

## Література

1. Олекса А. П. Травматологія: підручник для лікарів травматологів, ортопедів та хірургів / А. П. Олекса – Львів. – Афіша, 1996. – 408 с.
2. Основи діагностичних досліджень у фізичній реабілітації [навч. посіб. Для студ. ВНЗ] / Т. Бойчук, М. Голубева, О. Левандовський, Л. Войчишин. – Л.: ЗУКЦ, 2010. – 240 с.
3. Пути повышения эффективности восстановления двигательной функции при повреждении плечевого сустава / М. Д. Панкова, Бен Шаррада Мондер // Современный олимпийский спорт и спорт для всех – Минск: 10-12 октября 2007. – 2 ч. – С. 257 – 260.
4. Rezultaty fizicheskoj rehabilitacii bolnyh s perelomami proksimalnogo konca plechevoi kosti posle stabilno-funkcionalnogo osteosinteza / Hamarshi Abdel Salam// Pedagogika, psihologija ta medyko-biologichni problemy fiz.vyih.i sportu: zb.nauk.prac. - Harkiv: ХХПІ, 2000. - №11 – С. 19 – 23.
5. Sokolov V.A. Mnogestviennye I sochetanie travmy / V.A.Sokolov – M.GEOTAR Media, 2006. – 512 s.
6. Sportyvna medycyna I fizychna rehabilitacija: navch.posib./ [V.A.Shapovalova, V.M.Korshak, V.M.Haltarova ta in.]. – K.: Medycyna, 2008.-188 s.

УДК 796:649+616.8

Мусієнко О. В.

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м.Дрогобич

## ВПЛИВ ЗАНЯТЬ АДАПТИВНИМ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ НА МОТОРИКУ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ СПЕКТРУ АУТИЗМУ

**Анотація.** Проблема навчання і виховання дітей, які страждають розладами аутистичного спектру, сьогодні є дуже важливою і малорозв'язаною. Адаптивне фізичне виховання дозволяє дітям з особливими потребами стати більш впевненими у собі, своїх рухах, сприяє їхньому фізичному, інтелектуальному і емоційному розвитку, сприяє їхній суспільній інтеграції. У статті розглянуто вплив занять адаптивним фізичним вихованням на моторні можливості дітей з розладами спектру аутизму. Діти з РСА мають значні відхилення у моторному розвитку, довільності рухів, розумінні доцільності рухів, загальній моториці тіла. Заняття адаптивним фізичним вихованням за запропонованою нами методикою дозволило дітям з РСА подолати більшість порушень у моторній сфері, що склало передумови для поліпшення вищої нервової діяльності і поведінки.

**Ключові слова:** розлади аутистичного спектру, загальна моторика, адаптивне фізичне виховання.

**Аннотація.** Мусієнко Е. В. Влияние занятий адаптивным физическим воспитанием на моторику детей с расстройствами спектра аутизма. Проблема обучения и воспитания детей, страдающих расстройствами аутистического спектра, сегодня очень важной и малорешённой. Адаптивное физическое воспитание позволяет детям с особыми потребностями стать более уверенными в себе, своих движениях, способствует их физическому, интеллектуальному и эмоциональному развитию, способствует их общественной интеграции. В статье рассмотрено влияние занятий адаптивным физическим воспитанием на моторные возможности детей с расстройствами спектра аутизма. Дети с РСА имеют значительные отклонения в моторном развитии, произвольности движений, понимании целесообразности движений, общей моторике тела. Занятия адаптивным физическим воспитанием по предложенной нами методике позволило детям с РСА преодолеть большинство нарушений в моторной сфере, составило предпосылки для улучшения высшей нервной деятельности и поведения.

**Ключевые слова:** расстройства аутистического спектра, общая моторика, адаптивное физическое воспитание.

**Annotation.** Musiyenko O. V. Influence of lessons on adaptive physical education on the motor skills of children with disabilities of autism spectrum. The problem of training and education of children with autism spectrum disorders (ASD), today is a very important and unresolved. Adaptive physical education allows children with disabilities to become more confident in themselves, their movements, promotes their physical, intellectual and emotional development, promotes their social integration. The paper studies the influence of adaptive physical education on motor abilities of children with ASD. Children with ASD have significant variations in motor development, arbitrary movements, sense of expediency movements, overall body motility. One of the main methods of care for children with autism in developing psychomotor function is adaptive physical education. Children with autism are involved in adaptive physical education, showed significant improvement overall and fine motor skills, learned to focus on the task and realize the goal of their movements, keep working concentration within the required time period to form the ability to constructively overcome difficulties and simulate conditions that promote knowledge of values goal; they decreased significantly autoaggression expressions, stereotypic movements. The boys learned to adapt to failures and errors, while maintaining attention to task.

Adaptive physical education classes on the proposed methodology allowed us to children with autism overcome most of the irregularities in the motor sector, which amounted to improve conditions for higher nervous activity and behavior.

**Key words:** autism spectrum disorders, general motor skills, adaptive physical education.

**Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.** В останні роки в дитячій популяції все частіше зустрічаються аутистичні розлади різної етіології [1]. Тому проблема навчання і виховання дітей, які страждають розладами аутистичного спектру, сьогодні є дуже важливою і малорозв'язаною. Розлади спектру аутизму

(РСА) у дітей і підлітків привертають в світі все більшу увагу не тільки вчених лікарів, педагогів і психологів, а й пересічних громадян. Про людей з аутизмом знімають кінофільми та телепрограми, публікації в ЗМІ заявляють про "епідемію аутизму", про причини якої щорічно з'являються різні теорії.

До останнього часу в Україні практично не було ані серйозних досліджень, ані ґрунтовних публікацій на дану тему. Головною ж проблемою залишається відсутність конструктивної взаємодії фахівців медичного та психолого-педагогічного профілю та системи практичної комплексної міждисциплінарної допомоги дітям з РСА та їхнім сім'ям. Сьогодні з'явилися тільки перші паростки такої допомоги у вигляді центрів, створених недержавними організаціями [1; 9; 10].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Багатьом дітям з аутизмом властиві порушення регуляції м'язової діяльності, в результаті цього своєчасно не формується контроль за руховими актами, виникають труднощі у формуванні довільних рухів, в становленні їх цілеспрямованості і координованості, страждає просторове орієнтування [1–4]. У багатьох дітей виникають супутні рухи (синкінезії), а також труднощі зорово-моторних координацій [6–8]. При цьому сильно порушеними виявляються моторні компоненти мови, тісно пов'язані із загальним розвитком як великої, так і дрібної моторики [10]. Порушення рухової сфери поглиблюються характерними поведінковими особливостями аутичних дітей з недостатністю соціальної взаємодії, взаємної комунікації, недорозвиненням уяви [3].

Широкий спектр порушень виникає навіть на тлі неглибоко порушених інтелектуальних функцій. Так дитина, яка страждає на аутизм і володіє високим тестованим інтелектом, може мати тяжкі порушення мотивації дій [1]. Діти, які страждають розладами аутистичного спектру, потребують спеціально організованих занять, спрямованих на корекцію і розвиток рухової сфери [9; 10] або хоча б включення епізодів таких занять в гру [7]. Труднощі аутичної дитини і проблеми її навчання багато в чому обумовлені дефіцитом або неправильним розподілом психофізичного тону. На сьогодні в Україні відбувається докорінне переосмислення парадигми навчання і виховання дітей з РСА. На часі – розробка методологічних, методичних та організаційних питань впровадження оптимального освітнього процесу для дітей цієї категорії.

Моторний розвиток дитини з аутизмом – це не стільки розвиток моторних навичок адаптації до навколишнього світу, скільки накопичення стереотипних засобів отримання приємних вестибулярних, пропріоцептивних, тактильних відчуттів. Глибока затримка розвитку побутових навичок, незграбність при виконанні будь-яких дій з предметами поєднуються з винятковою спритністю рухів в стереотипі аутоstimуляції [5].

Діти аутичного спектру, як правило, відчувають труднощі з наслідуванням, з імітацією рухів. Не тільки у дітей, але і у дорослих з аутизмом спостерігається порушення здатності відтворення рухів за зразком [1; 3]. Основні риси, властиві моторній сфері дітей з аутизмом, ускладнюють розвиток їх моторних навичок, наростають з віком і збільшуються залежно від ступеня вираженості аутичного порушення, а саме: розгальмування (загальмованість), хаотичність рухів; різноманітні моторні стереотипи; затримка розвитку імітації; затримка розвитку рухів, необхідних для оволодіння навичками самообслуговування (самостійна їжа, одягання, туалет, умивання); затримка розвитку рухів, необхідних для гри.

Причина такого ставлення дитини до рухової діяльності – труднощі і неприємні відчуття не тільки через рухові, а й через сенсорні порушення (дитині не подобається брати в руки олівець і ножиці, торкатися пластиліну), труднощі зосередження уваги [3]. У питаннях моторного розвитку дитини аутичного спектру важлива проблема нерівномірності розвитку – невідповідності моторної сфери хронологічному і розумовому вікові [4; 5].

Отже, специфічні ознаки аутизму: значні можливості в моторній сфері (нехарактерні для "звичайної" розумової відсталості), в тому числі – в дрібній моториці, при виконанні специфічних дій, що стосуються особливих інтересів і пристрастей дитини; стереотипність і аутоstimуляція в руховій сфері; відсутність вродженої здатності до наслідування, до імітації рухів; значне відставання моторної сфери від інтелектуального і мовного розвитку (спостерігається у підлітків з синдромом Аспергера).

Ефективні підходи до корекції моторної сфери базуються на теорії рівнів побудови рухів Н. А. Бернштейна. Така корекція може відбуватися як на спеціальних заняттях (кінезотерапія), так і під час всього корекційно-педагогічного процесу, а головне – в повсякденному житті. Для цього сім'я повинна розуміти логіку і необхідність гармонійного розвитку дитини і (за підтримки фахівців) створювати для цього умови [2].

Всім дітям з РСА, при значній неоднорідності цієї групи за складом, необхідне лікувальне виховання, завданням якого є, перш за все, розвиток осмисленої взаємодії з навколишнім світом [4].

Рухова сфера дітей з аутизмом характеризується наявністю стереотипних рухів, труднощами формування предметних дій і побутових навичок, порушеннями дрібної і великої моторики. Дітям властиві, зокрема, порушення в основних рухах: важка, рвучка хода, імпульсивний біг зі спотвореним ритмом, зайві рухи руками або безглуздо розчепірені руки, які не беруть участі в процесі рухової діяльності, одноопорне відштовхування при стрибку з двох ніг, стереотипні рухи. Рухи дітей можуть бути мляві або, навпаки, напружено скуті і механістичні, з відсутністю пластичності. Для дітей є важкими вправи і дії з м'ячем, що пов'язано з порушеннями сенсомоторної координації та дрібної моторики рук [1; 5].

Фізична культура, адаптована до особливостей дітей з аутизмом, є не тільки необхідним засобом корекції рухових порушень, стимуляції фізичного та моторного розвитку, але і потужним «агентом соціалізації» особистості. Для розвитку рухової сфери аутичних дітей важливий усвідомлений характер моторного навчання. Аутичній дитині складно регулювати довільні рухові реакції відповідно до мовних інструкцій. Вона не може керувати рухом згідно з вказівками іншої особи і не в змозі повністю підпорядкувати рухи власним мовним командам. Тому основними цілями навчання аутичних дітей на заняттях адаптивного фізичного виховання є: розвиток імітаційних здібностей (вміння наслідувати); стимулювання до виконання інструкцій; формування навичок довільної організації рухів (в просторі власного тіла і в зовнішньому просторі); виховання комунікаційних функцій і здатності взаємодіяти в колективі.

Для навчання дітей з аутизмом рухам і з метою корекції наявних у них порушень рухової сфери використовується

програма, яка заснована на закономірностях формування рівнів побудови рухів, описаних Н. А. Бернштейном у 1947 р. і на методах рухової корекції порушень розвитку Є. В. Максимової [2].

**Виклад основного матеріалу дослідження. Метою** нашої роботи було встановити вплив занять адаптивним фізичним вихованням на моторику дітей з розладами спектру аутизму. Для досягнення поставленої мети були сформульовані наступні **завдання**: 1. вивчити літературні джерела з проблематики дитячого аутизму і методи корекції моторної сфери дітей з РСА; 2. розробити методiku занять адаптивним фізичним вихованням з дітьми РСА; 3. встановити вплив занять адаптивним фізичним вихованням на моторну сферу дітей з РСА.

Дослідження проводили з лютого по червень 2016 р. Для проведення досліджень були створені контрольна (3 хлопчики) і експериментальна (3 хлопчики) групи дітей, які мають підтверджений діагноз – дитячий аутизм. Усі діти були соматично здорові і віком 5-7 років. Дітей у контрольну групу запросили з Львівського навчально-реабілітаційного центру «Джерело», у експериментальну – з Дрогобицького добровільного товариства захисту дітей-інвалідів «Надія». Діти з контрольної групи в лютому і червні 2016 р. пройшли експертну оцінку виконання тестових вправ, з допомогою яких ми визначали функціонування їх моторної сфери. Діти з експериментальної групи займалися індивідуально адаптивним фізичним вихованням за запропонованою нами методикою 2 рази в тиждень по 45 хв. і також пройшли експертну оцінку виконання тестових вправ у лютому і червні 2016 р.

Кожне заняття адаптивним фізичним вихованням містило вправи на розвиток загальної і дрібної моторики, імітації, координації рухів і розвиток фізичних якостей, таких як сила, спритність, гнучкість. Більшість вправ основної частини заняття були координаційно складними для виконання, щоб дати дитині можливість ловити пропріоцептивні відчуття, зосередитися на меті своїх рухів, процесі виконання вправи і правильності рухів.

Для досягнення поставленої мети ми використали наступні методи досліджень: педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, метод експертних оцінок, анкетування батьків, методи математичної статистики.

Перед початком експерименту, під час занять з дітьми і після проведення завершальної стадії експерименту проводили педагогічні спостереження для виявлення ступеня сформованості моторних навичок дітей з РСА, наявності у них проблемної поведінки, аутоагресії, стереотипних рухів для того, щоб під час індивідуальних занять можна було б ефективніше з ними працювати і навчати їх необхідних навичок.

Педагогічний експеримент полягав у вивченні і порівнянні моторних навичок дітей з РСА, які займалися адаптивним фізичним вихованням, і дітей, які не займалися, і отриманні інформації про ефективність запропонованої нами методики занять адаптивним фізичним вихованням.

Контрольну групу склали діти з ЛНРЦ «Джерело»: Артем (7 років), Левон (6 років), Олександр (5 років). Експериментальну групу сформовано з дітей ДДТЗДІ «Надія»: Василь (7 років), Назар (6 років), Микола (5 років). Обидві групи дітей рівноцінні за віком, статтю. Заняття з адаптивного фізичного виховання ми проводили у ДДТЗДІ «Надія» індивідуально з кожною дитиною по 45 хв. 2 рази на тиждень. Якість моторних навичок дітей оцінювали три експерти з вищою освітою в галузі фізичного виховання і спорту за виконанням тестових вправ у балах.

Було оцінено виконання таких вправ:

1 вправа – подолання низки з 5 перешкод різної висоти, ширини і глибини (гімнастична лавка, тунель, циліндри діаметром 20, 40, 55 см). Дитина повинна була переступати через лавку і циліндри не беручись за них руками.

2 вправа – вправи на шведській стінці (лазіння і послідовне переступання ланками).

3 вправа – ходіння на руках в упорі лежачи, ноги в руках вчителя.

4 вправа – прийом і передача м'яча в парі.

5 вправа – пересування вгору на похилій (кут 30°) гімнастичній лаві лежачи на животі перехватуючи руками.

Кожен експерт оцінював виконання вправи за п'ятибальною шкалою:

0 балів – дитина не виконує вправу;

1 бал – дитина виконує вправу зі значною допомогою, фізичною і словесною підказкою, проблемною поведінкою;

2 бали – дитина виконує вправу з фізичною і словесною підказкою і допомогою, але з незначними змінами у поведінці;

3 бали – дитина виконує вправу правильно, але з великою кількістю підказок, не дуже спритно, в основному спокійно.

4 бали – дитина виконує вправу лише зі словесною підказкою, правильно, спокійно, досить спритно.

5 балів – дитина виконує вправу самостійно, правильно, спокійно, спритно.

Бали, які виставляли експерти за виконання вправ, обробляли математично для визначення середнього арифметичного значення кількості балів за кожну вправу, яку виконувала дитина. Було проведено анкетування батьків обстежених дітей для отримання даних про поведінку дитини вдома, під час занять, під час прогулянки і інших побутових дій, про наявність стереотипних рухів, про аутоагресію, загальне володіння своїм тілом, вправність у виконанні побутових дій. Для встановлення достовірності отриманих даних в роботі використані методи математичної статистики, з допомогою яких були оцінені результати досліджень (M,  $\sigma$ , t-критерій Стюдента, P). Проведений педагогічний експеримент дозволив нам отримати наступні дані по індивідуальній оцінці виконання тестових вправ кожним з обстежених хлопчиків.

**Результати досліджень.** За отриманими нами даними, наявний дуже низький рівень вмінь дітей обох груп по виконанню тестових вправ на початку педагогічного експерименту у лютому 2016 року. Нижче наведені діаграми з даними дітей контрольної групи (рис. 1 а-в) та експериментальної груп (рис. 1 з-е). З рис. 1а видно, що Артем (7 років) на початку вимірювань отримав низькі бали експертної оцінки за виконання тестових вправ: подолання перешкод (1 вправа) – 1,33 бали; вправи на шведській стінці (2 вправа) – 1,667 бали; ходіння на руках в упорі лежачи, ноги в руках вчителя (3 вправа) – 0 балів; прийом і передача м'яча в парі (4 вправа) – 1 бал; пересування лежачи на животі по похилій (кут 30°) лаві, перехватуючи

руками (5 вправа) – 0,33 бали.

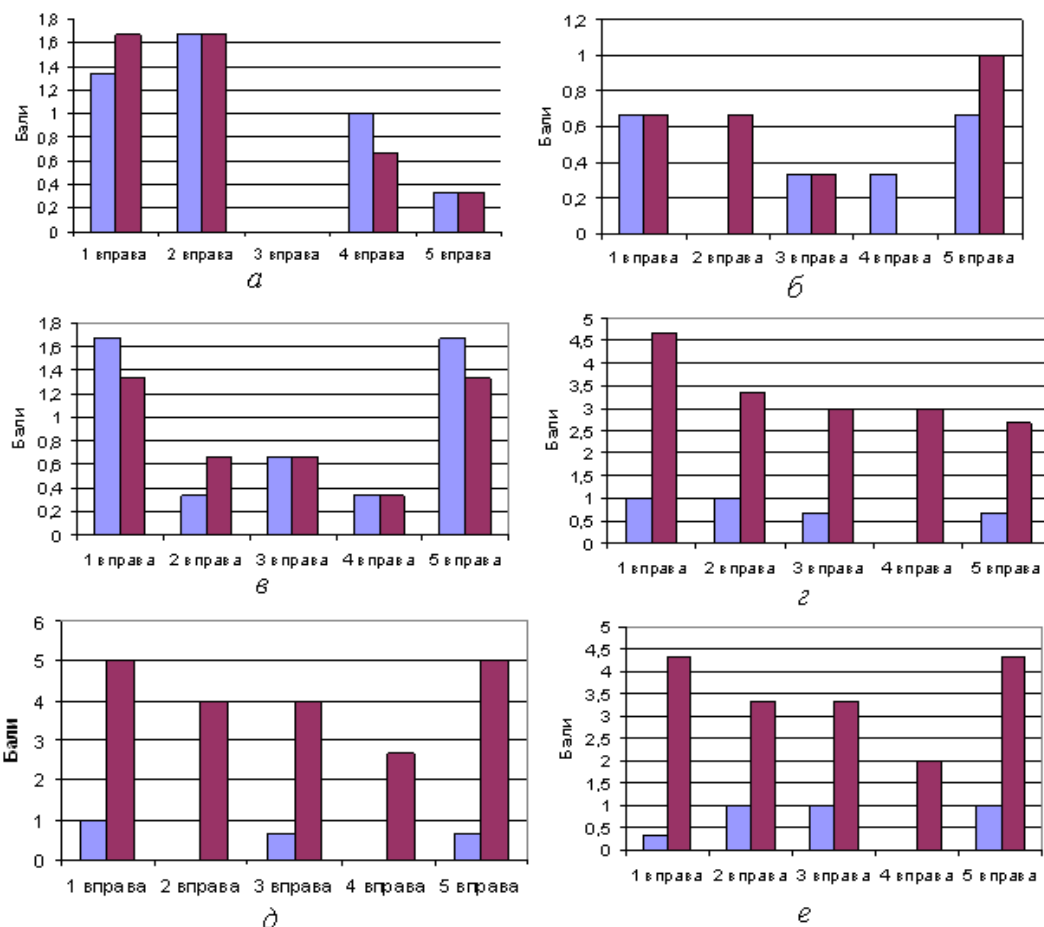


Рис. 1. Діаграма результатів виконання тестових вправ: а-в – діти контрольної групи; г-е – діти експериментальної групи

Наприкінці педагогічного експерименту показники виконання вправ Артемом майже не змінилися: за виконання 1 вправи – 1,667 балів; 2 вправи – 1,667 балів; 3 вправи – 0 балів; 4 вправи – 0,667 балів; 5 вправи – 0,333 бали. Таким чином, показники виконання 2,3 та 5 вправ не змінилися. Артем зовсім не міг виконати вправу ходіння на руках, дуже проблематично виконував вправу пересування по лаві та зі значними складнощами виконував вправи на шведській стінці. Дещо кращі показники ми зафіксували за виконання 1 вправи (подолання перешкод), а саме зростання на 0,33 бали. Натомість за виконання 4 вправи Артем отримав на 0,33 бали менше наприкінці експерименту, ніж на початку. Можна стверджувати, що значних достовірних змін ні у реакціях, ні у поведінці, ні у вміннях хлопчика за час експерименту не відбулося ( $P < 0,9$ ).

На рис. 1б наведено діаграми результатів виконання тестових вправ Левonom (6 років).

З діаграми видно, що експертні оцінки за виконання усіх п'яти вправ не перевищують 1 бал. Так, за час експерименту не відбулося змін в оцінках за виконання 1 і 3 вправ, дещо зросла оцінка за виконання 5 вправи – на 0,33 бали; на стільки ж зросла оцінка за виконання 4 вправи; на 0,667 балів зросла оцінка за виконання 2 вправи. Як видно з результатів, усі зміни в оцінках незначні і недостовірні ( $P < 0,9$ ). Значних змін у вміннях Левона за час експерименту не відбулося.

На рис. 1в наведено діаграму результатів виконання тестових вправ Олександром (5 років).

Олександр продемонстрував дещо кращі початкові (лютий 2016 року) результати, ніж Артем і Левон. По виконанню 1 і 5 вправ результати експертних оцінок наблизились до 2 балів. Виконання 2 та 4 вправ експерти оцінили у 0,333 бали, виконання 3 вправи – у 0,667 балів. Але наприкінці експерименту у червні 2016 року результати виконання 1 і 5 вправ знизились на 0,33 бали, результати виконання 3 і 4 вправ не змінилися, а результат виконання 2 вправи дещо зріс, але не досяг до 1 бала. Тобто, можна стверджувати, що дещо вищий рівень умінь Олександра, ніж у Артема і Левона, на початку експерименту має тенденцію до зниження, тобто хлопчик може поступово втратити наявні вміння.

Оцінюючи виконання вправ дітьми експериментальної групи, ми отримали результати, які значно відрізнялися наприкінці експерименту від результатів контрольної групи (рис. 1г-е).

На початку експерименту не було різниці в оцінках експертів виконання тестових вправ дітьми обох дослідних груп. Усі діти до початку експерименту мали оцінки за виконання вправ не вище 1 балу. Однак, наприкінці експерименту у червні 2016 року ми встановили, що діти експериментальної групи мали значні успіхи у виконанні вправ.

На рис. 1г наведено діаграму результатів виконання тестових вправ Василем (7 р.).

Згідно експертних оцінок, початковий рівень виконання 1 вправи відповідав 1 балу. Наприкінці експерименту Василь подолав перешкоди на оцінку 4,667 бали, тобто виконав вправу № 1 самостійно правильно, досить спритно і не демонструючи



проблемної поведінки. За виконання 2 вправи (вправи на шведській стінці) оцінка зросла від 1 балу на початку експерименту до 3,333 наприкінці, що свідчить про значний прогрес у виконанні вправи: вправу він виконав не дуже спритно, зі значною кількістю словесних підказок, але без фізичної допомоги. За виконання 3 тестової вправи (ходіння на руках в упорі лежачи, ноги в руках вчителя) на початку експерименту хлопчик отримав лише 0,667 балу, це означає, що один з трьох експертів вважав, що хлопчик вправу не виконав, а двоє все ж оцінили її виконання в 1 бал (виконання не до кінця зі значною допомогою, фізичною підказкою, проблемною поведінкою). Наприкінці експерименту експерти оцінили її виконання у 3 бали, тобто у хлопчика відмічено значний прогрес у моториці і розумінні виконання вправи. Четверту вправу (прийом і передача м'яча в парі) на початку експерименту хлопчик не міг виконати зовсім, постійно уникаючи спільної роботи і допомоги з боку вчителя. А наприкінці експерименту усі експерти оцінили її виконання у 3 бали, тобто хлопчик міг перекидати м'яч в парі не дуже впевнено і спритно, з підказками, але не відмовлявся від виконання вправи і демонстрував позитивні емоції.

Хлопчик на 2 бали покращив виконання вправи №5 (пересування лежачи на лаві) з 0,667 у лютому до 2,667 у червні 2016 р., тобто він потребував допомоги і підказок, але й старанно виконував вправу без проблемної поведінки. Усі зміни результатів експертних оцінок виконання тестових вправ Василем виявилися достовірними ( $P > 0,99$ ).

На рис. 1д представлено результати експертних оцінок виконання вправ Назаром (6 р.). З діаграми видно, що хлопчик на початку дослідження не міг виконати вправ 2 і 4, натомість продемонстрував в червні 2016 р. добре виконання вправ: вправи на шведській стінці – 4 бали, прийом і передача м'яча – 2,667 бали.

Вправу 1 (подолання перешкод) на початку дослідження Назар виконував зі значними труднощами і проблемною поведінкою, а в кінці експерименту виконав її на 5 балів. Вправи 3 та 5 оцінили експерти менш, ніж одним балом, натомість наприкінці експерименту хлопчик виконав їх на 4 і 5 балів відповідно. Вірогідність зростання показників виявилася значною  $P > 0,99$ . Дитина досягла значних успіхів у психомоторній діяльності за час експерименту, навчившись на доброму рівні виконувати майже усі вправи, за винятком прийому і передачі м'яча.

Третім хлопчиком, який був обстежений під час педагогічного експерименту, був Микола (5 р.). Він продемонстрував значне зростання показників експертних оцінок виконання тестових вправ ( $P > 0,99$ ) (рис. 1е).

На початку педагогічного експерименту за виконання вправ 2, 3 та 5 експерти поставили оцінку в 1 бал, за виконання вправи 4 – 0 балів, вправи 1 – 0,333 бала. Наприкінці експерименту відмічено достовірне ( $P > 0,99$ ) зростання якості виконання усіх вправ: вправи 2, 3 – 3,33 бали, вправи 1 та 5 – 4,33, вправа 4 – 2 бали. Тобто, якщо на початку експерименту хлопчик мав значні труднощі у виконанні усіх вправ: проблемну поведінку, потребував фізичної і словесної допомоги, усе виконував дуже повільно. Наприкінці експерименту Микола більшість тестових вправ виконав самостійно, досить спритно і швидко, майже без підказок. Окремі труднощі виникли лише з вправою 4 (прийом і передача м'яча в парі): на початку дитина взагалі не могла її виконати, а наприкінці виконувала з допомогою, фізичною і словесною підказкою, але не демонструючи проблемної поведінки. Окрім педагогічного експерименту ми проводили педагогічні спостереження та анкетування батьків хлопчиків, залучених до обстеження.

За нашими спостереженнями встановлено, що поведінка дітей контрольної групи не змінилася. У червні 2016 р., як і у лютому 2016 р., вони демонстрували значні труднощі в усвідомленні положення частин тіла та своїх дій у просторі, мали проблемну поведінку (крики, плач, аутоагресію), стереотипні рухи. Ніяких змін не помітили ні педагоги, ні їхні батьки за результатами анкетування.

Хлопчики з експериментальної групи, які займалися адаптивним фізичним вихованням за запропонованою нами методикою, виявили значні покращення у загальній і дрібній моториці, в них значно зменшилися вияви аутоагресії, стереотипні рухи. Діти навчилися фокусувати увагу на завданні і усвідомлювати мету своїх рухів, зберігати робочу зосередженість протягом необхідного періоду часу, формувати здатність конструктивно долати труднощі і моделювати обставини, які сприяють пізнанню цінності досягнення мети. Хлопчики навчилися адаптуватися до невдачі і помилки, зберігаючи при цьому увагу для виконання завдання.

**Висновки та перспективи подальших розвідок уданому напрямі.** Проведені дослідження дозволили нам зробити наступні висновки:

1. Діти з РСА мають значні відхилення у моторному розвитку, довільності рухів, розумінні доцільності рухів, загальній моториці тіла.
2. Одним із головних методів допомоги дітям з РСА у налагодженні психомоторної функції є адаптивне фізичне виховання.
3. Діти з РСА, які займалися адаптивним фізичним вихованням, виявили значні покращення загальної і дрібної моторики, навчилися фокусувати увагу на завданні і усвідомлювати мету своїх рухів, зберігати робочу зосередженість протягом необхідного періоду часу, формувати здатність конструктивно долати труднощі і моделювати обставини, які сприяють пізнанню цінності досягнення мети; в них значно зменшилися вияви аутоагресії, стереотипні рухи. Хлопчики навчилися адаптуватися до невдачі і помилки, зберігаючи при цьому увагу для виконання завдання.
4. Заняття адаптивним фізичним вихованням за запропонованою нами методикою дозволило дітям з РСА подолати більшість порушень у моторній сфері, що склало передумови для поліпшення вищої нервової діяльності і поведінки.

#### Література

1. Комплексна програма розвитку дітей дошкільного віку з аутизмом «Розквіт» / Наук. кер. та заг. ред. Т. В. Скрипник. – К. : ІСП НАПН України, 2013. – 234 с.
2. Максимова Е.В. Уровни общения. Причины возникновения раннего детского аутизма и его коррекция на основе теории Н.А. Бернштейна / Е. В. Максимова. – М. : Диалог-МИФИ, 2008. – 288 с.
3. Манелис Н.Г. Ранний детский аутизм. Психологические и нейропсихологические механизмы / Н. Г. Манелис// Школа здоров'я. – 1999. – № 2. – С.6-21.

4. Никольская О.С. Аутичный ребенок. Пути помощи / О. С. Никольская, Е. Р. Баенская, М. М. Либлинг – М. : Теревинф, 2000. – 336 с.
5. Плаксунова Э.В. Влияние занятий по программе адаптивного физического воспитания «Моторная азбука» на двигательное и психомоторное развитие детей с расстройствами аутистического спектра / Э.В. Плаксунова // Аутизм и нарушения развития. – 2009. – № 4. – С. 67-72.
6. Aarons M. The Handbook of Autism: A Guide for Parents and Professionals / Maureen Aarons, Tessa Gittens. – NY : Routledge, 1999. – 325 p.
7. Huebner R. A. Autism: A Sensorimotor Approach to Management / R. A. Hebner. – Gaithersburgh : Aspen publishers, 2000. – 176 p.
8. Williams D. Autism and Sensing: The Unlost Instinct / Donna Williams. – London : Jessica Kingsley Pub., 1998. – 220 p.
9. Yack E. Building bridges through sensory integration: Occupational therapy for children with autism and pervasive developmental disorder / Yack E., Sutton S., Aquilla P. – Toronto, 2003. – 206 p.
10. Zysk V. 1001 Great ideas for teaching or raising children with ASD / Zysk V., Notbohm E. – Arlington, Tex.: Future Horizons, 2004. – 166 p.

УДК 373.3:796.011.3

Надім'янова Т.

### ЭФЕКТИВНІСТЬ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

**Анотація.** У статті розглянуто педагогічні аспекти фізичного виховання у початковій школі в умовах модернізації освітньої системи України. З'ясовано, що фізичне виховання у початковій школі реалізується через низку конкретних завдань, які мають на меті виховну, розвивальну, здоров'язберезувальну спрямованість. Наголошено на використанні авторських методик у фізичному вихованні, яке здійснюється в умовах початкової школи. Підкреслено, що процес фізичного виховання – процес творчий і має бути зорієнтований лише на педагогіку гуманізму.

**Ключові слова:** фізичне виховання, модернізація освіти, початкова школа, молодший школяр, здоров'язберезувальні технології, авторські методики.

**Аннотация.** Надимьянова Т. Эффективность процесса физического воспитания в начальной школе. В статье рассмотрены педагогические аспекты физического воспитания в начальной школе в условиях модернизации образовательной системы Украины. Определено, что физическое воспитание в начальной школе реализуется посредством конкретных заданий, которые имеют воспитательную, развивающую, здоровьесохраняющую направленность. на использовании авторских методик в физическом воспитании в начальной школе. Подчеркнуто, что процесс физического воспитания – процесс творческий и должен быть ориентирован только на педагогику гуманизма.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, модернизация образования, начальная школа, младший школьник, здоровьесохраняющие методики, авторские методики.

**Annotation.** Nadimyanova T. Efficiency Physical Education Process in Primary School. This article investigates pedagogical aspects of physical education in primary school in the modernization of educational system of Ukraine. It is highlighted that physical education is in priority because it is not only a specially organized process of the comprehensive development in physical and moral forceful skills, it is not only a process of forming and development of the important motor skills of a person, but it is also a process of becoming a humanist. The number of problems, which are essential in the process of physical education and can be solved with the joint efforts of family, school, public and state, are mentioned. It was found that physical education in primary school is provided through the number of tasks that aim to educate, to develop, and to maintain health. The contents of physical education in primary school, which is carried through various forms of teaching, in school and after school, is analyzed. This article emphasizes the application of author methods in physical education, which is done in primary school – innovative types of physical education classes and classes with the using of different technologies that maintain health.

It is highlighted that the process of physical education in primary school is the creative process and it should be focused only on the humanism education.

**Keywords:** physical education, modernization of education, primary school, younger pupils, technologies which maintain health, author methods.

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Одна з найголовніших проблем, пов'язаних з розбудовою демократичної української держави – освітня. Щоб досягнути суть національної освіти, яку маємо створити, необхідно по-новому осмислити не лише освітні процеси в Україні, Європі, світі, а й суспільно-політичні, економічні, культурні процеси.

Сьогодні на сучасному етапі модернізації системи освіти України одним з пріоритетних завдань є не лише формування знань, умінь та навичок, а й набуття молодим поколінням соціального досвіду, успадкування духовних надбань українського народу, досягнення високої культури суспільних взаємин, формування у молоді розвиненої духовності, фізичної досконалості, моральної, художньо-естетичної, правової, трудової культури [4]. Найвищою метою виховного процесу є плекання людської особистості: фізично, психічно та духовно досконалої і здорової, з розмаїтими почуттями, глибоким інтелектуальним розвитком та універсально широкими інтересами.

У цьому сенсі – фізичне виховання має пріоритетне значення. Воно виступає не лише як спеціально організований