку за рахунок помірно-рівномірного збільшення росто-вагових показників, та дозволяє стверджувати, що динаміка фізичного розвитку є дещо зниженою, але не дефіцитарною, що характерно для депривованих дітей-сиріт дошкільного віку. 4. Результати основного трьохрічного педагогічного експерименту дозволяють визначити ефективність розробленої методики щодо подолання наслідків комплексної депривації дітей-сиріт в процесі підготовки до шкільного навчання.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ полягають у розробці методик розвитку рухового інтелекту дітей-сиріт дошкільного віку з залежності від ступеня та профілю депривованості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Доман Г. Гармоничное развитие ребенка / Гленн Доман; [пер. с англ.]. – М.: Аквариум, 1996. – 448 с.
2. Дорожнова К.П. Роль социальных и биологических факторов в развитии ребенка / Кира Петровна Дорожнова. – М.: Медицина, 1983. – 160 с.
3. Дугина Л.В. Состояние здоровья и физического развития детей-сирот (возраст от 1,5 мес. до 4 лет), воспитывающихся в доме ребенка / Л.В. Дугина // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків: ХДАФК. - 2009. – № 1. – С.13-15.
4. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: учебн. пособие / С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.
5. Lebedeva N.T. Profilakticheskaya fizkultura dlya zdorovyih detey: spravochnoe posobie / Nina Timofeevna Lebedeva. – Minsk: IPP Gosekonomplana Respubliki Belarus, 1993. – 208 s.
6. Lesko O.M. Charakteristika flzichnogo rozvitku molodshih shkolyarlv lz zatrimkoyu psihlchnogo rozvitku / O.M. Lesko // VseukraYinska naukovometodichna konferentsiya ["Ozdorovcha I sportivna robota z nepovnospravnimi"] – L., 2003. – S. 67-69.
7. Proselkova M.O. Osobennosti psihicheskogo zdorovya detey-sirot (vozrastnoy i dinamicheskoy aspektiy): avtoref. dis. na soiskanie nauch. stepeni kand. med. nauk: spets. 14.00.18 "Psihiatriya" / Marina Ovseevna Proselkova; Nauchnyiy tsentr psihicheskogo zdorovya Ros. AMN. – M., 1996. – 25 s.
8. Firsanova N.A. Korrektsiya psihofizicheskikh narusheniy u detey-sirot 1-3 let s zaderzhkoy psihomotornogo razvitiya sredstvami adaptivnoy fizicheskoy kulturyi: avtoref. dis... na soiskanie nauch. stepeni kand. ped. nauk: spets. 13.00.04 "Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoy trenirovki, ozdorovitelnoy adaptivnoy fizicheskoy kulturyi" / Natalya Alekseevna Firsanova; SP GAFK. – SPb, 2005. – 21 s.
9. Fizichniy rozvitok dltey rlyznih regionlv UkraYini: u 2-h vipuskah. / Plid zag. redaktsiEyu I.R. Barilyaka, N.S. Polki. – Ternopil: Ukrmedkniga, 2000. – Vipusk I, mlslkl shkolyarl. – 2000. – 208 s.

УДК 378.016:796 (043.3)

Кривобок Т. П.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ ПРОФЕСІЙНО ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТОК ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Розглянуті проблеми управління процесом професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різних спеціальностей. Визначені вікові особливості розвитку професійно-прикладних фізичних здібностей студенток 17–20 років, які навчаються у педагогічному вищому навчальному закладі в умовах основної медичної групи. Розроблена диференційована оціночна таблиця стану професійно-прикладної фізичної підготовленості студенток педагогічних