

Висновки. Відмінними рисами цього виду спорту є доступність, мобільність і простота використання основного інвентарю і можливість займатися в будь-якому відносному просторомі місці. Крім того - це базовий вид спорту, що розвиває необхідні рухові навички, які важливі в основних видах спорту. Використання скіпінгу на заняттях з фізичної культури дозволяє:

розвивати і підвищувати інтерес до занять, а також сприяє підвищенню емоційного фону настрою учнів.

Список використаних джерел:

1. Багданова Т. А. Роль скипинга в физическом воспитании учащихся. Электронный ресурс: <http://www.eduhmao.ru/info/1/3785/83745/ru>
2. Петров В. А. Скипинг – новая форма физических упражнений / В. А. Петров // Спорт в школе. – 2005. – №1. – С. 38–39.
3. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 46 с.
4. Шарабова И. Н. Упражнения со скакалкой / И. Н. Шарабова. – М.: Советский спорт, 1991. – 109 с.

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ КОРЕКЦІЇ РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ

Бондаренко В. В., Бондаренко М. Р.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Процес формування світоглядних орієнтирів, входження індивіда в соціальне оточення, засвоєння понять, навичок повсякденного життя у науковому просторі визначається як соціалізація і розпочинається вона з раннього дитинства. Повноцінна інтеграція у суспільство, формування пізнавальних навичок, успішне навчання у школі у дитячому віці та отримання роботи у дорослому може стати проблемним для дітей, які мають порушення слуху. Нагальність вивчення цього питання у колі інтересів як вітчизняних, так і зарубіжних науковців. Проблема психологічної та соціальної адаптації є актуальною для таких вчених, як І. Терещенко, Н. Калька, Я. Цибрівський, С. Роюк; організацію навчального процесу дітей з порушеннями слуху розглядали А. Колупаєва, С. Шевченко, В. Засенко; питання розвитку мовлення піднімали – О. Кас'яненко, Л. Мороз, О. Качан і зазначили, що головною проблемою дітей з вадами слуху є точне і якісне отримання інформації, тому робота з такими дітьми ведеться у напрямку розвитку комунікативної і соціальної сфери життя. На нашу думку, не достатньо дослідженим питанням є проблема порушення рухової функції дітей з пошкодження слуху.

Мета дослідження – визначити ефективні засоби фізичної реабілітації, спрямовані на корекцію порушень фізичного розвитку дітей з вадами слуху.

Виклад основного матеріалу. Залежно від пошкодження виділяють такі порушення слуху, як глухота і приглухуватість (туговухість), а причини цих вад носять вроджений (захворювання матері в період вагітності, токсичні фактори, імунний конфлікт, родові травми) та набутий (інфекційні захворювання, захворювання порожнини носа й носоглотки, барабанної порожнини, слухової труби, механічні й термічний вплив, негативна дія шуму; алергічні захворювання; захворювання цукровим діабетом, нирок, крові тощо; вплив токсичних речовин, у тому числі медикаментів (антибіотиків, стрептоміцину тощо) характер (діти з порушеннями слуху). За даними ВООЗ на сьогодні у світі на 1000 новонароджених із нормальним слухом припадає одна дитина з вираженим ступенем приглухуватості, а легкий та середній ступінь порушення слуху присутні у 1-2% новонароджених [8].

При порушеннях слуху людина не може сприймати навколишній світ, мовлення інших людей, що приводить до порушення мовно-логічного мислення. У багатьох випадках у таких дітей спостерігається порушення рухової функції. Численні науковці відмічають, що для дітей з вадами слуху характерні порушення точності рухів (Н. Байкіна, Б. Сермеєв, О. Форостян), статичної й динамічної рівноваги (Р. Бабенкова, М. Бессарабов, І. Грибовська), просторового орієнтування (А. Івахненко, Н. Лещій, О. Романенко та ін.), здібності до засвоювання заданого ритму рухової діяльності (Я. Крет, І. Ляхова), часових параметрів рухів (М. Бессарабов, Ю. Комаров, Г. Савенков), труднощі щодо оволодіння всіма видами рухових навичок (І. Бабій, Н. Байкіна, О. Гозова) [4, с. 25-26].

За визначенням М. Трояновської проблемою дітей з вадами слуху є і відсутність мовного дихання, яке призводить до порушення механіки акту дихання, а саме – значне скорочення фази видиху, зниження життєвої ємності легенів та екскурсії грудної клітки [9, с. 58].

Продуктивна і повноцінна інтеграція дітей із порушенням слуху і дисфункцією рухового апарату у суспільство не можлива без напрацювання досвіду застосування принципів, методів та засобів фізичного виховання для корекції фізичних недоліків.

Для розвитку рухової функції дітей з вадами слуху Н. Байкіна і Н. Крайний виокремили та наповнили змістом наступні завдання:

– загальні (зміцнення здоров'я, покращення фізичного розвитку, удосконалення рухових здібностей, зміцнення імунітету, формування бажання та усвідомленого відношення до виконання фізичних вправ);

– корекційні (корекція рухової діяльності засобами фізичного виховання та залучення глухих дітей до занять спортом);

– спеціальні (створення оптимальної системи рухової активності, яка сприяла розвитку компенсаторних механізмів в організмі дітей, відновлення здатності до трудового та професійного навчання, необхідності та можливо і соціально-корисної та трудової діяльності) [2, с. 30].

При організації навчальної діяльності з дітьми з вадами слуху варто дотримуватися таких принципів:

– генетичного (урахуванні послідовності розвитку психічних функцій в онтогенезі);

– розвиваючого навчання (орієнтація на здорові сили дитини та забезпечення відповідно віку рівня психічного розвитку);

– корекційної спрямованості виховання та навчання (основний принцип для дітей із відхиленнями в розвитку);

– діяльності (психічний розвиток здійснюється в діяльності, дитина пізнає оточуючий світ, розширює та опановує соціальну сферу життя);

– урахування ступеня вираженості та структури порушення (глухі та слабкочуючі діти мають великі відмінності у рівні слуху, мові й інтелектуальному розвитку. Саме диференційований принцип передбачає врахування структури порушень при організації виховання та навчання школярів із порушеним слухом);

– формування мовного спілкування (пов'язаний з необхідністю формування у дитини потреби в спілкуванні, оволодінні неї необхідними мовними засобами, створенні слухо-мовного середовища);

– розвитку слухового сприйняття (розвиток залишкового слуху завдяки використанню звукопідсилювальні апаратури індивідуального або колективного використання) [1, с. 103-104].

Аналізуючи стан використання засобів адаптивного фізичного виховання у процесі корекції фізичного розвитку і рухової діяльності дітей з порушеннями слуху С. Колядюк привертає увагу до досліджень Н. Байкіної з використанням ігрового методу; М. Бессарабова із застосуванням елементів баскетболу; Ю. Байгулова і А. Романіна, які пропонують використовувати для корекції рухових порушень слабкочуючих дітей старшого шкільного віку гру у настільний теніс. Авторка констатує, що позитивних результатів покращення фізичного розвитку і функціонального стану кардіо-респіраторної системи, психомоторних, рухових функцій, зорового і вестибулярного аналізаторів отримали дослідники (І. Грабовська, В. Какузін, В. Кудряшова, І. Коцан, О. Форостян) у ході занять дітей молодшого та середнього шкільного віку рухливими іграми. Ігри стали не лише

дійовим засобом корекції психомоторного розвитку, а й показали високу ефективність як елемент соціальної адаптації [7, с. 93].

Позитивну динаміку покращення фізичного розвитку і функціонального стану кардіо-респіраторної системи отримала І. Ковшова, яка досліджувала корекційне значення дихальної гімнастики та її комплексне поєднання із засобами циклічного характеру (біг, плавання) [5].

У системі організації реабілітаційно-корекційних занять дітей з порушенням слуху із застосуванням засобів фізичного виховання дослідники рекомендують дотримуватися таких методичних положень:

- учитель повинен володіти мовою знаків;
- на заняттях застосовувати раціональні наочні повідомлення;
- широко використовувати арсенал відеоматеріалів (візуальний показ);
- вміння, що формуються, завжди демонструються наочно;
- викладач при спілкуванні з учнями повинен стояти лицем до учнів так, щоб вони добре бачили його обличчя і губи (артикуляцію);
- при словесному поясненні пам'ятати про виразність своєї артикуляції;
- уникати міміки і жестів, які не відповідають темі;
- у процесі спілкування з учнями викладач повинен бачити їх очі (зворотну реакцію);
- кожні 15 хвилин робити перерви (інтервал обумовлений часом концентрації уваги, після якої розвивається стомлення);
- вибирати ігри з простими правилами. Використовувати наочні, тактильні і кінестетичні підказки (світло, яскраві прапорці, кеглі, м'ячі);
- уникати усних підказок під час гри;
- уникати шумових ефектів;
- організовувати взаємодопомогу між учнями;
- прагнути своєчасно розпізнавати мімічні вияви емоцій;
- забезпечити добре освітлення приміщення;
- при пошкодженнях вестибулярного апарату уникати вправ і ігор, які можуть викликати негативні наслідки [1, с. 104-105].

Таким чином, аналіз науково-методичної літератури показав, що питанням фізичної реабілітації дітей з вадами слуху приділяється ще недостатня увага з боку суспільства. Застосування системи організації реабілітаційно-корекційних занять для дітей з порушенням слуху, яка включає в себе такі засоби і положення, як: рухливі ігри, дихальна гімнастика, наочність, освітлення і дозування відпочинку і навантаження на заняттях, і головне, учитель, який володіє арсеналом методів і прийомів для організації і проведення занять, дозволить значно змінити стан їх рухової функції.

Список використаних джерел:

1. Адаптивне фізичне виховання : навч. посібник / уклад.: Т. М. Осадченко, А. А. Семенов, В. Т. Ткаченко. – Умань : ВПЦ«Візаві». – 2014. – 210 с.
2. Гурінович Х. Є. Методика використання засобів фізичного виховання для корекції рухової функції глухих дітей молодшого шкільного віку: навч. посіб./ Х. Є. Гурінович, В. М. Трач. – Львів. – 2005. – 100 с.
3. Діти з порушеннями слуху//НАШЕ ЖИТТЯ»: [сайт]. URL: <https://ourlife.in.ua/obrazovanie/surdopedagogicheska-stranica/3007-dti-z-porushennyami-sluhu.html>.
4. Івахненко А. А. Корекція та розвиток психомоторної функції глухих дітей молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор: монографія / А. А. Івахненко. – Запоріжжя: ЗНТУ. – 2014. – 214 с.
5. Ковшова І. В. Корекційне значення дихальної гімнастики для дітей-інвалідів з порушенням слуху та патологією органів дихання / І. В. Ковшова. – автореф. дис. канд. пед.наук. – Одеса. – 1997. – 19 с.
6. Колишкін О. В. Адаптивне фізичне виховання слабочуючих учнів спеціальної школи /О. В. Колишкін, Сум. держ. пед. ун-т ім. А.С.Макаренка.. – 2003. – 156 с.
7. Колядюк С. І. Корекція фізичного розвитку і рухової діяльності дітей з порушеннями слуху засобами фізичного виховання / С. І. Колядюк // Наука і освіта. – 2015. – №4. – с.91-95.
8. Проблема порушень слуху у дітей: медичний та соціальний аспекти. Буковинський державний медичний університет: [сайт]. URL : <https://www.bsmu.edu.ua/blog/6076-problema-porushen-sluhu-u-ditey-medichniy-ta-sotsialniy-aspekti/>.
9. Трояновська М. М. Адаптивна фізична культура: навч.-метод. посіб. для студентів факультетів фізичного виховання / М. М. Трояновська. – Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка. – Чернігів. – 2018. – 104 с.

МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПЕТЕЛЬ TRX У СИСТЕМІ ОЗДОРОВЛЕННЯ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ

Гета А. В.

*Полтавський інститут економіки і права
(Полтава)*

Постановка проблеми. За даними досліджень, щонайменше 60% населення у всьому світі не дотримується необхідного рівня рухової активності відповідно до фізіологічних норм для позитивної дії на здоров'я. Четвертим за значимістю фактором ризику смерті в світі є відсутність рухової активності. У глобальних масштабах 6% випадків смертей пов'язані з відсутністю рухової активності. За значимістю цей фактор поступається лише високому артеріальному тиску (13% випадків смертей) і тютюнопалінню (9 %) та рівнозначний високому вмісту глюкози в крові (6%) [3].