

УДК 796.011.3-053.5-056.26

А.А. Дяченко, м. Вінниця, Україна / A. Dyachenko, Vinnytsia, Ukraine
e-mail: masua@bk.ru**ТЕХНОЛОГІЯ КОРЕКЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОСЛАБЛЕНИМ ЗОРОМ У ПРОЦЕСІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Анотація. Забезпечення ефективності фізичного виховання підростаючого покоління є важливим завданням сучасного суспільства. Захворюваність дитячого населення України має стійку тенденцію до зростання. Зниження рівня здоров'я характерне для всіх вікових періодів життя дитини. Під час профілактичних оглядів у школярів виявляють удвічі більше, ніж двадцять років тому, порушень постави, захворювань органів слуху та зору.

У статті представлено технологію корекції постави, яка розроблена на основі результатів об'єктивного контролю моторики дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором. Мета технології визначається у формуванні навички правильної постави у досліджуваних дітей, а також корекції виявлених у них порушень ОРА. Врахування закономірностей формування рухових умінь і навичок визначало виділення трьох етапів в процесі занять фізичними вправами.

Описано задачі етапів технології та зміст корекційно-профілактичних блоків, зокрема теоретичного, моніторингу стану моторики, формування навички правильної постави. Критеріями ефективності технології визначено зміни у величинах кутів нахилу голови, зору та асиметрії лопаток, кута нахилу тулуба відносно вертикалі при збереженні статичної рівноваги. Для визначення ефективності запропонованої технології був проведений порівняльний педагогічний експеримент. У ході експерименту були отримані дані, що свідчать про позитивний вплив запропонованої технології на корекцію біогеометричного профілю постави молодших школярів з послабленим зором.

Ключові слова: технологія, постава, слабкозорі школярі, корекція, адаптивне фізичне виховання.

Technology of correction of functional violations of posture primary school children with reduced vision in the process of adaptive physical education

Annotation. An important task of modern society is to ensure the effectiveness of physical education of the younger generation. The incidence of child population Ukraine tends to increase. For all age periods of child life's typical reduction of health. Schoolchildren showing violations of posture, diseases of hearing and vision during of preventive examinations.

Technology of posture correction's presented in the article. The technology developed on the basis of objective control motor skills of primary school children with weak eyesight. The purpose of technology is to form a correct posture skill at children and correction violations of posture. Taking into account patterns of motor skills determines the allocation of three stages during exercise.

Epapiv problem of technology and content korektsiytno-care units (theoretical, monitoring of motor skills, skill formation of correct posture) are described in the article. Changes in the values of tilt angles of the head, and asymmetry of the blades, the angle of inclination of the body relative to the vertical static equilibrium while maintaining the performance criteria are technology. The comparative pedagogical experiment to determine the effectiveness of the proposed technology. The data, showing the positive impact of the proposed technology at correcting of posture bioheometrychno profile's primary school children with weak eyesight.

Key words: Technology, posture, visually impaired schoolchildren, correction, control. adaptive physical education.

Постановка проблеми. Національним надбанням будь-якої держави є здорові люди, тому забезпечення ефективності фізичного виховання підростаючого покоління є важливим завданням сучасного суспільства.

Статистика свідчить про те, що захворюваність дитячого населення України має стійку тенденцію до зростання. Зниження рівня здоров'я характерне для всіх вікових періодів життя дитини. Як вказують автори (Н. Гончарова, 2009; О. Бондар, 2009; В. Петрович, 2010; Т. Лясота, 2011), під час профілактичних оглядів у школярів нині виявляють удвічі більше, ніж двадцять років тому, порушень постави, захворювань органів слуху та зору [3, с. 71].

Упродовж останнього десятиліття з'явилося чимало наукових доробок із питань технологізації освіти загалом та впровадження корекційно-оздоровчих та навчально-розвиваючих технологій у процес фізичного виховання зокрема [5, с. 6]; акцентуємо на наявній у більшості періодичних видань зацікавленості науковців проблемами дітей з

обмеженими можливостями.

Як правило, первинні психомоторні дефекти в багатьох випадках є наслідком порушення фізичного стану [6, с. 135]. Науковці зазначають, що практично у всіх дітей з особливими потребами існують проблеми у формуванні життєво важливих рухових умінь і навичок, біогеометричного профілю постави, вертикальної стійкості тіла [1, с.7; 2, с.1.; 4, с. 195; 7, с. 1], корекція яких є одним з основних напрямків корекційно-профілактичної роботи в адаптивному фізичному вихованні.

Мета, задачі роботи, методи. Мета дослідження – розробка технології корекції порушень постави молодших школярів з послабленим зором у процесі АФВ.

Завдання дослідження:

1. Вивчити особливості формування постави дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у процесі АФВ.

2. Розробити технологію корекції функціональних порушень постави дітей молодшого

шкільного віку з послабленим зором та визначити її ефективність.

Методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне спостереження та експеримент, з використанням комплексу методів: антропометрії, біомеханічного відеоком'ютерного аналізу статодинамічної постави школярів з використанням програм: «TORSO», «BIGFOOT» та «БІОВІДЕО», методи математичної статистики. Опрацювання результатів відеоком'ютерного аналізу статодинамічної постави школярів з використанням вищезазначених програм проводилось на кафедрі кінезіології НУФВіС України.

Результати дослідження. Результати попереднього експерименту дозволили констатувати певні відхилення у стані постави дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором, які стали основою для розробки корекційної технології.

У процесі роботи були визначені наступні компоненти: мета технології, задачі, принципи та форми занять; проведений розподіл технології на етапи; визначені методи навчання навичку правильної постави в процесі занять фізичних вправ, а також засоби впливу, які дозволяють реалізувати з високою ефективністю рухові можливості молодших школярів з послабленим зором.

Мета технології визначається у формуванні навичку правильної постави у досліджуваних дітей, а також корекції виявлених у них порушень ОРА. Урахування закономірностей формування рухових умінь і навичок визначало виділення трьох етапів у процесі занять фізичними вправами: вступний етап, корекційно-профілактичний і підтримуючий.

Задачами вступного етапу є: адаптація організму до фізичних навантажень, діагностика стану постави школярів з послабленим зором, формування навичку правильної постави. На корекційно-профілактичному етапі основною задачею є корекція порушень статодинамічної постави, а також формування м'язевого корсету; вдосконалення у молодших школярів з послабленим зором здібності до орієнтації у просторі.

Розроблена нами технологія розрахована на чотири навчальні чверті (2 семестри) – 9 місяців. Критеріями ефективності технології визначено зміни у величинах кутів нахилу голови, зору та асиметрії лопаток. Також нами реєструвався кут нахилу тулуба відносно вертикалі при збереженні статичної рівноваги під час виконання тесту Є. Бондаревського.

Технологія складається із таких блоків: теоретичний, моніторингу стану моторики та корекційних блоків, згрупованих по спрямованості впливу: на формування навичку правильної постави; удосконалення вертикальної стійкості тіла; корекції та профілактики порушень ОРА; блоку рухливих і сюжетних ігор; блоку комплексів вправ для зорового аналізатора (вправи цього блоку переважно були реалізовані під час виконання вправ для корекції

порушень постави).

Використання теоретичного блоку в рамках розробленої нами технології передбачає виконання завдань: забезпечити школярів необхідними знаннями з питання формування правильної постави, допомогти дітям в осмисленні необхідності правильної постави; вивчення дітьми причин та факторів, які сприяють виникненню порушень постави.

Змістове наповнення блоку моніторингу стану моторики - полягає в детальному обстеженні соматометричних та стоматоскопічних показників фізичного розвитку та визначенні деяких проявів координаційних здібностей, зокрема здатності до збереження статичної та динамічної рівноваги.

Формування навичку правильної постави у рамках етапів технології відбувалося в три кроки. Першим кроком було створення цілісного уявлення про правильну поставу, впливаючи на зоровий і руховий аналізатори, що сприяло всебічному сприйняттю дітьми правильного положення тіла і його окремих частин у просторі. Зазначимо, що основною особливістю при роботі з дітьми з послабленим зором є пролонговані строки оволодіння новою руховою дією, тому що на певному етапі навчання (створення уявлення про фізичну вправу) зір є провідним «інформатором» про просторові характеристики руху [6, с. 132]. Другий крок передбачав поглиблене розучування рухової дії, поступове виправлення помилок та деталізацію техніки руху, який вивчається, що сприяло правильному виконанню рухової дії в цілому. Третім кроком, у рамках етапу, було створення міцного рухового навичку правильної постави.

Таке покрокове навчання обумовлено тим, що утворення рухових навичок та закріплення їх як умовних рефлексів ґрунтується на багаторазовому повторенні та послідовності застосування фізичних вправ. Ураховуючи цю особливість, кожне заняття в рамках технології розпочиналось і завершувалось вправами, що сприяють формуванню правильної постави та м'язово-руховим уявленням про неї.

Таким чином, за допомогою системи повторного виконання рухової дії з прийняття правильної постави, учні від знання переходять до вміння утримувати правильне положення тіла.

Ми пропонуємо до складу кожного уроку включати вправи з перевірки м'язово-суглобних і тактильних відчуттів правильної постави в положенні стоячи біля стіни, які сприяють розвитку уміння утримувати правильне положення тіла, а також радимо застосовувати розроблений нами контрольний листок для оцінки прийняття правильної ортоградної пози (рис. 1). Використання цього аркушу контролю вирішує одну з проблем АФВ, яка полягає у складності самоудосконалення індивіда (як правило, люди з обмеженими можливостями порівнюють себе з людьми без нозологій) та виражається у зовнішніх і внутрішніх конфліктах. З огляду на таку особливість, одним з провідних завдань АФВ, як вказує Р. Чудна

(2003), є зменшення суперечностей між потребами людини з психофізичними порушеннями та її руховими і психологічними знаннями, вміннями, навичками.

Ми вважаємо, що порівняння результатів (які реєструвалися в аркуші контролю) до і після проведення технології, сприятимуть позитивній мотивації до занять та емоційному задоволенню від досягнутих результатів.

Для визначення ефективності запропонованої технології був проведений порівняльний педагогічний експеримент, сформовані контрольна і основна групи (КГ і ОГ), до складу яких входили школярі з послабленим зором 9-річного віку. У процесі експерименту були отримані дані, що свідчать про позитивний вплив запропонованої технології на корекцію біогеометричного профілю постави молодших школярів з послабленим зором. У дітей ОГ статистично достовірно покращились значення кута

нахилу голови, який зменшився на 2, 56°. Позитивні зміни відмічено і в значеннях кута зору (у дітей як ОГ, так і КГ) та кута асиметрії лопаток у дітей ОГ. Так, значення кута зору у школярів, які входили до складу ОГ до проведення експерименту становило 79,78° ($S = 4,52$); після застосування корекційної технології величина кута коливалась у межах 78° – 84°, відмічено достовірне збільшення середнього значення на 1,85°.

Висновки. Результати педагогічного експерименту підтвердили ефективність технології корекції функціональних порушень ОРА дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором, що розроблена на основі результатів об'єктивного контролю їхньої моторики та включає показники біогеометричного профілю постави, опорно-ресорних властивостей стопи та кінематики ходьби.

ЛИСТОК ОЦІНКИ ПРИЙНЯТТЯ ПОЛОЖЕННЯ ПРАВИЛЬНОЇ ПОСТАВИ

ВИКОНАННЯ:
За командою вчителя прийняти положення правильної постави біля стіни.
Контроль виконання проводити за наведеними «точками» дотику тіла

потилиця

плечі

сідниці

гомілки

п'яти

Прізвище, ім'я	Точка №1 (Потилиця)	Точка №2 (Плечі)	Точка №3 (Сідниці)	Точка №4 (Гомілки)	Точка №5 (П'яти)	Загальне виконання

Рис. 1. Контрольний лист оцінки прийняття правильного ортоградного положення

Література:

- Еракова Л.А. Дифференцированное физическое воспитание слепых и слабовидящих школьников в условиях специализированного интерната/ Любовь Ераова : автореф дис... канд. наук: 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2005 – 24с.
- Зіяд Хаміді Ахмад Насраллах Корекція порушень постави слабкочуючих школярів засобами фізичного виховання / Хаміді Зіяд : автореф дис... канд. наук: 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2008. – 25с.
- Лясота Т.І. Факторна структура взаємозв'язку показників фізичного стану та адаптації до навчання молодших школярів / Лясота Т.І. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків, 2012. – №3. – С. 71-74.
- Синіговець В. І. Особливості кінематики ходьби та сагітального профілю постави дітей з особливими потребами / В. І. Синіговець // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт» : зб. наук. праць. – Чернігів, 2009. – Вип. №.69 – С.194-198.
- Цьось А.В. Сучасні технології викладання спортивних дисциплін [Текст] : навч. посіб. / Анатолій Васильович Цьось, Галина Валентинівна Балахнічова, Людмила Василівна Заремба. – Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2010. – 132 с.
- Чудна Р. В. Теорія адаптивного фізичного виховання. / Р. В. Чудна – К.: Наукова думка, 2003. – 270 с.
- Юрченко О.А. Корекція порушень просторової організації тіла дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором у процесі фізичного виховання / Олександр Юрченко : автореф дис... канд. наук: 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2013. – 20с.