

УДК 376.37.013

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ З ФУНКЦІОНАЛЬНИМИ ОБМЕЖЕННОСТЯМИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Тетяна БЄЛКОВА (Кіровоград)

З'ясовано, що порушення фізичного розвитку учнів допоміжної школи можуть бути подолані шляхом розробки системи педагогічних впливів на психофізичний розвиток дітей. Педагогічний сенс використання взаємодії фізичного і психічного виховання міститься, насамперед, в тих нових психолого-фізичних якостях особистості школяра, які проявляються як результат впливу взаємозв'язку фізичного і психічного виховання і виявляються в їх загальному розвитку.

Выяснено, что нарушения физического развития учащихся вспомогательной школы могут быть преодолены путём разработки системы педагогических влияний на психофизическое развитие детей. Педагогический сенс использования взаимодействия физического и психического воспитания находится, прежде всего, в тех новых психолого-физических качествах личности ученика, которые проявляются как результат воздействия взаимоотношений физического и психического воспитания сказываются на их общем развитии.

Ключові слова: фізичний розвиток, психічний розвиток, підлітковий вік, особистість, „пубертатний стрибок”, вчитель, рухова активність, фізичні вправи.

На сьогодні в Україні склалася критична ситуація зі станом здоров'я населення, а особливо дітей та підлітків. Дані педагогічних та медичних обстежень школярів свідчать про те, що за період навчання в школі здоров'я дітей погіршується у 4-5 разів. Серед причин, які впливають на погіршення фізичного стану учнів – 21% становлять фактори внутрішнього середовища, 30% – соціально-економічний рівень, 49% – низька рухова активність, а саме: несприятливий психологічний клімат шкільних колективів, інтенсифікація освіти на фоні погіршення соціально – економічного й екологічного станів, а саме: безвідповідальне ставлення до занять фізичною культурою [1, с. 4].

Таке становище є наслідком того, що в учнів не вихована потреба до систематичних занять фізичними вправами, відсутня науково обґрунтована методика самостійних занять. Особливо це стосується дітей з особливими можливостями, зокрема, дітей з функціональними обмеженностями, у яких внаслідок особливостей психофізичного розвитку потреби фізичного самовдосконалення не сформовані.

Сучасний етап розвитку теорії і практики психології, нейропсихології, корекційної педагогіки та спеціальної психології характеризується посиленню уваги до поглибленого вивчення різних особливостей психічного розвитку дітей, що має важливе науково-практичне значення.

Провідні фахівці в галузі психології (Л.П. Виготський, А.В. Запорожець, О.М. Матюшкін) вважають, що розкриття законів розвивального навчання — одна з важких та важливих проблем психології навчання. На їх думку,

вивчення і корекція різних психічних розладів у розумово відсталих учнів та набуття ними рухових здібностей, буде поліпшувати їх фізичний стан. Існує тісний взаємозв'язок між руховою діяльністю і розумовими можливостями – якщо дитина недостатньо рухається, то вона відстає в загальному фізичному розвитку [3, с.15].

Фізичний розвиток – це частина фізичного виховання, процес зміни форм і функцій організму. Він може відбуватись стихійним шляхом – це природний фізичний розвиток дитини і цілеспрямовано – під впливом спеціальних фізичних вправ. В першу чергу, фізичний розвиток дитини, визначається ступенем вдосконалення її рухового аналізатора. За даними Е.С. Вільчковського, М.О. Козленка, С.Ф. Цвека, важливим показником нормального фізичного розвитку є рухова активність, яка забезпечує розвиток серцево-судинної системи та органів дихання, поліпшує обмін речовин, підвищує загальний тонус життєдіяльності. Ці процеси відбуваються протягом всього життя людини, починаючи з раннього віку [4, с.2].

Особливістю фізичного розвитку дітей 10-14 років є те, що в цей період передбачається перехід від дитинства, до юнацтва. Вікова рухова та нервово-психічна активність веде до значної напруги обміну речовин і роботи ендокринних залоз, а також нервової системи. Посилюються процеси загального збудження і утруднюється стабілізація умовних рефлексів.

Ці зміни стають чинниками ряду надбань психічного розвитку підлітка:

- швидкі темпи зростання та дорослішання викликають формування нового образу "Я", посилення інтересу до свого зовнішнього вигляду, однак підліткам характерне незадоволення своєю зовнішністю;
- нерівномірне формування опорно-кісткової системи (зростання рук, ніг та голови випереджає темпи розвитку хребта) супроводжується тимчасовою втратою гармонії в рухах, що примушує підлітка переживати сором'язливість, пригніченість, знижує самооцінку;
- нерівномірний розвиток серцево-судинної системи, а саме: серце росте швидше, ніж судини і внаслідок чого, виникає погане самопочуття, головний біль, періодичне зниження розумової працездатності;
- у нервовій діяльності підлітка процеси збудження переважають над гальмуванням, що викликає часті перепади настрою, підвищену чутливість, дратівливість;
- розгортання статевого дозрівання, поява вторинних статевих ознак сприяє формуванню почуття дорослості як центрального особистісного новоутворення підлітка, забезпечує активізацію статевої ідентифікації, поживає потяг до спілкування з протилежною статтю.

Дівчатка переймаються пропорціями та стрункістю своєї фігури, а хлопчиків хвилює мускульна маса і атлетичність тіла [5, с.9].

В зв'язку з означеними вище фізіологічними змінами підлітковий період синонімічно називається пубертатним. Оскільки темпи статевого дозрівання в підлітковому віці досить швидкі, то позначаються як так званий "пубертатний стрибок" (пубертат – період статевого дозрівання; від латині "пубертас" – покриття волоссям). Психологи розглядають проблему "пубертатного стрибка" щодо підлітків як невідповідність випереджаючих темпів його статевого

дозрівання повільнішим темпам фізичного розвитку та становлення особистості. Проблема "пубертатного стрибка" може виявлятися через раннє і безладне статеве життя підлітків, шкідливі звички та протиправну поведінку [3, с.47].

Підлітковий вік — переломний період в розвитку рухових функцій дитини. До 11-12 років учні в основному опановують базові рухові дії у бігу, стрибках, метанні і так далі. У них складаються дуже сприятливі передумови для поглибленої роботи над розвитком рухових здібностей. У зв'язку з цим одним з головних завдань, які повинен вирішувати вчитель, стає забезпечення всебічного розвитку координаційних (орієнтування в просторі, швидкість рухових реакцій, узгодження рухів, ритм, рівновага, точність відтворення і диференціювання силових, просторових і тимчасових параметрів рухів) і кондиційних (швидкісно-силових, силових, швидкісних, витривалості і гнучкості) здібностей учнів, а також їх поєднань [4, с.7].

В середньому шкільному віці триває оволодіння базовими руховими діями, включаючи техніку основних видів спорту (легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри, єдиноборства, пересування на лижах, плавання). Навчання складній техніці видів спорту ґрунтується на придбаних в початковій школі рухових уміннях і навичках.

Технічне і техніко-тактичне навчання і вдосконалення учнів 10-11 років найтісніше переплітається з розвитком координаційних здібностей. Відповідно до дидактичних принципів: послідовності, системності і індивідуалізації, вчитель повинен привчати школярів до того, щоб вони виконували завдання на техніку і тактику, передусім, правильно, тобто адекватно і точно [6, с.7-9].

Властиві підліткам допоміжної школи рухові вади, переважно обумовлюються патологічними відхиленнями в розвитку центральної нервової системи. Недосконалість рухової активності розумово відсталих дітей тісно пов'язані з особливостями їх психічного, розумового, фізичного розвитку. Щоб розуміти й прогнозувати поведінку дитини середнього шкільного віку, треба водночас із фізіологічними, соціологічними і психологічними змінами враховувати характерні особливості та стан особистості [6, с.42].

Слід, відзначити, що у дітей з особливими потребами автоматичні компоненти рухів (з перевагою підкоркового) страждають менше, ніж компоненти свідомі — точність і правильність виконання, які пов'язані з корковими механізмами. Обґрунтованим слід вважати судження про те, що розумово відсталі діти гіперстенічної будови відносно більш розвинуті в моторних проявах, ніж астеники та нормостеніки.

На думку Е.С. Вільчковського із збільшенням ступеня розумової відсталості прогресує частота фізичних порушень. Чим менший ступінь розумової відсталості, тим менше виражені конституційні відмінності. За даними Козленка ростові показники в учнів допоміжної школи в середньому від 0,9 до 3,7 см нижчі ніж у нормально розвинених дітей [2, с.147].

Основні рухові властивості у розумово відсталих дітей підліткового віку формуються і розвиваються на основі особливих специфічних факторів, матеріально-фізіологічних субстанцій та визначаються перебігом процесів вищої нервової діяльності.

З наведеного вище можна зробити узагальнення: ці діти потребують цілеспрямованого корекційного впливу в процесі організації навчально-виховного процесу, особливо фізичного виховання. Організація і планування фізичного виховання дітей з функціональними порушеннями в підлітковому віці повинна базуватися на основі вимог навчальної програми. Засоби і методи фізичного виховання підбирають з урахуванням особливостей рівня психологічного стану. Спеціальна теоретична і практична підготовка містить інформацію про здоровий спосіб життя, самоконтроль фізичного стану, необхідність розвитку фізичних якостей з метою поліпшення стану здоров'я і оптимізації. Організація раціонального поєднання фізичного навантаження та відпочинку передбачає виконання кожен день помірних фізичних вправ [1, с.9].

Таким чином, процесом рухової активності можна і потрібно управляти, тобто діями змінювати на краще стан фізіологічних систем організму і композицію складових тіла, підлітка в цілому як особи. Фізичні вправи слід широко використовувати з лікувальною та профілактичною метою в усіх випадках, коли необхідно стимулювати фізіологічні процеси та протидіяти розвитку в організмі застійних явищ [4, с.17].

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Ашмарін Б.А., Виноградов Ю.В., Вяткіна З.Н та ін.: Теорія і методика фізичного виховання: Навчань. для студентів фак. фіз. культури пед. інститутів. / Під ред. Ашмаріна. Б.А. - М.: Просвіта, 2006. – 287 с.
2. Вільчковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.В. Система фізичного виховання молодших школярів для викладачів та студентів вищих навчальних закладів I-II рівнів акредитації: навчально-методичний посібник. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
3. Выготский Л.С. Психология. Издательство: М.: АСТ Астрель Хранитель, 2008. – 671 с.
4. Грицюк В.І. Активізація корекційно-виховної роботи в допоміжній школі засобами рухливих ігор: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. „Корекційна педагогіка” 13.00.03 / В.І. Грицюк – К., 2000. – 17, [2,17] с.
5. Шевченко О.В. Фізичний розвиток учнів допоміжної школи засобами художньої гімнастики.: автореф. дис. на здобуття наук. канд. пед. наук: спец. „Корекційна педагогіка” 13.00.03 / О. В. Шевченко – К., 2001. – 19, [9] с.
6. Язловецький В.С. Жданова О.М., Турчак А.Л. Організація та методика оздоровчої фізичної культури. Навчальний посібник. Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2005. – 204 с.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Белкова Тетяна Олександрівна – викладач Кіровоградський інститут розвитку людини.

Коло наукових інтересів: психофізіологія розвитку дитини.