

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

programs on posture correction of primary school children with VD positively impact on the musculoskeletal system and physical development of children with VD. The peculiarity of correctional programs is that they are aimed at strengthening the muscle corset and muscle-joint feeling of correct posture by using various means (swimming, gymnastics, physical exercises, alternative means of physical culture). While carrying out complex exercises as individual approach based on the state of each student, clinical form of blurred vision, so as a differentiated approach taking into account the type of posture violations are required.

Key words: spatial organization of the body, junior, pupil, deprivation, vision, program.

Вступ. Просторова організація тіла людини – один із найважливіших показників фізичного розвитку, відповідно й здоров'я людини, є комплексним поняттям, що характеризує розподіл біологів тіла людини в просторі щодо соматичної системи відліку й включає показники біогеометричного профілю постави й опорно-ресорної функції стопи, функціонального стану ОРА, особливості статури [4, 6]. Найважливішим поняттям, пов'язаним з орієнтацією тіла людини в просторі й з усією сукупністю рухових дій, є її постава, яка використовується в якості характеристики як фізичного розвитку, так і в якості поняття, що дозволяє пояснити, яким чином людина не тільки сприймає простір, але й як реалізує свій руховий потенціал, особливо дитина з депривацією зору (ДЗ).

Правильна просторова організація тіла має величезне значення в життєдіяльності людини, оскільки вона сприяє раціональному використанню біомеханічних властивостей опорно-рухового апарату й нормальному функціонуванню життєзабезпечувальних систем організму (Р.М. Дорохов, В.Г. Петрухін, 1992-2006; Лайуні Ріда Бен Шедлі, 2002; В.О. Кашуба, 2005; Бен Жедду Бен Ларбі, 2007).

Аналіз науково-методичної літератури з проблеми профілактики порушень зору показав, що достатньо глибоко вивчені причини виникнення зорових розладів, розроблені шляхи їх попередження й корекції [2, 8] при дотриманні основ гігієни, режиму дня, правильного харчування, оздоровлення і загартування організму [9]. Розроблена система фізичного виховання слабкозорих школярів [8], проте недостатньо виявлено програм, спрямованих на корекцію просторової організації тіла молодших школярів із депривацією зору засобами фізичного виховання. З урахуванням того, що у віці від 5 до 10 років дитина засвоює приблизно 90 % рухових умінь і навичок від загального обсягу, які вона здобуває протягом усього життя [5], проблема корекції порушень просторової організації тіла дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором є актуальною.

У наш час існує велика кількість досліджень, присвячених вивченню особливостей фізичного розвитку, функціонального стану та фізичної підготовленості дітей із порушенням постави та зору, а також розробці методики фізичного виховання дітей із зазначеними порушеннями в дошкільних закладах і загальноосвітніх школах (В. К. Велитченко, 2000, З. О. Філіппова, 2002, Р. Р. Лукіна, 2003 та ін.). Проте у спеціальних школах для дітей із порушенням зору, тобто корекційних установах IV виду, ця проблема недостатньо вирішена. Зокрема програма з фізичної культури для цих установ незначно відрізняються від програми для загальноосвітніх шкіл [9].

У програмі є тільки загальні вказівки методичного характеру щодо формування постави з урахуванням основного захворювання (порушення зору) і відсутні конкретні комплекси фізичних вправ поєднаного впливу, спрямовані і на формування постави, і на покращання гостроти зору в учнів спеціальної школи-інтернату. Не розроблена програма з корекції просторової організації тіла у молодших школярів із депривацією зору [5].

Мета – розкрити зміст програм з корекції просторової організації тіла у молодших школярів із депривацією зору.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз із проблеми корекції просторової організації тіла у молодших школярів із ДЗ у процесі фізичного виховання спеціальної школи-інтернату.
2. Сформулювати основні умови реалізації методики застосування комплексів вправ для формування правильної постави у молодших школярів із ДЗ.
3. Проаналізувати ефективність сучасних методик, програм, спрямованих на корекцію просторової організації тіла дітей 6-10 років із ДЗ.

Методи дослідження – загальнонаукові (аналіз, синтез та узагальнення даних науково-методичної літератури).

Результати дослідження. Розділи з фізичної культури «Програми спеціальних (корекційних) освітніх закладів IV виду для слабкозорих дітей та для навчально-виховного комплексу (ясла-садок-початкова школа НВК) для дітей із порушенням зору» (К. І. Плаксіна, 1997, 2003) орієнтують педагога в основному на необхідність формування правильної постави у молодших школярів з порушенням зору. Теоретичні відомості про поставу в цій програмі передбачено тільки з 3 класу, вправи для формування постави та танці рекомендуються з 1 класу, але тільки в загальному вигляді.

Нами були також проаналізовані змістовний і методичний аспекти навчальних посібників провідних фахівців з фізичної культури для початкової школи (С.Т. Кузін, А. П. Матвеев, К. Ю. Гавердовський, С. М. Жаріков, 1996, Л. Д. Глазиріна, Лопатик Т. А., 1998, 1999, В. І. Лях, 1999, В. М. Бутині, В. А. Бутині, Т. Н. Леонтьєва, С. М. Массленников, 2001 та ін.). У цілому аналіз програм і навчальних посібників дозволяє констатувати, що відсутня методика застосування комплексів вправ поєднаного впливу, спрямована на формування постави і покращання гостроти зору молодших школярів із ДЗ [5].

Вивчення тематичних і поурочних планів, спостереження за роботою вчителів на уроках фізичної культури в спеціальній школі-інтернаті підтверджують наші висновки про відсутність комплексів спеціальних вправ для формування правильної постави у молодших школярів із ДЗ і методики їх застосування. Освітня практика в корекційній школі на уроках фізичної культури переконує в тому, що необхідна розробка даної програми.

Аналіз програм і навчальних посібників також дозволив сформулювати *основні умови реалізації методики застосування комплексів вправ для формування правильної постави у молодших школярів із ДЗ*: необхідно дотримуватися принципів індивідуального підходу з урахуванням стану здоров'я кожного учня; необхідно враховувати поєднаний вплив вправ на формування постави і покращання гостроти зору; комплекси вправ мають застосовуватися в системі різних форм занять фізичними вправами (урок фізичної культури, гімнастика до навчальних занять, фізкультхвилинка, фізкультпаузи); необхідно дотримуватися певної

послідовності у застосуванні комплексів вправ (ознайомлення, розучування, тренування).

У зв'язку з гігієнічними вимогами до умов навчання школярів у різних видах сучасних спеціальних установ у початкових класах, з метою профілактики втоми, порушення постави і зору учнів, на уроках мають проводитися фізкультхвилинки, фізкультпаузи та гімнастика для очей при навчанні читання, письма й математики [8, 9]. Відповідно до викладених вимог нами був зроблений аналіз нині діючих державних програм з фізичного виховання учнів із ДЗ спеціальних установ.

На сьогоднішній день фахівцями та науковцями в галузі АФВ розроблено та впроваджено в практику фізичного виховання значну кількість інноваційних підходів, програм і комплексів фізичних вправ для дітей із особливими потребами, в тому числі і для дітей із ДЗ. Ефективність запропонованих підходів підтверджують кількісні та якісні показники, які засвідчують покращення фізичного розвитку, функціонального, соціального та психологічного стану організму досліджуваних дітей, удосконалення фізичних якостей і життєво необхідних рухових умінь та навичок, які потрібні молодшим школярам із ДЗ для того, щоб повною мірою реалізувати себе як повноцінну індивідуальну особистість у соціумі [5].

Останніми роками відзначається збільшення кількості робіт у сфері адаптивного фізичного виховання, спрямованих на корекцію різних відхилень у розвитку дітей. Найбільший інтерес викликає комплексна оздоровча програма корекції рухових порушень засобами адаптивного фізичного виховання для молодших школярів із ДЗ, розроблена Л. Н. *Ростомашвіні* (1999) [8]. Основна мета програми – забезпечення всебічних і повноцінних рухових і психофізичних умов розвитку дитини з ДЗ шляхом підвищення фізіологічної активності органів і систем організму, а також збільшення мобільності як засобу інтеграції інвалідів зору в суспільство зрячих. Програма розрахована на чотири роки навчання [8]. Застосування запропонованої програми протягом чотирьох років навчання сприяло компенсації вторинних порушень росту показників фізичної підготовленості обстежуваних.

З метою реабілітації дітей молодшого й середнього шкільного віку, які страждають зниженим зором, *Н.Е. Друговою* (2000) була розроблена система реабілітаційних заходів, в основі якої лежав комплексний підхід до реабілітації дітей, що забезпечувалося диспансерним наглядом окуліста, лікаря ЛФК, використанням методик лікувальної гімнастики, масажем, фізіотерапією. Пріоритетним напрямком була лікувальна гімнастика. У процесі занять вирішувалися такі завдання:

- зміцнення м'язово-зв'язкового апарату очей;
- покращення кровообігу в тканинах ока;
- загальне зміцнення організму;
- формування правильної постави або її корекція.

У заняттях лікувальною гімнастикою використовувалися елементи класичної методики, психотерапія, методика доктора Бейтса, гімнастика йоги для очей, звукове оформлення. Оскільки короткозорість у дітей часто супроводжується порушенням постави, сколіозами, плоскостопією, в заняттях лікувальною гімнастикою використовувалися й елементи коригувальної гімнастики. При проведенні курсу лікувальної гімнастики дотримувалися основні принципи: систематичність, тривалість та безперервність [2].

Інтерес виявляють три програми, запропоновані *В. І. Шалгіною* (2000) [9].

I програма - «Попередження порушень зору з використанням окорухової гімнастики в режимі навчального дня молодших школярів».

II програма - «Попередження порушень зору з використанням окорухової гімнастики у поєднанні з вправами на зміцнення постави в режимі навчального дня молодших школярів».

III програма - «Попередження порушень зору з використанням йогівської гімнастики для очей і точкового масажу в режимі навчального дня молодших школярів».

Метою всіх трьох експериментальних програм була профілактика порушення зору у дітей молодшого шкільного віку [9]. Згідно з уявленням *В.І. Шалгінової* [9], на даний час розроблена достатня кількість програм, технологій та методик, які спрямовані на корекцію порушень рухових функцій дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором. Але в той же час автором зазначено, що в матеріалах спеціальної науково-методичної літератури не знайшли своє відображення питання профілактики порушення та виникнення захворювання зорового аналізатора з використанням засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності. Таким чином, дослідницею виявлений взаємозв'язок між показником рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціонального стану постави з показником рівня втрати зору і, на основі отриманих даних, запропоновано зміст технології попередження порушення зору у молодших школярів засобами фізкультурно-оздоровчої діяльності [9].

Значний інтерес для науковців і практиків становить дослідження *А.А. Дяченко* [3] про вплив порушення просторової організації тіла слабкозорих дітей на їхню поставу. За показниками констатувального експерименту *А.А. Дяченко* визначила кількісні та якісні характеристики біогеометричного профілю постави, опорно-ресорні властивості стопи, показники статичної рівноваги та статодинамічної постави під час ходьби. На підставі виявлених показників статодинамічної постави, вертикальної стійкості тіла, геометрії біокінематичних пар ОРА молодших школярів із послабленим зором, розроблено корекційну технологію, що дозволила вирішити оздоровчі завдання у процесі АФВ.

Н. Н. Мелантьєва (2004) вважає необхідним включати в заняття комплекси сполучних вправ, які дозволять підвищити ефективність педагогічного впливу на формування постави у молодших школярів із порушеннями зору [5].

О. Ю. Коломійченко (2007) запропонував використовувати на уроках фізичної культури для слабкозорих учнів молодших класів технологію коригувального та цілеспрямованого розвитку гнучкості як прояву рухливості в суглобах, компоненту їх просторової орієнтації, сенсорної та пропріоцептивної чутливості.

Л. В. Бровченко (2007) у своїй роботі пропонує програму з ЛФК, спрямовану на корекцію дефектів постави й окремих показників фізичного розвитку слабкозорих дітей молодшого шкільного віку, що навчаються в спеціальних школах. Програма з ЛФК базується на всіх необхідних структурних компонентах, як-от: меті й завданнях, особливостях формування груп для занять, методах оцінки стану опорно-рухового апарату й рухових можливостей дітей, формах застосування ЛФК, принципах добору і використання адекватних засобів, методів і методичних прийомів, спрямованих на корекцію дефектів постави слабкозорих дітей молодшого шкільного віку, з урахуванням протипоказань і застережень до виконання фізичних вправ при різних вадах зору. Суть програми

полягає у комплексному поєднанні різних форм, засобів (традиційних і сучасних) і методів лікувальної фізичної культури, спрямованих на корекцію основного показника фізичного розвитку дитини – постави, з урахуванням протипоказань і застережень до фізичних навантажень у залежності від патології зору. Ефективність програми, запропонованої Л. Бровченко, полягає у застосуванні традиційних і сучасних засобів корекції постави й окремих показників фізичного розвитку слабкозорих молодших школярів. Заняття з ЛФК спрямовані на корекцію дефектів постави слабкозорих молодших школярів, зумовлених зоровою депривацією [1].

В.В. Петрович (2010) теоретично обґрунтована й практично апробована методика корекції порушень сагітального профілю постави дітей молодшого шкільного віку з використанням сучасних оздоровчих технологій. Впровадження фітбол-гімнастики, як методу «керуючого предметного середовища» у процес фізичного виховання молодших школярів дозволило автору проводити спрямовану корекцію гравітаційних взаємодій організму школярів [7].

О. А. Юрченко (2013) пропонує запровадити в спеціалізованих навчальних закладах для дітей із послабленим зором модульну технологію корекції порушень просторової орієнтації тіла [10].

Разом з тим представлені програми часто обмежені завданнями, які кожен автор поставив перед собою. На нашу думку, для вирішення мети та завдань щодо корекції просторової організації тіла молодших школярів з послабленим зором потрібно застосовувати диференційований та індивідуальний підходи з комплексом поставлених завдань, враховуючи при цьому порушення параметрів рухової сфери, а також застосовувати вправи для корекції або покращення зору, соціальної інтеграції дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у суспільне середовище. Для цього необхідно побороти психологічний чинник, який є значним бар'єром у повноцінному гармонійному розвитку особистості.

Висновки: Дефекти постави у молодших школярів із ДЗ є вторинним відхиленням у дітей із ДЗ, тому такі діти потребують особливого підходу при розробці та плануванні уроків фізичного виховання та лікувально-фізкультурних занять, спрямованих на корекцію порушень опорно-рухового апарату. Провівши аналіз науково-методичної літератури, ми дійшли висновку, що існуючі програми з корекції постави дітей молодшого шкільного віку з ДЗ тією чи іншою мірою позитивно впливають на опорно-руховий апарат і фізичний розвиток у цілому в 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 з урахуванням стану зору кожного учня, клінічної форми порушення зору та діагнозу лікаря-окуліста, так і диференційований підхід із урахуванням типу порушення постави.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають у перевірці ефективності різних програм з корекції порушень постави у дітей із ДЗ та створенні власної програми просторової організації тіла молодших школярів із депривацією зору.

Література

1. Brovchenko L. Justification of the author program on medical physical training for visually impaired children of primary school age / L. Brovchenko // Young sport science of Ukraine, L., 2007, P. 34-40.
2. Drugova N.E. Exercise therapy – in the complex rehabilitation of children of primary and secondary school age with impaired eyesight in the conditions of rehabilitation treatment RFVD department / N.E. Drugova // Health, physical education and sports. Results and prospects: math. scientific-practical conf. – Izhevsk: Udmurt State University, 2000, P. 39-40.
3. Dyachenko A.A. Correction of posture violations of primary school children with weak eyesight by means of physical education: author. dis. for obtaining sciences degree candidate of science in physical education and sports, spec. 24.00.02. "Physical culture, physical education of different population groups" / A.A. Dyachenko, Kyiv, 2010, 19 p.
4. Kaszuba V.A. Prevention and correction of disorders of the human body spatial organization in the process of physical education / V.A. Kaszuba, Adele Benzheddu. K.: Knowledge of Ukraine, 2005, 160 p.
5. Melanteva N.N. Posture formation in primary school children with visual impairment in the process of physical exercise in a special (correctional) school: dis. ... cand. of ped. Sciences: 13.00.04 / N.N. Melanteva, St. Petersburg, 2004, 201 p.
6. Носова Н. Л. Контроль просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Н. Л. Носова. – К., 2008. – 19 с.
7. Петрович В. В. Корекція сагітального профілю постави дітей молодшого шкільного віку засобами фітбол-гімнастики : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. В. Петрович / ЛДІФК. – Л., 2010. – 20 с.
8. Ростомашвили Л.Н. Реализация программы ЛФК для младших школьников с тяжелой патологией зрения: Учебно-метод. пособие. / Под ред. В.А. Феоктистовой, С.П. Евсеева. СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – 1997. – 92с.
9. Шалгинова В.И. Профилактика нарушения зрения у младших школьников средствами физкультурно-оздоровительной деятельности: авто-реф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. / В.И. Шалгинова – Омск, 2000. – 24 с.
10. Юрченко О. А. Корекція порушень просторової орієнтації тіла дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... на здобуття наукового ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / О. А. Юрченко. – К., 2013. – 20 с.

Саломаха О.Є.

Національний технічний університет України
Київський політехнічний інститут ім. Сікорського І.І.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПОРУШЕННІ ПОСТАВИ

У статті зазначено, що важливим компонентом у підвищенні ефективності використання засобів фізичної реабілітації при порушенні постави є заняття видами фізичних вправ. Автор вказує, що методи боротьби з порушенням постави можуть