

ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

OLYMPICUS

ВИПУСК 1 2024



Видавничий дім
«Гельветика»
2024

Засновник: Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»

OLYMPICUS

№ 1 2024

ISSN (Print) 2786-7935
ISSN (Online) 2786-7943

*Реєстрація суб'єкта у сфері
друкованих медіа: Рішення
Національної ради України
з питань телебачення
і радіомовлення № 225
від 01.02.2024 року*

Журнал виходить 3 рази на рік.

*Офіційний сайт видання:
[journals.pdpu.od.ua/index.php/
olympicus](http://journals.pdpu.od.ua/index.php/olympicus)*

*Рекомендовано
до друку вченою радою
ДЗ «Південноукраїнський
національний педагогічний
університет
імені К. Д. Ушинського»,
протокол № 10
від 29.02.2024 р.*

*Статті у виданні
перевірені на наявність
плагіату за допомогою
програмного забезпечення
StrikePlagiarism.com від
польської компанії Plagiat.pl.*

*Передрук матеріалів
здійснюється за умови
обов'язкового посилання
на журнал "Olympicus".*

Редакційна колегія

Головний редактор:

Тодорова Валентина Георгіївна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри гімнастики та спортивних єдиноборств, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського».

Члени редакційної колегії:

Атаманюк Світлана Іванівна, доктор педагогічних наук, доцент, завідувачка кафедри фізичної культури, олімпійських та неолімпійських видів спорту, Національний університет «Запорізька політехніка»;

Богуславська Вікторія Юріївна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського;

Буховець Божена Олегівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, викладач, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Долинський Борис Тимофійович, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри гімнастики та спортивних єдиноборств, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Задорожна Ольга Романівна, доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського;

Лещій Наталія Петрівна, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Мулик Вячеслав Володимирович, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, ректор, Харківська державна академія фізичної культури;

Передерій Аліна Володимирівна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського;

Пітер Смолянов (Peter Smolianov), кандидат наук, професор кафедри науки про спорт і рух, Салемський державний університет (Salem State University), Сполучені Штати Америки;

Сосіна Валентина Юріївна, кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри хореографії та мистецтвознавства, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського;

Теляк Оксана Ярославівна, доктор економічних наук, професор, проректор до прав навчання, Академія Спортивної Освіти у Варшаві (Academy of Sport Education in Warsaw), Польща;

Тищенко Валерія Олексіївна, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту, Запорізький національний університет, Україна;

Форостян Ольга Іванівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дефектології та фізичної реабілітації, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»;

Хіменес Христина Робертівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського.

Маматова Зульфія Раїсівна

викладач кафедри спеціальної та інклюзивної освіти і реабілітації

Державний заклад «Південноукраїнський національний

педагогічний університет імені К. Д. Ушинського

ORCID ID: 0000-0001-9028-1085

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ

Проблеми потенційних можливостей осіб із порушеннями інтелекту, пристосування їх до життя, їх соціалізації набувають усе більшої суспільної значущості. Фізичне виховання виступає не лише як один із засобів усунення недоліків у руховій сфері, але й повноцінного фізичного розвитку, зміцнення здоров'я, адаптації в соціумі. У статті здійснено теоретичне обґрунтування необхідності створення умов до занять фізичним вихованням та руховою активністю. Проаналізовано спеціальну літературу й інформаційні джерела, у яких представлено погляди науковців щодо умов, які сприяють розвитку рухової сфери дітей з інтелектуальною недостатністю, урахувуючи їхні психологічні особливості й навколишнє соціальне середовище, що суттєво впливають на формування інтересу до занять фізичним вихованням. Серед багатьох факторів, що впливають на формування рухової сфери виділено основні – це сукупність зовнішніх та внутрішніх умов, які створюються вчителем фізичного виховання у взаємодії з педагогічним колективом і родиною учня.

Ключові слова: рухова сфера, фізичне виховання, умови, особливості, рухова активність, порушення інтелекту.

Вступ. Фізичне виховання – самостійний навчаючий та виховуючий предмет, який має різну спрямованість та програму.

Задачами фізичного виховання у спеціальній школі є зміцнення здоров'я та загартовування організму, формування правильної постави, удосконалення рухових вмінь та навичок прикладного характеру: розвиток рухових якостей (сили, швидкості, гнучкості, витривалості, спритності); корекція та компенсація порушень фізичного розвитку та психомоторики; формування та виховання гігієнічних навичок при виконанні фізичних вправ; утримання стійкості працездатності на досягнутому рівні; формування пізнавальних інтересів, передача доступних теоретичних відомостей з фізичної культури; виховання достатньо стійкого інтересу до занять фізичними вправами; виховання морально-вольових якостей: наполегливості, сміливості, навичок культурної поведінки, любові до Батьківщини.

На сучасному етапі розвитку суспільства проблема порушень в інтелектуальному розвитку посідає одне з провідних місць. Її вивченням займаються представники різноманітних наук: медицини, реабілітації, корекційної педагогіки, спеціальної психології та фізичної культури тощо. Посилена увага до даної проблеми викликана тим, що кількість осіб із цією вадою розвитку щорічно зростає.

Матеріали та методи дослідження. Аналіз й узагальнення спеціальної та науково-методичної літератури, матеріали мережі Інтернет; методи спостереження; порівняння та аналізу організаційно-методичних умов проведення занять з фізичного виховання в спеціальній школі для дітей із порушеннями інтелекту.

Результати дослідження. У спеціальній літературі на протязі низки років періодично з'являються дані про сформованість рухів та рухових функцій у дітей з порушеннями у розумовому розвитку.

Дослідження вчених Н. Г. Байкіної, В. І. Бондаря, Т. П. Вісковатової, В. Г. Григоренка, І. М. Ляхової, Б. В. Сермеєва, В. М. Синьова, В. В. Тарасун, О. П. Хохліної, Б. Г. Шеремет, М. К. Шеремет, М. Д. Ярмаченка та інших підтверджують, що ефективно навчання і виховання

дітей різних нозологій є можливим тоді, коли створені спеціальні умови, сприятливі для корекції, компенсації їх розвитку та вдосконалення фізичних і психічних можливостей, необхідних для подальшої трудової діяльності та самостійного життя. Зазначене стосується й освітнього процесу дітей із порушенням інтелекту [1, 4, 5].

Дослідження вчених-дефектологів (Л.С. Виготський, М.О. Козленко, М.С. Певзнер та ін.) доводять, що у фізичному розвитку, як і в розумовому, у більшості учнів спеціальної школи спостерігаються істотні порушення. Властиве учням із порушеннями інтелекту раннє порушення в центральній нервовій системі спричиняє порушення в загальному соматичному стані і розвитку дитини. В моториці учнів спостерігаються більш-менш виражені порушення: в одних випадках порушується формування цілеспрямованих рухів, в інших – запізнюється автоматизація окремих рухів. Серед учнів спеціальної школи є діти, в яких обмежені рухи у кінцівках або спостерігаються зайві неупорядковані рухи, в'ялість, патологічна уповільненість у рухах, а також часткова атипічність фізичного розвитку. Тому корекція психофізичного розвитку учнів засобами фізичного виховання є важливим напрямом навчально-виховної роботи спеціальної школи (М. П. Вайзман, Л. С. Виготський, Ю. І. Вісковатов, О. А. Дмитрієв, С. П. Євсєєв, М. О. Козленко, Ю. О. Лянной, О. С. Самилічев, Б. В. Сермеєв, Р. В. Чудна, Л. В. Шапкина, Б. Г. Шермет) [1, 5, 6].

Здавна здійснювались спроби встановити взаємозв'язок рухової системи з іншими характеристиками людського організму, а саме з її поведінкою, особливостями функціонування окремих систем, психічним складом особистості тощо. Так, видатний фізіолог І.М. Сеченов зробив перші спроби пов'язати рухові функції з функціями вищих відділів центральної нервової системи і назвав цю цілісність «психомоторикою». Він стверджував, що все нескінченне різноманіття зовнішніх виявів мозкової діяльності остаточно зводиться лише до одного явища, а саме м'язового руху. У той самий час він зауважував, що руховий аналізатор збагачує свідомість істинними образами, уявленнями про рух, його властивості, тим самим сприяючи розвитку головного мозку. І.М. Сеченов висловив гіпотезу, яку було підтверджено експериментально, про те, що у рухах дітей коріняться елементи думки [1, 5].

Великого значення рухам у розумовому вихованні дітей надавав П.Ф. Лесгафт, який відзначав, що «...наскільки розвинутий палець (відчуття), око, вухо та усі органи, настільки ж розвинутий і розум людини, настільки людина в змозі самостійно діяти». Учений стверджував, що розвиток усього вищезазначеного здійснюється виключно завдяки вправам і складає одне з провідних завдань фізичної освіти [1].

Під час аналізу особливостей рухової сфери дітей із порушеннями інтелекту та підлітків науковці відзначили труднощі у переключенні з одного руху на інший, що пов'язані з недостатньою рухливістю нервових процесів, а рівень розвитку моторики осіб порушеннями інтелекту взаємопов'язаний із рівнем їх інтелектуального розвитку [4].

Деякі науковці вважають, що однією з основних форм фізичного виховання у шкільній практиці є ігри та ігрові вправи (В. І. Грицюк, Л. Л. Харченко та ін.). Гра як форма активності посідає важливе місце у житті дитини, позитивно впливаючи на формування особистості та розвиток фізичних і психічних сил та здібностей. Під час гри дитина вчиться самостійно знаходити вихід із несподіваної ситуації, взаємодіяти з іншими дітьми, розширювати свій кругозір. Гра для неї – найкращий спосіб знайомства з навколишнім середовищем. Не випадково видатні психологи дитинства (Л. С. Виготський, В. В. Зеньковський, Д. Б. Ельконін та ін.) вважали гру основним засобом соціалізації особистості. Рухливі ігри є найбільш доступним та ефективним методом впливу на дитину. Їх перевага над суворо дозованими вправами полягає в тому, що гра активізує ініціативу, фантазію, перебігає емоційно, стимулює рухову активність. У грі використовуються природні рухи, причому, як правило, у розважальній ненав'язливій формі. Саме тому останнім часом можна спостерігати значне зростання інтересу до використання ігор як методу корекції психофізичного стану дітей з вадами інтелекту [1, 2, 5].

За антропометричними показниками учні допоміжної школи декілька відстають від рівню віково-статевих норм власних нормально розвинутих однолітків. Невеличке відставання

відмічається у віці 12-15 років – за показниками зросту на 4-5 %, маси тіла – на 11-15 % та окружності грудної клітини – на 6-8%.

Вивчення здатності моторики розумово відсталих школярів показало, що з їх кількості від 58 до 62 % опинилися й моторно відсталими. Суттєва різниця рівню розвитку моторики хлопчиків та дівчат цього контингенту не виявлена. Простежується, що по мірі зростання рівню розумової відсталості, збільшується й відставання рівню розвитку моторики. Виділені різні форми рухової відсталості характеризуємої категорії дітей:

1. Моторна імбецильність – загальне недорозвинення моторики, пов'язане з дефективністю коркових механізмів.

2. Моторний інфантилізм – затримка розвитку моторики, руховий інфантилізм, що розцінюють як прояв недостатньої диференційованості взаємодії пірамідальної та екстрапірамідальної систем.

3. Екстрапірамідальна недостатність, яка виражається у відсутності або недостатності асоційованих автоматичних та захисних рухів, миміки, жестів, частково мови. Цю форму пояснюють недорозвиненням екстрапірамідальної системи.

4. Фронтальна недостатність – відсутність формул рухів та здатності їх випрацювати, недоліки та не розвинення мовлення, надмірна рухливість, іноді легка мозжечкова атаксія при недостатній активності уваги та підвищений настрій [4, 5, 6].

Відмічено, що в дітей із порушеннями інтелекту автоматичні компоненти рухів (з перевагою підкоркового компоненту) страждають менш, ніж компоненти свідомі – точність та правильність виконання (пов'язані з корковими механізмами). Жвавість мимічних рухів зберігається навіть при низькому рівні сформованості коркових механізмів.

Висловлюються обґрунтовані судження про те, що розумово відсталі діти гіперстенічної статури відносно більш розвинуті у моторному відношенні, ніж астеники та нормостеніки. Чим нижча ступінь розумової відсталості, тим менш виражені конституційні різноманітності. Зі збільшенням ступеню розумової відсталості прогресує частота логопедичних порушень. Однак, порушення мовлення зустрічаються рідше, ніж загальна моторна нестатність. Крім того, у дітей із порушеннями інтелекту в легкій та помірній ступенях часто зустрічаються випадки неутримання сечі, особливо вночі. У таких дітей часто зустрічається ліворукство, яке розглядають як перевагу правого півкуля над лівим [3, 4, 7].

Особливе місце в корекції рухових порушень у дітей із порушеннями інтелекту та підлітків посідають фізичні вправи, які виконуються практично на кожному уроці фізичної культури. Різноманіття фізичних вправ, способів і прийомів їх виконання, можливість дозування навантаження пояснюють широкий спектр їх впливу на організм людини – від лікувально-оздоровчого, корекційного до високих досягнень у спортивній і професійно-трудої діяльності. Ось чому останнім часом з'являється чимало наукових праць, які розкривають позитивний вплив фізичних вправ на розумовий розвиток як нормально розвинених дітей, так і дітей з обмеженими можливостями (В. Г. Григоренко, М. О. Козленко, Б. В. Сермеєв, О. М. Тучак, Б. Г. Шеремет та ін.) [2, 4, 7].

Встановлено, що дітям із порушеннями інтелекту властиві не тільки прості рухові розклади, але й складні, пов'язані з ураженням коркових функцій, складні системні порушення моторики, обумовлені ураженням не тільки рухового аналізатора, але й ін., в тому рахунку і мовленевих систем. Діти можуть швидко та точно почати рух, с трудом змінюють його швидкість, темп та ритм, відчувають труднощі при виконанні протилежних та послідовних рухів, погано виконують диференційовані рухові дії з різним диференціюванням.

У дітей із порушеннями інтелекту у легкій ступені є значні порушення у точності просторової оцінки рухів. Автори відмічають кращий вік для розвитку цього показника – період від 7 до 12 років. Для них типові рухи, які виконуються з переоцінкою зробленої амплітуди, для нормальних школярів, навпаки, частіше з недооцінкою. Точність рухів у розумово відсталих школярів залежить від функціональної досконалості аналізаторних систем.

Учням спеціальних шкіл при виконанні рухів верхніми кінцівками, а також при сумісній роботі верхніх та нижніх кінцівок властива симетрична координація. Виконання рухів з перехресною координацією складає для них визначені труднощі [3, 4].

Спостереження за рухами дітей при одяганні та взуванні показує, що багато з них не можуть вірно організувати рухові дії, не можуть прийняти позу, погано володіють руками та погано забезпечують їх взаємодію. Дітям складно виконувати дії, пов'язані з ізольованими рухами пальцями рук. Вони мало маніпулюють пальцями, а роблять рухи переважно усією кистю. При цьому проявляється підвищене напруження м'язів рук та погана координація рухів. В одних дітей рухові акти бідні, повільні та в'ялі. Інші діти, навпаки, відрізняються суєтливістю, наявністю зайвих, непотрібних рухів.

В учнів виявлено два види рухових порушень пальців рук. Перший проявляється в тому, що одні діти взагалі не можуть виконувати диференційовані активні рухи пальцями. В основному, це діти з парезами рук. Інші – це ті, в яких спостерігається стертий ефект парезу. Загальною відзнакою для всіх учнів цієї групи є порушення активних рухів пальцями. Другий вид недоліків при виконанні рухів дрібної моторики проявляється в тому, що володіючи активними ізольованими рухами пальців, не можуть здійснювати ці рухи водночас двома руками без зорового контролю. Причиною цього недоліку вважають недосконалість аналітико-синтетичної діяльності центральної нервової системи дітей із порушеннями інтелекту, а також відсутність в них практичного досвіду у виконанні дій, у яких вільна регуляція рухів пальців рук здійснюється переважно на підставі кінестетичних відчуттів (Козленко Н. А., 1987) [1, 2].

Дослідження рухових функцій учнів спеціальних шкіл, дало змогу зробити наступні висновки. В період від 8 до 10 років збільшується частота рухів на 6,4% у хлопчиків та на 6,5 % у дівчат. Функція рівноваги – на 8,1 % та 15,3 %. Координація рухів – на 18,4 та 30,5 %. Результати бігу на 5,6 та 4,0 %. За темпами зростання найбільші сдвиги у молодшому шкільному віці відмічаються за показниками координації рухів, функції рівноваги та бігу на 30 метрів. В цілому для цього періоду характерно безперервне удосконалення рухових функцій аномальних дітей [1, 2, 5].

У середньому шкільному віці спостерігається зростання частоти рухів на 15,3%, функції рівноваги на 56,6 та 80%, координації рухів – на 56,3 та 56,4%, а результати бігу на 30 метрів – на 16,2 та 16,5%. Особливе значення отриманих автором даних ми бачимо у характеристиці психомоторики дітей різних віково-статевих груп.

За усіма визначеними показниками діти із порушеннями інтелекту поступалися власним нормально розвинутих одноліткам на 17-77 %, а діти із ЗПР (затримкою психічного розвитку) на 11-37 % рівню характеристик.

Значення визначених характеристик полягає у наступному.

- 1) Функціональність руки інтегрально відображає сформованість її рухової функції.
- 2) Кінетична інтегративність – афферентність власного тіла у русі.
- 3) Оптико-просторова організація динамічного руху – здатність відтворювання рухів руки за фіксованими координатами.
- 4) Організація динамічного руху – рівномірність виконання руху лівою та правою рукою.
- 5) Слухо-моторна координація – сприймання та відтворювання ритмічної структури рухів.
- 6) Координація рухів з мовою – декодифікацію мовленнєвих та звукових інструкцій у моторні рухи.
- 7) Комплексні виконання рухової дії – особливості праксису у завданій ситуації [2, 4, 5].

Поетапне удосконалення та становлення психомоторних механізмів у людини відіграє надзвичайну роль у її розвитку. Психомоторні реакції є важливою складовою психіки. Разом з тим, забезпечені психомоторикою рухи служать однією з основ соматичного розвитку, нормального функціонування життєвозабезпечуючих систем та енергетичного балансу.

У природних умовах психомоторика розвивається у процесі нормальної життєдіяльності. Засобами її розвитку є різні побутові, трудові, в тому рахунку спортивні рухи.

На дозрівання мозку впливає розвиток рухів. У м'язах та зв'язках є закінчення центроспрямованих нервових шляхів, які передають подразнення у відповідні ділянки кори півкуль. М'язові рухи стимулюють розвиток кори півкуль головного мозку. Рухи в окремих дітей можуть

бути кращими чи поганішими у залежності від моторних здатностей дитини, які розвиваються під впливом вірно поставленого фізичного виховання.

Конструктивна діяльність учнів пред'являє до їхньої психомоторики високі вимоги. Дітям необхідно вірно скласти деталі, поєднати їх клеєм чи болтами. При цьому важливо дотримуватись визначених кутів поєднання ланок фігури. Особливої точності вимагає побудова конструкцій з деталей, які не поєднуються, що поряд з точністю рухів забезпечується за рахунок активізації функцій рівноваги. Розвитку цієї функції сприяють вправи на спритність.

В учнів молодших класів вільна рухова активність (ходьба, біг, ігри) займає лише 16-19 % денного часу, з них на організовані форми фізичного виховання приходить лише 1-3 % часу. Встановлено, що загальна рухова активність школярів знижується від молодших до старших класів.

Педагогічний вплив з метою відновлення порушених та розвитку ще не сформованих рухових функцій передбачає застосування спеціальної системи фізичних вправ в процесі навчання, виховання та розвитку дітей із порушеннями інтелекту. Х цією метою на уроках фізичної культури широко використовуються різні фізичні вправи та рухливі ігри (Лубовський В. І., Дмитрієв А. А., Сермеєв Б. В.) [1, 4, 5].

Діти молодшого шкільного віку не переносять дії сильного чи тривалого монотонного подразнювача. Сила нервових процесів в них відносно невеличка, різко виражене зовнішнє гальмування. Внутрішнє (особливо запізнюючися) гальмування не стійке. Тому, не встигнувши вислухати пояснення вчителя, діти починають виконувати вправу. Точний аналіз деталей руху застосовується в цьому випадку «вгадуванням» правильності його виконання. Подальша корекція руху здійснюється шляхом порівняння виконання вправи з рухами інших дітей, а також під впливом вказівок вчителя.

Повинно вживати різноманітні фізичні вправи, замінювати одну іншою, виключаючи монотонність. Фізичні вправи впливають не тільки на фізичний розвиток та рухові здібності, але й на психічну діяльність аномальних дітей (Лубовський В. І., Вісковатова Т. П.) [5, 7].

В умовах спеціальної школи, школи-інтернату фізичне виховання будується за деякими основними спрямуваннями. Це навчальна діяльність, яка регламентована виконанням програми з фізичного виховання, фізкультурно-оздоровча робота в режимі навчального дня, позакласна та позашкільна робота.

Розумово-відсталі школярі, як і їх однолітки з масової школи, відчують потребу в рухах самостійно чи під керівництвом класного керівника, вчителя фізкультури. Специфічність занять фізичними вправами у спеціальній школі визначається ще й особливостями режимних моментів на протязі дня, тижня, чверті, навчального року і, навіть, окремими видами навчальних занять.

Різноманітність складу учнів допоміжної школи за психофізичними, розумовими та руховими можливостями висуває та чітко визначає наступні форми фізкультурної роботи: гімнастика до занять; фізкультурні хвилини, паузи під час уроків загального циклу та трудового навчання, самопідготовки; спортивні години в групах; активні прогулянки, піші походи; дні здоров'я; масові фізкультурні заходи. Всі перелічені форми рухової діяльності дітей повинні бути спрямовані на вирішення загально розвиваючих, лікувально-оздоровчих та корекційно-компенсаторних задач.

Високе сумарне навантаження на організм розумово відсталих дітей та підлітків під час навчально-трудої діяльності вимагає від усіх педагогічних робітників спеціальної школи постійного контролю за станом здоров'я учнів, організацією фізіологічно необхідного для них рухового режиму, проведення заходів, спрямованих на розвиток рухових якостей та формування навичок і вмій, підвищення працездатності, формування інтересу до занять фізичними вправами та ігор.

Обов'язковим є контроль за фізичним розвитком та фізичною підготовленістю учнів, який дозволяє виявити динаміку розвитку розумово відсталих дітей з моменту вступу до школи до її закінчення. Для цього проводять контрольні тестування з наступними видами вправ: біг 30

та 60 метрів, стрибок у довжину з місця, метання м'яча. Ці дані записують у журнали обліку фізичного розвитку та підготовленості учнів. Їх порівнюють з показниками фізичного розвитку (зріст, вага, об'єм грудей, голови, постава, станова сила, сила правої та лівої кисті рук, спірометрія) для встановлення основних фізкультурних груп. Контрольні нормативи приймають два рази на рік – у вересні та травні на уроках фізичної культури. До складання нормативів учнів повинний допустити лікар школи [4, 5].

Вчителя фізичної культури при дозуванні фізичних вправ повинні бути особливо уважними з учнями, які мають різні захворювання (епілепсія, шизофренія, енурез, гідроцефалія, вроджені пороки серця і т. ін.).

Чим більше учень відстає у своєму розвитку, тим більше він вимагає спеціальних прийомів фізичного виховання, фізкультурної освіти та, тим більше він розвивається, тим більше уроки фізичної культури у спеціальній школі повинні наближуватись до уроків, які проводяться з нормально розвинутих учнями.

У спеціальній школі спрямовуючою формою занять фізичною культурою є урок. На уроках фізичної культури учнів навчають виконанню фізичних вправ та їх комплексів, рухливим та спортивним іграм, основам здорового способу життя.

Висновки. Навчальні та самостійні заняття з фізичної культури та спорту у спеціальній школі повинні повернутися у пізнання самого себе, власного організму, виявлення слабких та сильних боків у розвитку рухових здібностей, якостей особистості. На підставі цього необхідно будувати щоденні заняття фізичними вправами. З цією метою концепція фізичного виховання аномальних дітей передбачає систему лікарсько-педагогічного контролю за фізичним вихованням.

Необхідно проводити оцінку рівню фізичної підготовленості не тільки за якісними показниками, тобто за результатами виконання рухових дій (в секундах, метрах і т. ін.), але й за якісними показниками – оволодіння програмним матеріалом, рівень сформованості основних рухів, рівень життєво важливих рухових вмінь та навичок, вміння вести здоровий спосіб життя, вміння вести контроль за власним фізичним розвитком, визначати допустимі фізичні навантаження.

Література:

1. Коштур Я. Є. Корекція психофізичного розвитку розумово відсталих підлітків засобами плавання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03 «Корекційна педагогіка»/ Я. Є. Коштур. Київ, 2009. 240 с.
2. Маматова З. Р. Корекція рухової сфери в процесі фізичного виховання у дітей з порушеннями інтелекту. Proceedings of II International Scientific and Practical Conference Boston, USA 2-4 November 2022. С. 261-266. URL : <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-progressive-research-in-the-modern-world-2-4-11-2022-boston-ssha-arhiv/>
3. Миронова С. П. Корекційна психопедагогіка. Олігофренопедагогіка : підручник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2015. 312 с.
4. Стрелковська В. Порівняльний аналіз рівня розвитку координаційних здібностей здорових дітей та дітей з розумовою відсталістю. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. статей з галузі фізичної культури і спорту. Львів : ЛДДФК, 2006. Вип. 10, т. 4.2. С. 239–244.
5. Харченко Л. Л. Теоретико-методичні аспекти застосування ігрового методу фізичного виховання у розвитку психомоторики розумово відсталих дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л.Л.Харченко. Львів, 2004. 21 с.
6. Хохліна О. Корекційна спрямованість навчання дітей з обмеженими розумовими можливостями. *Дефектологія*. 1998. № 2. С. 2–3.
7. Чеботарьова О. В. Учні початкових класів із порушеннями інтелектуального розвитку: навчання та розвиток : навч.-метод. посібник [Електронний ресурс] / О. В. Чеботарьова, І. В. Гладченко. Харків : Вид-во «Ранок», 2020. 128 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/726228/>.

References:

1. Koshtur, Y.E. (2009). Korektsiia psichofizychnoho rozvytku rozumovo vidstalykh pidlitkiv zasobamy plavannia [Correction of psychophysical development of mentally retarded teenagers by means of swimming]. *Candidate's thesis*. Kyiv, 240 p. [in Ukrainian].
2. Mamatova, Z.R. (2022). Korektsiia rukhovoï sfery v protsesi fizychnoho vykhovannia u ditei z porushenniamy intelektu [Correction of the motor sphere in the process of physical education in children with intellectual disabilities]. Proceedings of II International Scientific and Practical Conference Boston, USA 2-4 November 2022, P. 261–266. Retrieved from: <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-progressive-research-in-the-modern-world-2-4-11-2022-boston-ssha-arhiv/> [in Ukrainian].
3. Myronova, S.P. (2015). Korektsiina psichopedahohika [*Correctional psychopedagogy*]. Oligophrenopedagogy: a textbook. Kamianets-Podilskyi: Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko, 312 p. [in Ukrainian].
4. Strelkovska, V. (2006). Porivnialnyi analiz rivnia rozvytku koordynatsiinykh zdbnostei zdorovykh ditei ta ditei z rozumovoiu vidstalistiu [Comparative analysis of the level of development of coordination abilities of healthy children and children with mental retardation]. *Moloda sportyvnna nauka Ukrainy : zb. nauk. statei z haluzi fizychnoi kultury i sportu – Young sports science of Ukraine: coll. of science articles in the field of physical culture and sports*. Lviv: LDIFK, Issue 10, vol. 4.2. P. 239–244 [in Ukrainian].
5. Kharchenko, L.L. (2004). Teoretyko-metodychni aspekty zastosuvannia ihrovoho metodu fizychnoho vykhovannia u rozvytku psichomotoryky rozumovo vidstalykh ditei molodshoho shkilnoho viku [Theoretical and methodological aspects of the application of the game method of physical education in the development of psychomotor skills of mentally retarded children of primary school age]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Lviv, 21 p. [in Ukrainian].
6. Khokhlina, O. (1998). Korektsiina spriamovanist navchannia ditei z obmezhenymy rozumovymy mozhlyvostiamy [Corrective orientation of education of children with intellectual disabilities]. *Defektolohiia – Defectology*. No. 2. P. 2–3 [in Ukrainian].
7. Chebotaryova, O.V. (2020). Uchni pochatkovykh klasiv iz porushenniamy intelektualnoho rozvytku: navchannia ta rozvytok : navch.-metod. posibnyk [Elementary school students with intellectual development disorders: training and development: teaching method. Manual]. [Electronic resource]. Kharkiv: Ranok Publishing House, 128 p. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/726228/> [in Ukrainian].

Mamatova Zulfiia

PHYSICAL EDUCATION AND MOTOR ACTIVITY OF CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

The problems of the potential opportunities of persons with intellectual disabilities, their adaptation to life, their socialization are gaining more and more social significance. Physical education acts not only as a means of eliminating deficiencies in the motor sphere, but also as a full-fledged physical development, strengthening of health, adaptation in society. The article provides a theoretical justification of the need to create conditions for physical education and physical activity. Special literature and information sources are analyzed, which present the views of scientists regarding the conditions that contribute to the development of the soft sphere of children with intellectual disabilities, taking into account their psychological characteristics and the surrounding social environment, which significantly influence the formation of interest in physical education. Among the many factors that influence the formation of the motor sphere, the main ones are highlighted – this is a set of external and internal conditions that are created by the physical education teacher in interaction with the pedagogical team and the student's family.

Key words: motor sphere, physical education, conditions, features, motor activity, intellectual disability.

Корж Н. Л., Захаріна Є. А., Чередниченко І. А. ЧИННИКИ ДЕ-СОЦІАЛІЗАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ В КОНТЕКСТІ ЇХ ПОСТ-СПОРТИВНОГО ЖИТТЯ.....	98
Маматова З. Р. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ІНТЕЛЕКТУ.....	106
Мельник В. О., Пасічник В. М., Кудріна Н. В. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЖІНОЧИХ КОМАНД ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ПЛЯЖНОМУ ГАНДБОЛІ.....	113
Мельніков А. В., Шинкарук В. О., Кучма А. С. ПОБУДОВА ЕФЕКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ МІЖ ТРЕНЕРОМ ТА СПОРТСМЕНОМ.....	120
Нікулін А. В., Передерій А. В., Бріскін Ю. А. ХАРАКТЕРИСТИКА ІННОВАЦІЙНИХ ПРОГРАМ РЕФОРМУВАННЯ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ (НА ПРИКЛАДІ ЛЬВІВСЬКОЇ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ГРОМАДИ).....	125
Радченко Ю. А., Аксютін В. В., Деха Н. М. ОБГРАНТУВАННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ ПОЯСНОЇ СИСТЕМИ ОЦІНКИ РІВНЯ КВАЛІФІКАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З РУКОПАШНОГО БОЮ.....	134
Сосіна В. Ю., Мазур І. В., Вартовник В. О., Токар Т. В. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СИНХРОННОСТІ ВИКОНАННЯ ВПРАВ У ХОРЕОГРАФІЇ ТА ТЕХНІКО-ЕСТЕТИЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ТА ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	145
Тищенко Д. Г., Тищенко В. О. КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ АДАПТИВНИХ МЕХАНІЗМІВ І УПРАВЛІННЯ НАВАНТАЖЕННЯМИ В ВЕСЛУВАННІ: ВІД БІОРЕГЕНЕРАЦІЇ ДО ОПТИМІЗАЦІЇ АЕРОБНИХ ТА АНАЕРОБНИХ ПРОЦЕСІВ.....	153
Тігова Г. В., Дразіна (Долгієр) Є. В., Погорелова О. О., Шепеленко Т. В. ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СПОРТСМЕНІВ 12–14 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНИМИ БАЛЬНИМИ ТАНЦЯМИ.....	160
Тодорова В. Г., Косянчук О. В. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СПОРТСМЕНОК, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНОЮ АЕРОБІКОЮ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ПЛАТЕСУ.....	170
Хіменес Х. Р., Тимчій Т. О., Пітин М. П., П'ятничук Г. О., П'ятничук Д. В. СУЧАСНИЙ СТАН МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОМУНАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОЇ СПОРТИВНОЇ ШКОЛИ ІМЕНІ АНАТОЛІЯ ДІДУХА (М. ЛЬВІВ).....	178
Шинкарук В. О., Мельніков А. В., Кукса Я. О. СИСТЕМА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ В ДЕРЖАВНІЙ ПРИКОРДОННІЙ СЛУЖБІ УКРАЇНИ.....	187
Щекотиліна Н. Ф. «SOFT SKILLS» У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	198

Korzh Nataliia, Zakharina Ievgeniia, Cherednychenko Inna FACTORS OF DE-SOCIALIZATION OF ATHLETES IN THE CONTEXT OF THEIR POST-SPORT LIFE	98
Mamatova Zulfiia PHYSICAL EDUCATION AND MOTOR ACTIVITY OF CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES.....	106
Melnyk Valery, Pasichnyk Victoria, Kudrina Nina CHARACTERISTICS OF THE COMPETITIVE ACTIVITY OF HIGHLY QUALIFIED FEMALE TEAMS IN BEACH HANDBALL.....	113
Melnikov Andrii, Shynkaruk Viktor, Kuchma Anzhela PROSPECTS OF USING FUNCTIONAL TRAINING IN THE PROCESS OF PHYSICAL TRAINING OF CADETS.....	120
Nikulin Anton, Perederii Alina, Briskin Yurii CHARACTERISTICS OF INNOVATIVE PROGRAMS FOR REFORMING THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS (BASED ON THE EXAMPLE OF THE LVIV TERRITORIAL COMMUNITY).....	125
Radchenko Yuri, Aksyutin Viktor, Dekha Nataliia SUPPORTING THE IMPLEMENTATION OF THE BELT SYSTEM FOR EVALUATING THE LEVEL OF QUALIFICATION OF ATHLETES FROM HAND-TO-HAND COMBAT.....	134
Sosina Valentyna, Iryna Mazur, Vartovnyk Valentyna, Tokar Tetyana FEATURES OF THE FORMATION OF SYNCHRONOUS PERFORMANCE OF EXERCISES IN CHOREOGRAPHY AND TECHNO-AESTHETIC KINDS OF SPORTS AT THE STAGE OF INITIAL AND PRELIMINARY BASIC TRAINING.....	145
Tyshchenko Denys, Tyshchenko Valeria COMPLEX ANALYSIS OF ADAPTIVE MECHANISMS AND LOAD MANAGEMENT IN ROWING: FROM BIOREGENERATION TO OPTIMIZATION OF AEROBIC AND ANAEROBIC PROCESSES.....	153
Titova Hanna, Drazina (Dolgier) Evdokia, Pogorelova Olena, Shepelenko Tetiana PREVENTION OF DISORDERS OF THE MUSCLE-MUSCLE SYSTEM OF ATHLETES 12–14 YEARS OLD WHO ARE ENGAGED IN SPORTS BALLROOM DANCING.....	160
Todorova Valentyna, Kosyanchuk Oksana THE PROGRAM FOR THE CORRECTION OF THE MUSCULOSCOPE SYSTEM OF ATHLETES ENGAGED IN SPORTS AEROBICS USING PILATES EQUIPMENT.....	170
Khimenes Khrystyna, Tymchii Taras, Pityn Maryan, Pyatnychuk Halyna, Piatnychuk Dmytro THE CURRENT STATE OF THE MATERIAL AND TECHNICAL SUPPORT OF THE MUNICIPAL INSTITUTION OF ANATOLIY DIDUKH CHILDREN'S AND YOUTH SPORTS SCHOOL (LVIV).....	178
Shynkaruk Viktor, Melnikov Andrii, Kuksa Yaroslav PHYSICAL TRAINING SYSTEM FOR CADETS IN THE STATE BORDER GUARD SERVICE OF UKRAINE.....	187
Shchekotylyna Natalia "SOFT SKILLS" IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS.....	198

Наукове видання

OLYMPICUS

ВИПУСК 1 2024

Підписано до друку 01.03.2024 р.
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 24,41. Зам. № 0324/216
Наклад 100 прим.

Надруковано:
Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1
Телефон +38 (095) 934 48 28
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.