

ВПЛИВ ЗАСОБІВ АДАПТИВНОЇ ФІЗКУЛЬТУРИ НА ФОРМУВАННЯ РУХОВОЇ ТА ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

THE INFLUENCE OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION ON THE FORMATION OF MOTOR AND EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE IN A CHILD OF PRIMARY SCHOOL AGE WITH COMPLEX DISORDERS

У статті розглянуто особливості формування рухової та емоційно-вольової сфери у дітей молодшого шкільного віку засобами адаптивної фізичної культури. Адаптивна фізична культура є частиною загальної фізичної культури, яка орієнтована на людей з порушеннями здоров'я, в тому числі на дітей з порушеннями розвитку. Використання даного методу з метою розвитку просторового орієнтування дітей, активізації рухової діяльності, розвитку емоційно-вольових якостей позитивно впливає на весь корекційний процес. Під час роботи з дітьми з комплексними порушеннями гостро постає проблема їх соціалізації, розвитку емоційного інтелекту та загального фізичного розвитку. Вище вказані проблеми безпосередньо впливають на можливість в майбутньому жити повноцінним життям: створити родину, знайти роботу, реалізувати себе, зуміти забезпечити себе.

Наукове дослідження висвітлює особливості впливу засобів адаптивної фізичної культури в процесі корекційної роботи. Засоби адаптивної фізичної культури є вагомим складником всієї корекційної роботи фахівців з дітьми молодшого шкільного віку з комплексними порушеннями розвитку. Разом із завданнями зміцнення здоров'я, розвитку фізичних якостей, координації рухів, моторики, формуються вольові якості у дітей. Розкрито значення занять з використанням засобів адаптивної фізкультури. Відзначено, що під час виконання поставлених спеціалістом завдань формується стійкість, мотивація, стриманість, відповідальність, бажання досягти мети, можливість ставити пріоритети. Завдяки адаптивній фізичній культурі, люди з особливими потребами, які раніше були поза соціумом, налагоджують і закріплюють соціальні зв'язки, залучення їх до повноцінного життя, позитивно впливає на емоції та почуття. Такий вид активної діяльності допомагає, хоч і не в повній мірі, подолати вплив дефекту на психічний, фізичний та соціальний розвиток дітей. Проаналізовано зміни емоційного стану дітей «до» та «після» виконання музико-ритмічних вправ. Виявлено позитивні зміни.

Ключові слова: засоби адаптивної фізкультури, діти з комплексними порушеннями, молодші школярі, рухова сфера, емоційно-вольова сфера, емоційний стан, психічний стан, фізичний стан.

The article considers the peculiarities of the formation of the motor and emotional-volitional sphere in children of primary school age by means of adaptive physical culture. The use of this method in order to develop the spatial orientation of children, activation of motor activity, the development of emotional and volitional qualities has a positive effect on the entire correctional process. When working with children with complex disorders, the problem of their socialization, development of emotional intelligence and general physical development is acute.

Scientific research reveals the features of the influence of adaptive physical culture in the process of correctional work. Means of adaptive physical culture are an important component of all correctional work of specialists with children of primary school age with complex developmental disorders. Along with the tasks of strengthening health, development of physical qualities, coordination of movements, motility, volitional qualities are formed in children. The significance of classes with the use of adaptive physical education is revealed. During the performance of the tasks set by the specialist, stability, motivation, restraint, responsibility, desire to achieve the goal, the ability to set priorities are formed. The ability of the child to initiate action, plan the course of implementation and realization of the plan before the lesson with the use of adaptive physical culture is determined. The basic correctional and pedagogical principles of correction of existing motor disorders in order to increase the social adaptation of this contingent of children are formulated.

Thanks to adaptive physical culture, people with special needs, who were previously out of society, establish and strengthen social ties, involve them in a full life, have a positive effect on emotions and feelings. Changes in children's emotional state before and after performing musical-rhythmic exercises are analyzed.

Key words: means of adaptive physical culture, motor activity, children with complex disorders, junior schoolchildren, children with special needs, physical abilities, development of mental processes, motor sphere, emotional-volitional sphere, emotional state, emotional intelligence, mental state, physical condition.

УДК 376:796.011.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/44/2.13>

Шевчук Л.А.,
магістрант кафедри психокорекційної педагогіки та реабілітології
Національного педагогічного
університету імені М. П. Драгоманова

Постановка проблеми. За оцінками Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), понад 1 мільярд людей мають обмежені можливості, а це майже 15 % населення світу. В Україні з кожним роком кількість осіб з особливими освітніми потребами зростає. Люди з особливими потребами почасти не живуть повноцінним життям, їм тяжко адаптуватися у соціумі, знайти роботу, отримувати гідну заробітну плату, створити родину. Через це вони впадають в депресивні стани та не отримують радості від життя.

На сучасному етапі розвитку суспільства гостро постає питання покращення якості життя громадян, в тому числі людей з особливими потребами. Через це максимальна соціалізація таких осіб має відбуватися ще з дитинства. Нині в Україні діють спеціальні заклади для дітей з обмеженими можливостями, що працюють за спеціальними адаптованими програмами навчання та виховання. Важливе місце в навчально-виховному процесі займають засоби адаптивної фізичної культури, які допомагають при корекції рухових порушень, покращенні фізичного та психічного стану вихованців.

Організуючи навчально-виховний процес фахівці застосовують засоби адаптивної фізичної культури. Нові форми фізичного виховання допомагають забезпечити системність формування компенсаторних механізмів у дітей з комбінованими порушеннями розвитку, вивчення стадійності розвитку, прогресу, важкості та глибини ураження, високий рівень педагогічної допомоги. Адаптивне фізичне виховання дає можливість не лише для корекції та вдосконалення моторики осіб з обмеженими можливостями, а можливість адаптуватися до трудової діяльності, саморозвитку, самовдосконаленню, самореалізації, формуванню вольових якостей. Саме завдяки різним формам діяльності відбувається хоч і часткове, але подолання впливу дефекту на психічний, фізичний та соціальний розвиток дітей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У методичній та науковій літературі нині існує велика кількість публікацій та досліджень з питань адаптивної фізичної культури та її впливу на розвиток дітей з комбінованими порушеннями розвитку. Над публікаціями, присвяченими впливу різних видів рухової діяльності на розвиток дітей працювали: Е. Вільчковський, Н. Лебедева, К. Левшунова, А. Маркосян.

У XIX ст. великого значення для теорії та практики розвитку дітей з порушеннями мали лікарсько-педагогічна система Е. Сегена, ідеї Й. Вайзе та В. Айрленда.

У працях Л.С. Виготського, В.М. Синьова, Г.М. Дульнева, Н.П. Вайзмана, О.С. Самилічева, М.О. Козленка, Б.В. Сермєєва, О.А. Дмитрієва,

Ю.Г. Васіна, І. Ляхової, Р. Чудної мова йде про створення умов для розвитку фізичних та рухових вправ, які у свою чергу впливають на сенсорний, інтелектуальний та емоційний розвиток.

Питанням розвитку емоційно-вольової сфери займалися І. Бех Л. Виготський, Є. Ільїн, П. Розмислов, Б. Смірнов, М. Басова, С. Яковлева.

На сучасному етапі наукові дослідження стосовно обраної теми проводили: О. Бар-Ор, Т. Круцевич, Н. Москаленко, О. Колишкін, Н. Деделюк, М. Трояновська, А. Альошина. У їх працях зазначено, що одним з найкращих засобів зміцнення здоров'я і виховання характеру є заняття фізичною культурою.

Виклад основного матеріалу. Корекційна робота спеціаліста з дітьми з комплексними порушеннями орієнтована індивідуально на кожного учасника освітнього процесу. Вона спрямована на усунення недоліків розвитку та на загальний розвиток дитини. Під час організації рухової діяльності дітей молодшого шкільного віку з комплексними порушеннями активно використовуються засоби адаптивної фізичної культури, які впливають передусім на розвиток рухової та емоційно-вольової сфери. Для дітей з комплексними порушеннями розвитку організовують рухову активність відповідно до її рухових, вікових та психологічних можливостей. Для того, щоб заняття були продуктивніші, чергують різні види діяльності та відпочинку. Розпорядок дня планується з урахування дозованого чергування праці та відпочинку, кваліфікованої організації фізичної культури, фізкультурно-оздоровчих та гігієнічних заходів.

Використання засобів адаптивної фізичної культури є надважливим, адже у ході занять формується комплекс спеціальних знань, рухових умінь і навичок, розвиваються фізичні та психічні здібності, збільшуються функціональні можливості організму, покращуються тілесно-рухові характеристики.

Н. Гладких у своїх дослідженнях приходять до висновку, що важливою особливістю дітей з комплексними порушеннями розвитку є неможливість отримувати інформацію про навколишнє середовище через природні канали, що збільшує вагомість корекційного навчання таких дітей у порівнянні з іншими дітьми, які мають порушення розвитку [1, с. 332].

О. Колишкін зазначає, що фізична культура є одним з основних шляхів корекції порушень фізичного розвитку, рухової підготовленості, психомоторики, вольових якостей осіб з обмеженими можливостями, виховання рухової грамотності та залучення їх до трудової діяльності, самообслуговування, соціальної адаптації [5, с. 158].

Під час корекційних занять з дітьми молодшого шкільного віку з комплексними порушеннями ми спостерігаємо як своєрідну незрілість її особистості особливостями розвитку її мотиваційної та інтелектуальної сфер, так і низку особливостей функціонування її емоційної сфери [2, с. 84].

Важливим засобом адаптивного фізичного виховання дітей з порушеннями опорно-рухового апарату та інтелекту є корекційно-розвивальні рухливі ігри. Вони сприяють формуванню та вдосконаленню життєво необхідних рухів, всебічному фізичному розвитку та зміцненню здоров'я дитини, вихованню позитивних моральних і вольових якостей [4, с. 59].

О. Колишкін зазначає, що на заняттях з ритміки ефективним є застосування музики танцювального характеру: вальс, полька, мазурка, кадрили. Адаптовані до занять адаптивного фізичного виховання елементи народного танцю розвивають відчуття ритму, пластику, здатність диференціації часу й простору, довільне керування мускулатурою, образне мислення [4, с. 179].

Для того, щоб визначити актуальність емоційного стану дітей до початку експерименту ми використали колірний тест Люшера [3, с. 72] та методику «Намалюй задумане» для визначення вольової дії дитини [6, с. 29]. Це дало можливість встановити вихідні дані та результати після проведення занять з використанням засобів адаптивної фізичної культури.

З метою виявлення впливу засобів адаптивної фізичної культури на формування рухової та емоційно-вольової сфери нами проведено педагогічний експеримент на базі Житомирської спеціальної школи №2 серед учнів 3 класу. Участь в експерименті взяли 4 здобувачі освіти з комплексними порушеннями, з них 3 хлопчики й 1 дівчинка віком 10–11 років.

Учасниками експерименту були: 1-й вихованець – синдром Дауна, інтелектуальне порушення легкого ступеня, затримка мовленнєвого розвитку, хронічна двобічна нейросенсорна приглухуватість; 2-й вихованець – синдром Дауна, затримка мовленнєвого розвитку II рівня з порушенням поведінки; 3-й вихованець – хронічна двобічна нейросенсорна приглухуватість, затримка мовленнєвого розвитку, ураження ЦНС у вигляді парезу лицьового нерва, набутої мікроцефалії, розлади координації та дрібної моторики; вихованець 4-й – помірна розумова відсталість з відсутністю мовлення, хронічна двобічна нейросенсорна приглухуватість, синдром м'якої гіпотонії, плоско-вальгусна деформація стоп.

Результати первинного дослідження представлені в таблиці 1.1., таблиці 1.2. та таблиці 1.3.

Таблиця 1.1.

Колір	Синій	Зелений	Червоний	Жовтий	Фіолетовий	Коричневий	Чорний	Сірий
	1	2	3	4	5	6	7	8
Цифровий символ кольору	1	2	3	4	5	6	7	0
Місце кольору в аутогенній нормі	1	2	3	4	5	6	7	8
Місце кольору у виборі дитини	Вих. 1	4	2	0	6	1	3	5
	Вих. 2	3	6	0	1	2	4	7
	Вих. 3	3	6	0	7	2	4	5
	Вих. 4	2	5	7	0	1	3	4

Таблиця 1.2.

Показник сумарного відхилення від аутогенної норми (тест Люшера)

	Сума різниці між місцем кольору в аутогенній нормі та вибором дитини	Показник сумарного відхилення
Вихованець 1	3+0+3+2+4+3+2+1	18
Вихованець 2	2+4+3+3+3+2+2+2	21
Вихованець 3	5+1+4+2+0+6+6+4	28
Вихованець 4	1+3+4+4+4+3+3+2	24

Кожний з отриманих показників СВ може належати до однієї з трьох зон і відповідним чином інтерпретований:

- Зона 2 (20 < СВ < 32) – перевага негативних емоцій.
- Зона 3 (10 < СВ < 18) – емоційний стан у нормі.
- Зона 4 (0 < СВ < 8) – перевага позитивних емоцій.

Під час первинного проведення тесту Люшера ми бачимо, що показники сумарного відхилення більші за 18. Вихованець 1-й отримав показник сумарного відхилення 18. Цей показник відноситься до зони 3. Це означає, що ця дитина має нормальний емоційний стан, але показник все одно високий і потрібно шукати шляхи для зниження показника СВ. Вихованці 2-й, 3-й та 4-й мають показник сумарного відхилення від 21 до 28. Ці показники знаходяться в межах зони 2, що свідчить про перевагу негативних емоцій. Це свідчить про наявність проблем, які дитина не може вирішити самостійно і тому вона потребує допомоги.

Окрім емоційного стану дитини, важливу роль у розвитку становить сформованість волі. Причому вольова поведінка дитини може відрізнитися у пізнавальній діяльності і практичній, під час якої дитині потрібно докласти фізичних зусиль. Особливості вольової поведінки дитини будуть визначатися своєрідністю взаємозв'язку її вольових проявів як у пізнавальній, так і в практичній діяльності.

Завдяки методиці «Намалюй задумане», ми визначили здатність дитини ініціювати дію, планувати хід виконання та реалізації задуму перед заняттям з використанням засобів адаптивної фізичної культури. Отримані результати відображені у таблиці 1.3.

Результат первинного дослідження вольового розвитку групи дітей показав, що діти мають низький рівень розвитку волі. Їм важко самостійно ставити мету, попередньо планувати процес досягнення мети та виконувати свій задум. Діти часто відволікаються, змінюють задум, потребують повторних інструкцій та допомоги дорослого.

Протягом експерименту на уроках образотворчого мистецтва учням пропонували виконувати музико-ритмічні вправи. Всього було проведено 10 занять. Завдяки комплексу спеціальних вправ, у дітей формується вміння орієнтуватися в просторі, розвивається координація рухів, точність і граційність, загальна та дрібна моторика, зміцнюється та корегується руховий апарат (постава, хода).

Після 10-ти занять образотворчого мистецтва із використання комплексу музико-ритмічних вправ, ми повторно дослідили емоційну та вольову сфери. Результати представлені в таблиці 1.4., 1.5., 1.6., 1.7.

Після проведення повторного тесту Люшера, констатуємо, що показник сумарного відхилення всіх учасників експерименту змінився в напрямку спадання, що є позитивним. Різницю показників відображено у таблиці 1.6.

Також у кінці експерименту повторно провели методику «Намалюй задумане». Результати повторного проведення методики представлені в таблиці 1.7.

Результати проведення повторно методики «Намалюй задумане» у співвідношенні з первинним виконанням відрізняються. Кольором виділено пункти, які змінилися і це якісні зміни.

У процесі використання комплексу музико-ритмічних вправ на уроках образотворчого мистецтва ми простежили зміни, які відбулися в емоційній та вольовій сферах розвитку дітей молодшого

Таблиця 1.3.

Результати первинного виконання методики «Намалюй задумане»

	Вихованець 1	Вихованець 2	Вихованець 3	Вихованець 4
Постановка мети	Наслідує однолітка	Вагається	Наслідує однолітка	Вагається
Обґрунтування свого вибору	Обґрунтовує свій вибір	Не обґрунтовує вибір	Не обґрунтовує вибір	Не обґрунтовує вибір
Планування своїх дій	Попередньо планує	Не планує	Не планує	Попередньо планує
Поетапний контроль	Відволікається від задуму, і потрібне повторне інструктування	Дії не відповідають задуму	Відволікається від задуму, і потрібне повторне інструктування	Дії не відповідають задуму
Реалізація задуму	Частково реалізувала	Частково реалізувала	Частково реалізувала	Змінила свій задум
Уміння зіставляти отриманий результат із задумом	Завважає невідповідність між отриманим результатом і задумом і обґрунтовує зміни	Не обґрунтовує змін	Не обґрунтовує змін	Не помічає, що змінила задум

Таблиця 1.4.

Колір		Синій	Зелений	Червоний	Жовтий	Фіолетовий	Коричневий	Чорний	Сірий
		1	2	3	4	5	6	7	8
Цифровий символ кольору		1	2	3	4	5	6	7	0
Місце кольору в аутогенній нормі		1	2	3	4	5	6	7	8
Місце кольору у виборі дитини	Вих. 1	2	4	0	3	6	1	7	5
	Вих. 2	4	0	2	1	7	5	6	3
	Вих. 3	4	3	7	0	2	1	6	5
	Вих. 4	5	3	2	0	5	7	1	6

Таблиця 1.5.

Показник сумарного відхилення від аутогенної норми (тест Люшера)

	Сума різниці між місцем кольору в аутогенній нормі та вибором дитини	Показник сумарного відхилення
Вихованець 1	1+2+3+1+1+5+0+3	16
Вихованець 2	3+2+1+3+2+1+1+5	18
Вихованець 3	3+1+4+4+3+5+1+3	24
Вихованець 4	4+1+1+4+0+1+6+2	19

Таблиця 1.6.

	До	Після	Різниця показників
Вихованець 1	18	16	-2
Вихованець 2	21	18	-3
Вихованець 3	28	24	-4
Вихованець 4	24	19	-5

Результати повторного виконання методики «Намалюй задумане»

	Вихованець 1	Вихованець 2	Вихованець 3	Вихованець 4
Постановка мети	Самостійно	Наслідуює однолітка	Наслідуює однолітка	Вагається
Обґрунтування свого вибору	Обґрунтовує свій вибір	Обґрунтовує свій вибір	Не обґрунтовує вибір	Не обґрунтовує вибір
Планування своїх дій	Попередньо планує	Не планує	Попередньо планує	Попередньо планує
Поетапний контроль	Коригує свої дії відповідно до задуму	Відволікається від задуму, і потрібне повторне інструктування	Відволікається від задуму, і потрібне повторне інструктування	Дії не відповідають задуму
Реалізація задуму	Частково реалізувала	Частково реалізувала	Частково реалізувала	Частково реалізувала
Уміння зіставляти отриманий результат із задумом	Зауважує невідповідність між отриманим результатом і задумом і обґрунтовує зміни	Завважає невідповідність між отриманим результатом і задумом і обґрунтовує зміни	Зауважує невідповідність між отриманим результатом і задумом і обґрунтовує зміни	Не обґрунтовує зміни

шкільного віку з комплексними порушеннями розвитку. Також було сформульовано основні корекційно-педагогічні принципи коригування наявних рухових порушень з метою підвищення соціальної адаптації зазначеного контингенту дітей. Щодо стану розвитку рухової сфери, то в процесі виконання комплексу вправ діти з кожним новим завданням все краще запам'ятовували та виконували рухи, опанували рівновагою, покращили координацію рухів тіла, м'язовий тонус, покращили навички орієнтації в просторі.

Висновок. Використання засобів адаптивної фізичної культури є невід'ємною частиною корекційної роботи фахівця. Система спеціальної освіти постійно розвивається, вдосконалюються методи, форми та засоби впливу на дітей з особливими потребами. Під час роботи з дітьми молодшого шкільного віку з комплексними порушеннями розвитку важливо врахувати фізичні можливості кожної дитини, емоційний стан, обов'язково потрібно мати індивідуальний підхід до кожної дитини, раціонально навантажувати дітей, підбирати вправи посилені для даної категорії вихованців. Використання комплексу музико-ритмічних вправ під час занять в спеціалізованих закладах дає можливість вчителю активізувати психічні процеси з почерговим розумовим та фізичним навантаженням, покращити психоемоційний стан дітей, мотивувати їх до діяльності, виховувати вольові якості, активізувати рухову активність дітей, покращити загальний розвиток.

До **перспективних напрямів**, що вимагають подальшого поглибленого вивчення, віднесено розробку технологій використання засобів адаптивної фізкультури для розвитку дітей з комплексними порушеннями, формування рухової та емоційно-вольової сфери, подальшої соціалізації.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Гладких Н. В. Психолого-педагогічне обстеження дітей з комплексними порушеннями психологічного розвитку молодшого шкільного віку. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apko_2016_8_33
2. Грикун А. С. Особливості формування емоційно-вольової саморегуляції у дітей молодшого віку з синдромом Дауна. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/oor_2013_4\(2\)_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/oor_2013_4(2)_12)
3. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упоряд. І. В. Молодушкіна. 2-ге вид. Х.: Вид. група «Основа», 2011. С. 207. : іл. (Серія «Творчому педагогу»).
4. Заплатинська А. Б., Шевчук Л. А. Рухливі ігри як засіб адаптивної фізичної культури для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату та інтелекту. URL: <http://lib.ndu.edu.ua/dspace/handle/123456789/1920>
5. Козлишкін О. В. Розвиток рухової сфери осіб з особливостями інтелектуального розвитку засобами адаптивної фізичної культури. URL: <file:///C:/Users/User/Desktop/%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B0/Kolyshkin%20-%20%D0%A0%D0%BE%D0%B7%D0%B2%D0%B8%D1%82%D0%BE%D0%BA%20%D1%80%D1%83%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%97%20%D1%81%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B8%20%D0%B7.pdf>
6. Колишкін О. В. Історичні аспекти розвитку адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apko_2018_12_16
7. Чернякова О. В. Методичні поради щодо діагностики порушень психофізичного розвитку дітей дошкільного віку. URL: <http://test.teacherjournal.in.ua/attachments/article/1213/%D0%A7%D0%95%D0%A0%D0%9D%D0%AF%D0%9A%D0%9E%D0%92%D0%90%20%D0%9E.%D0%92.%20%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%.docx>
8. Шевчук Л., Черненко Т. Практичне використання рухливих ігор у роботі з дітьми з порушеннями функцій опорно-рухового апарату та інтелекту.