

Форостян О.І.

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського, (м. Одеса).

ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ

У статті приводяться результати дослідження експериментально -педагогічної, наукової літератури з розвитку теорії та методики фізичного виховання дітей з порушеннями зору в Українській дефектології ХХ століття. Аналіз праць фахівців цієї галузі показав досягнення педагогічних знань в реабілітації та соціалізації дітей даної категорії. Уміле використання фізичних вправ в процесі корекційної роботи дозволяє попередити рухові вади, нормалізувати хід фізичного розвитку сліпих та слабозорих дітей та значною мірою подолати вторинні порушення. Окрім цього, фізичне виховання є могутнім засобом підготовки дітей з вадами зору до суспільно-корисної праці та життя у суспільстві.

Ключові слова: фізичне виховання, порушення зору, реабілітація, корекція.

Форостян О.И. Теоретические и методические аспекты физического воспитания детей с нарушениями зрения. В статье приводятся результаты исследования экспериментально -педагогической, научной литературы по развитию теории и методики физического воспитания детей с нарушениями зрения в Украинской дефектологии ХХ столетия. Анализ работ специалистов этой области показал достижение педагогических знаний в реабилитации и социализации детей данной категории. Умелое использование физических упражнений в процессе коррекционной работы позволяет предупредить двигательные недостатки, нормализовать ход физического развития слепых и слабовидящих детей и в значительной мере преодолеть вторичные нарушения. Кроме этого, физическое воспитание является мощным средством подготовки детей с недостатками зрения к общественно-полезной работе и жизни в обществе.

Ключевые слова: физическое воспитание, нарушение зрения, реабилитация, коррекция.

Forostjan O. I. Theoretical and methodical aspects of physical training of children with sight infringements. In article results of research of experimentally-pedagogical, scientific literature from development of the theory and a technique of physical training of children with sight infringements in the Ukrainian defectology are resulted. The analysis of works of experts of this area has shown achievement of pedagogical knowledge in necessity of application of methods of training which are directed on formations of comprehension of their impellent activity which achievement will provide their successful social adaptation, rehabilitation and socialisation of children of the given category. In theoretical researches in the field of physical training of children with sight lacks there were generated theoretical bases of correctional training of these children. It became possible thanks to development of adjacent sciences, especially such, as the general psychology and pedagogic, ophthalmology, psychopathology, private techniques and etc. Specificity and features of experimentally-pedagogical researches have brought many new ideas, in these of year has been carried out new discoveries, the put questions which were not discussed in scientific community earlier are found new the methodology. Skillful use of physical exercises in the course of correctional work allows to warn impellent lacks, to normalise a course of physical development of blind and visually impaired children and appreciably to overcome secondary infringements. Physical exercises and sports is effective means of correction of lacks of their impellent sphere. Such improvement of impellent abilities of children under the influence of physical exercises testifies about possibilities of the impellent analyzer. Regular employment by physical exercises improve health of the person, simultaneously assist correction and coordination of movements, gait, development of physical abilities, education of moral-strong-willed qualities. Scientifically well-founded and experimentally checked up modern pedagogical technologies of physical training have the big efficiency in correctional work with such contingent of children, resolving it on certain parametres not only to reach level of coevals with the kept analyzers, but in some abilities and to surpass them. Besides, physical training is powerful means of preparation of children with sight lacks to socially useful work and life in a society.

Key words: physical training, sight infringement, rehabilitation, correction.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Стан здоров'я школярів з порушенням зору викликає стурбованість багатьох дослідників (Н.Г. Байкіна, Л.С. Вавіна, М.И. Земцова, Л.Ф. Касаткин, В.А. Кручинін, І.С. Моргуліс, Б.В. Сермеев, Є.П. Сінцова, Л.И. Сонцева, Б.Г.Шеремет і ін.). Немає жодного органа й ні однієї системи в організмі людини, діяльність яких, не активізувалася під впливом фізичних вправ. Завдяки їм підвищується рівень і інтенсивність обмінних процесів, підсилюється кровообіг, у м'язах підсилюються окисні процеси, оскільки вони більше забезпечуються кров'ю, а відпрацьовані продукти більш активно надходять у кров і несуться їй. Робота м'язів впливає на кровообіг цилиарної м'язи ока, на гостроту зору, величину поля зору [1,с.94]. Дослідження В. Г. Григоренка, Л. І. Сонцевої, В. О. Феоктистової, Б. Г. Шеремета про вплив занять фізичними вправами на розумову працездатність та самоконтроль показують, що систематичні фізичні вправи, ігри, прогулянки позитивно позначаються на центральній нервовій системі, на діяльності всіх органів і систем, запобігають стомленню й перевтомі, створюють позитивний стан, тим самим поліпшуючи життєдіяльність і підвищують працездатність організму. Систематичні заняття фізичними вправами сприяють зміцненню здоров'я, шляхом зміцнення опорно-рухового апарата, поліпшення діяльності нервової й серцево-судинної системи, органів подиху, травлення, обміну речовин, підвищення стійкості організму до дії простудного фактора. Застосування в заняттях з дітьми, що мають порушення в розвитку, різноманітних форм рухової активності в корекційно-виховному процесі не тільки сприяє становленню окремих функцій, але й забезпечує розвиток статичної й локомоцій. Вивчаючи вплив фізичних вправ на зростання і розвиток організму дитини, фахівці відзначають, що систематичне застосування фізичних вправ і масажу активізує нервово-руховий апарат, підвищує обмін речовин. На основі цих фізіологічних процесів досягаються позитивні зрушення в стані здоров'я, розвитку функцій центральної нервової системи й рухового апарата, фізичного розвитку всього організму загалом [4, 2].

Об'єкт дослідження - фізичне виховання дітей з порушеннями зору.

Предмет дослідження – теорія та методика фізичного виховання дітей з порушеннями зору.

Мета дослідження полягає в тому, щоб, обґрунтувавши в теоретико-методологічному плані соціальні та психолого-педагогічні умови дітей з сенсорними порушеннями, визначити шляхи їхньої реалізації в системі фізичного виховання.

Результати дослідження. Дослідженнями вітчизняних дефектологів встановлено [1,2,5,6], що первинна вада зорового аналізатора у дітей з порушеннями зору призводить до виникнення вторинних дефектів у фізичному розвитку. Дефіцит м'язової роботи в дітей може призводити до зниження ферментативної активності, що впливає на окислювальні процеси, до відставання в розвитку моторики та рухових якостей (швидкості, витривалості, сили та ін.), до зниження адаптивної здатності серцево-судинної та дихальної систем. Розвивається схильність до надмірної ваги, гіпертензійного синдрому, падає імунітет. Виникає низка інших порушень стану здоров'я дитини. Вивчаючи стан фізичного розвитку дітей із зоровою патологією, Р.Н. Азарян [2,с.53] визначив, що під впливом фізичних вправ у дітей значно знизилася захворюваність і підвищилися показники фізичного розвитку. Було доведено, що засобами фізичної культури можна коригувати цілий ряд порушень, компенсувати неповноцінність організму, поліпшити функціональний стан рухового аналізатора. У дослідженнях М.І. Земцової [4,с.259] показано, що зорова недостатність вже в дошкільному віці супроводжується зниженням рухової активності, що приводить до вторинних відхилень у фізичному й психічному розвитку дитини, у формуванні почуття рухових функцій. Порушення зору веде до відхилень у розвитку почуття ритму, заснованого на зоровому, слуховому, тактильному, кінестетичному сприйнятті. Б. В. Сермеєв [6,с.19] довів, що рухова активність впливає на вікові зміни показників фізичного розвитку людини. На його думку, необхідною умовою нормального функціонування й удосконалювання всіх найважливіших систем організму є рухова активність дітей. Він відзначав, що з віком функціональний рівень рухового аналізатора підвищується, досягаючи максимального розвитку до 13-14 років. Рухова активність дітей з порушеннями зору значно нижче, ніж у їхніх однолітків з масових навчальних закладів. У дітей з патологією зору на 78% у порівнянні з нормою знижений функціональний рівень рухового аналізатора. Б. В. Сермеєв установив, що неповноцінний зір є недостатньо надійним засобом регуляції рухів при виконанні вправ різного характеру. У зв'язку із цим, у дітей з порушенням зору в будь-якому віці спостерігається затримка розвитку всіх рухових якостей. За даними В. Ф. Афанасьєва [3,с.20], у дітей з порушенням зору є відставання у фізичному розвитку й руховій підготовленості від вихованців масових шкіл. Їм було показано, що найбільше відставання росту, ваги, окружності грудної клітини відзначається в старшому шкільному віці. Порушення зору негативно позначається на розвитку м'язової сили, витривалості, швидкості рухів, швидкісно-силових якостях і т.д. Відзначено, що по показниках рухової підготовленості відставання від норми склало по показниках сили 19%, витривалості - 18%, швидкості рухів - 28%, швидкісно-силових якостей - 10%. На основі експериментальних даних В. С. Полинкіна [5] встановлено, що при виконанні швидкісно-силових вправ у дітей з порушеннями зору спостерігається частіше пульсу, частоти подиху, проявляються зовнішні ознаки стомлення: зміна фарбування особи, підвищення потовідділення, така реакція свідчить про необхідність використання індивідуально-дозованих фізичних навантажень із метою вироблення витривалості до доступних навантажень і тренування серцево-судинної й дихальної системи. Оскільки в дітей з порушеннями зору на 4-10% знижена функціональна діяльність серцево-судинної й дихальної систем, то відхилень у серцевій діяльності (ревматизм, гіпотонія й ін.) зареєстровано значно більше. Як показав Б.Г. Шеремет [7,с.6], у дітей з порушенням зору через недостатність зорового контролю й аналізу за рухом спостерігається зниження рухової активності, що приводить до складностей формування основних параметрів у ходьбі й, насамперед, збереження прямолінійності руху.

Сучасне виробництво пред'являє усе більше вимог саме до зорового аналізатора. Порушення зору утрудняє оволодіння руховими діями, процес навчання й виховання дітей. Фізичні вправи впливають не тільки на м'язовий апарат людини, але й на стан і функцію його внутрішніх органів. При недостатньому обсязі рухової активності в дітей з порушенням зору послаблюється серцева діяльність і погіршується стан деяких зорових функцій. Вивчення питань взаємодії між зоровим і руховим аналізатором у дітей з порушенням зору в процесі м'язової діяльності має велике значення для раціональної організації трудової діяльності й занять фізичними вправами. Під впливом фізичних вправ поліпшується діяльність всіх органів, у тому числі й нервової системи. При порушенні зору виявлене зниження біоелектричної активності кори великого мозку. Дослідниками доведена залежність рівня рухових функцій від стану зорового аналізатора. Увага вчених направлена на вивчення впливу занять фізичними вправами на динаміку прогресування міопії. Виявлено, що в спортсменів у віці 7-18 років короткозорість прогресує рідше й меншого ступеня, чим у школярів того ж віку, що не займаються спортом. Відзначено також вплив фізичних вправ на величину поля зору, гостроту зору, внутріочний тиск і гостроту глибинного зору в слабо зорових дітей. Б.В.Сермеєв [6,с.20] установив, що підвищуючи активність рухового аналізатора фізичним навантаженням, можна викликати бажані зрушення з боку зорового аналізатора, тобто управляти вдосконалюванням зорових функцій. Зміни в показниках зорових функцій у процесі м'язової діяльності залежать від характеру фізичних вправ і їхньої тривалості. При вивченні впливу фізичних вправ на функції зорового аналізатора важливо чітко дозувати величину фізичного навантаження. При вивченні впливу вправ на витривалість (біг помірної інтенсивності) і швидкість (швидкий біг за 5 с) на функції зорового аналізатора ми використали методичний прийом, заснований на багаторазовому повторенні фізичного навантаження заданої інтенсивності до різного ступеня стомлення. У процесі виконання навантаження реєструвалися наступні показники: гострота зору, поріг глибинного зору, швидкість зорового сприйняття, контрастна чутливість, критична частота злиття світлових мелькань, акомодатійна здатність. Найбільш виражені вони були в показниках критичної частоти світлових мелькань, що відбивають чутливість зорового аналізатора. Злиття мелькань при меншій частоті світлових імпульсів означає, що людина сприймає як роздільні менше число подразнень (світлових мелькань) в одиницю часу, тобто відбувається вповільнення в часі кожного циклу збудження, у результаті чого кожне наступне збудження попадає на слід, залишений від попередні. Це свідчить про погіршення функціонального стану зорового аналізатора. У фазі максимальної м'язової працездатності критична частота світлових мелькань збільшилася на 11,9%, що свідчить про підвищення функціонального рівня зорового аналізатора. В умовах

наростаючого стомлення частота світлових мелькань знизилася на 10,2%. Швидкість зорового сприйняття у фазі максимальної працездатності збільшилася на 8,7%, контрастна чутливість на 6%, при стомленні вони зменшилися відповідно на 8,8 і 3,9% [6, с.20]. Відбулися зміни й у складі глибинного зору: у фазі максимальної працездатності поріг глибинного зору понизився на 8,8%, а при зниженні працездатності цей показник підвищився на 2,8%. Найменш виражені зміни відбувалися в стані периферичного зору. У фазі максимальної працездатності границі периферичного зору збільшилися на 2,4%, при стомленні - на 0,6%. Найбільш інформативними показниками визначення стану рухових функцій при фізичних навантаженнях є: критична частота світлових мелькань, швидкість зорового сприйняття й глибинний зір. Момент погіршення цих показників у процесі повторного виконання фізичних вправ служить сигналом до припинення вправи, тобто верхньою границею припустимих навантажень. Найбільш сприятливі зрушення спостерігаються при виконанні вправи на витривалість, загально розвивальних вправ середньої інтенсивності, різних видів рухливих ігор помірної й середньої інтенсивності, тривалій ходьбі, бігу, катанні на велосипеді, виконань спеціальних вправ, що роблять вплив на орган зору. У процесі трудової діяльності й занять фізкультурою діти зіштовхуються з необхідністю виконання не тільки динамічних, але й статичних вправ. При динамічних і статичних навантаженнях спостерігаються зміни в стані біокулярного й глибинного зору, фузійної здатності й показниках м'язової рівноваги око в дітей з аномаліями рефракції, косоокістю й амбліопією, що виражаються як у поліпшенні, так і в погіршенні ряду функцій органа зору. Ці зміни носять оборотний характер.

ВИСНОВКИ

1. Для усунення недоліків фізичного розвитку й рухової сфери дітей з порушеннями зору необхідно використовувати такі засоби й методи, які робили б корекційно-розвиваючий вплив на учнів з обліком їхніх рухових розладів.
2. Велика кількість фізичних вправ і варіативність їхнього виконання дозволяють робити підбір найбільш доцільних сполучень вправ у кожному конкретному випадку.
3. Раціонально використовуючи різноманітні засоби й методи фізичного виховання, можна не тільки ліквідувати недоліки фізичного розвитку й рухової сфери дітей з порушеннями зору, але й поліпшити зорові функції цих дітей.
4. Науково обґрунтовані й експериментально перевірені сучасні педагогічні технології фізичного виховання мають більшу ефективність у корекційній роботі з таким контингентом дітей, дозволяючи їм по певних параметрах не тільки досягти рівня однолітків зі збереженими аналізаторами, але в деяких здібностях і перевершити їх.
5. Фізичне виховання є могутнім засобом підготовки дітей з вадами зору до суспільно-корисної праці та життя у суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аветисов Э.С., Занятия физической культурой при близорукости / Э. С. Аветисов, Е.И., Ливадо, Ю.А. Курпан - Ташкент : Медицина. - 1984. - 102 с.
2. Азарян Р.Н. Урок физкультуры как важное средство воспитания нравственности и личностных качеств у слепых и слабовидящих школьников / Р. Н. Азарян // Дефектология. - 1984. - № 6. - С. 53-59.
3. Афанасьев В.Ф. Возрастная динамика моторных функций у слабовидящих школьников / В. Ф. Афанасьев // Мышечная деятельность в норме и патологии : проблемный сборник. - Горький, 1975. с. 7-9.
4. Земцова М. И. Пути компенсации слепоты в процессе познавательной и трудовой деятельности / М. И. Земцова. - М. : АПН РСФСР, 1956. - С. 37-45.
5. Польшинкин В.С. Возрастные изменения мышечной работоспособности у детей с нарушениями зрения и пути её повышения в процессе обучения : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : спец. 13.00.03 «Специальная педагогика» / В. С. Польшинкин. - М., 1979. - С. 20.
6. Сермеев Б.В. Физическое воспитание детей с нарушением зрения / Б. В. Сермеев. - К. : Здоров'я, 1967. - 110 с.

Хазим Тони

Харківська державна академія фізичної культури

ПРОБЛЕМА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ И УПРАВЛЕНИЯ СПОРТОМ В РЕЗУЛЬТАТАХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

Практически все предложения, касающиеся совершенствования подготовки спортсменов, связаны с логикой экстенсивного пути развития. Однако если Украина ставит перед собой цель устойчивого развития спорта, необходима другая логика. Альтернативой является наукоемкий подход, использующий принципиально иные возможности использования идей современного менеджмента, ведь основная задача управления – создание таких форм и условий, при которых физкультурно-спортивная деятельность протекала бы с наивысшим профессиональным эффектом и при минимальных затратах.

Ключевые слова: менеджмент, экстенсивный и интенсивный подход к развитию спорта, управление развитием спорта, сфера и отрасль спорта.

Хазим Тони. Проблема вдосконалення організації і управління спортом в результатах наукових досліджень. Практично всі пропозиції, що стосуються вдосконалення підготовки спортсменів, пов'язані з логікою екстенсивного шляху розвитку. Однак якщо Україна ставить перед собою мету сталого розвитку спорту, необхідна інша логіка. Альтернативою виступає наукомісткий підхід, що використовує принципово інші можливості використання ідей сучасного менеджменту, адже основне завдання управління це створення таких форм і умов, за яких фізкультурно-спортивна діяльність протікала б з найвищим професійним ефектом і за мінімальних витрат.