

## РУХОВІ ЯКОСТІ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ З УРАХУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ

*У статті викладені результати вивчення рухових якостей дітей з особливими потребами віком 7-10 років.*

**Ключові слова:** діти, рухові якості.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Одним з найважливіших завдань соціально орієнтованої держави є сприяння розвитку молодого покоління, задоволення його потреб та виконання обов'язків, передбачених Конвенцією Організації об'єднаних націй про права дитини, Всесвітньою декларацією про забезпечення виживання, захисту і розвитку дітей та Планом дій щодо її виконання. Втілення в життя вимог цих документів потребує від Української держави невідкладних дій, спрямованих на пріоритетне ефективне вирішення проблем дитинства.

Кожний рік Міністерство освіти і науки України у рамках "Концепції соціальної адаптації осіб з розумовою відсталістю" проводить спільно з Міністерством соціальної політики та Державною службою з питань інвалідів та ветеранів України Всеукраїнські наради для контролю виконання поставлених завдань, зокрема концепції спеціальної освіти осіб з фізичними та психічними вадами в Україні на найближчі роки та перспективу [4].

Серед дітей та молоді у світі розумово відсталі особи складають 2-3 % популяції, а серед усієї популяції біля 1 % людей мають явний недорозвиток інтелекту [5]. Ситуація, що склалась у сфері розвитку дітей в Україні – це складова демографічної кризи, яка характеризується погіршенням не лише кількісних, а й якісних характеристик населення, зокрема загостренням проблеми здоров'я дітей.

Вже вступаючи до школи, 60 % дітей мають ті чи інші порушення соматичного та психічного характеру. Зростає кількість дітей, які мають психоневрологічні захворювання (328,8 тисячі у 2011 р.), хвороби нервової системи і органів чуття (1,3 мільйона). 10 % від загальної кількості дітей, які вступають до першого класу загальноосвітньої школи, мають затримку психічного розвитку. У значної частини школярів спостерігається недорозвиненість емоційно-почуттєвої, інтелектуальної, вольової та рухової сфери [2, 5]. Для вирішення проблем соціальної адаптації та інтеграції дітей з психофізіологічними відхиленнями необхідним є поновлення вмісту, форм та методів навчання та реабілітації [2, 3]. Активні заняття фізичною культурою позитивно впливають на функціонування основних систем організму дітей з психофізіологічними вадами, сприяючи тим самим розвитку функцій, які дозволяють їм адаптуватись до життя у суспільстві [1, 5].

Аналіз іноземних та вітчизняних першоджерел дозволяє констатувати недостатнє науково-експериментальне вивчення та обґрунтування методики вдосконалення фізичної реабілітації дітей з особливими психофізіологічними потребами, що зумовило вибір теми дослідження.

**Метою роботи** було вивчити рухові якості дітей з особливими потребами віком 7-10 років.

**Матеріал та методи дослідження.** Базами для дослідження виступили: спеціальна загальноосвітня школа № 23 директор Котляров Н.В. м. Слов'янськ Донецької області, загальноосвітня школа № 9 м. Слов'янська Донецької області, кафедра здоров'я людини, біології, фізичного виховання і фізичної реабілітації Донбаського державного педагогічного університету.

Нами обстежено 160 дітей віком від 7 до 10 років, у тому числі хлопчиків з психофізіологічними відхиленнями (затримкою психічного розвитку): 7 років – 7; 8 років – 7; 9 років – 15; 10 років – 15; дівчаток з психофізіологічними відхиленнями: 7 років – 8; 8 років – 8; 9 років – 15; 10 років – 15; та 70 практично здорових однолітків (у тому числі хлопчиків: 7 років – 7; 8 років – 7; 9 років – 10; 10 років – 10; дівчаток: 7 років – 8; 8 років – 8; 9 років – 10; 10 років – 10). Для спостережень нами були створені однорідні групи із дітей з психофізіологічними відхиленнями та практично здорових однолітків.

Дослідження проводилося на уроках фізичної культури в початкових класах спеціальної загальноосвітньої школи № 23 м. Слов'янська Донецької області.

Затримка психічного розвитку у дітей 7-10 років була, згідно з Міжнародною класифікацією хвороб та причин смерті десятого перегляду (ІСБ-10, розділ (P70.), класифікована як дебільність – олігофренія 1-го ступеня.

Робота виконувалась у відповідності до біоетичних норм з дотриманням відповідних принципів Гельсінської декларації прав людини, Конвенції ради Європи про права людини і біомедицини та відповідних законів України. Всі батьки дали письмову згоду на участь їх дітей у дослідженні.

**Результати дослідження.** Проведені нами дослідження були спрямовані на встановлення рухових здібностей у хлопчиків з психофізіологічними відхиленнями (таблиця 1) та дівчаток. Показники кистьової

динамометрії у хлопчиків з психофізіологічними відхиленнями віком 9 років відповідають таким у практично здорових хлопчиків. Разом з тим, хлопчики віком 7-8 та 10 років мають менші показники кистьової динамометрії у порівнянні з контрольною групою такого ж віку.

Вивчення показників, що характеризують силові здібності (контроль швидкісної сили, згинання та розгинання рук в упорі, контроль силової витривалості та оцінки швидкісних здібностей) дітей з психофізіологічними відхиленнями віком 7-10 років показало, що хлопчики з відхиленнями відстають від практично здорових хлопчиків-однолітків. Хлопчики з психофізіологічними відхиленнями віком 10 років відстають від практично здорових хлопчиків аналогічного віку за човниковим бігом. Хлопчики віком 7-8, 9 та 10 років з психофізіологічними відхиленнями відстають від практично здорових однолітків за оцінкою відчуття часу за Сермеевим (5 с та 10 с). Одержані результати з визначення точності часової оцінки засвідчують, що корекцію таких показників доцільно проводити з 7-річного віку. Хлопчики з психофізіологічними відхиленнями віком 7-10 років за стійкістю статичної рівноваги відстають від практично здорових хлопчиків-однолітків.

Таблиця 1

**Фізичні якості хлопчиків  
з особливими психофізіологічними потребами**

Показники	Діти 7-8 років		Діти 9 років		Діти 10 років	
	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=30)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)
Динамометрія, Н	9,6±1,1*	19,4±1,32	19,8±1,12	20,0±1,12	35,2±2,4*	49,4±2,61
Стрибок вгору, см	21,1±1,5	23,8±1,4	25,5±1,3*	30,2±1,25	36,5±2,5*	54,0±1,9
Кидок набивного м'яча 1 кг, см	264,1 ±21,3*	312,2±19,0	437,1 ±26,5*	548,6±22,4	516,8±22,7*	768,2±15,9
Вис на поперечині на зігнутих руках, с	5,4±1,1*	7,6±0,81	8,3±2,2*	12,9±1,46	34,0±4,1*	78,0±0,66
Гнучкість, см	2,6±1,3	2,6±1,29	1,7±0,3*	3,5±0,5	5,1±0,4*	18,2±0,35
Оцінка відчуття часу за 5 с,	1,0±0,2*	2,7±0,12	0,6±0,2*	1,6±0,1	0,8±0,03*	1,8±0,08
Оцінка відчуття часу за 10 с, с	3,7±0,9*	12,4±1,25	0,9±0,04*	4,8±0,01	0,7±0,04*	3,4±0,65
Стрибок у довжину з місця (50 % від максимального), см	3,6±0,47	4,3±0,62	6,3±0,01	6,0±0,03	9,1 ±0,3*	9,2±0,07
Стрибки з обертом – тест Старости, градуси	158,0±15,3*	222,1±15,28	218,2±9,9*	273,6±9,91	287,1±13,5	290,0±13,1
Рівновага за методом Ромберга, с	6,2±0,4*	10,1±1,04	8,5±2,2*	12,6±0,6	8,9±1,6*	12,5±1,1
Човниковий біг 3 рази по 10 м, с	15,0±1,01	16,7±1,03	16,6±1,1*	20,9±1,22	12,0±0,1*	20,4±1,4

Примітка. \* – відмінність статистично достовірна.

Подібні результати у хлопчиків з психофізіологічними відхиленнями одержані при виконанні тестів на гнучкість рухів, але показники гнучкості рухів хлопчиків з психофізіологічними відхиленнями віком 7-8 років практично не відрізняються від показників практично здорових хлопчиків аналогічного віку.

Для розробки ефективних корекційних заходів з рухових здібностей у дітей з психофізіологічними відхиленнями необхідно визначити механізми порушень рухових здібностей у дівчаток з психофізіологічними відхиленнями у залежності від віку. Результати досліджень у цьому напрямку наведені у таблиці 2.

За тестами силових здібностей (динамометрії, контролю швидкісної сили, контролю силової витривалості та оцінки швидкісних здібностей) дівчатка з психофізіологічними відхиленнями віком 7-8 та 10 років (в основному) відстають при їх виконанні від практично здорових дівчаток відповідного віку.

Тестування координаційних здібностей у дівчаток з психофізіологічними відхиленнями віком 7-10 років показало, що ці дівчата відстають при виконанні човникового тесту від практично здорових дівчаток відповідного віку.

Нами встановлено, що дівчатка з психофізіологічними відхиленнями віком 7-8, 9 та 10 років відстають в оцінці визначення часу за методикою Сермєєва (5 с, 10 с), від практично здорових дівчаток аналогічного віку. Все це засвідчує про можливість проведення профілактичних заходів з 7-10 років.

Етапом дослідження психофізичного статусу хлопчиків віком 7-10 років з психофізіологічними потребами було встановлення сили і витривалості кистей рук за тестом "динамометрія" (таблиця 3).

Таблиця 2

**Фізичні якості дівчаток з особливими психофізіологічними потребами**

Показники	Діти 7-8 років		Діти 9 років		Діти 10 років	
	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=30)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)
Динамометрія, Н	17,8±5,54*	36,0±6,79	20,7±1,64	20,9±1,64	17,2±1,4*	24,1±1,2
Стрибок вгору, см	18,7±0,82	21,1±0,76	25,1±1,1*	29,8±1,0	21,0±1,5*	31,1±1,2
Кидок набивного м'яча масою 1 кг, см	248,8±12,9*	294,1±11,51	411,5±25,8*	516,5±21,85	282,8±46,3*	420,4±32,58
Вис на поперечині на зігнутих руках, с	3,3±0,04*	4,7±0,4	2,5±0,03*	3,9±0,01	5,3±0,03*	12,2±0,01
Оцінка відчуття часу за 5 с, с	0,5±0,03*	1,4±0,01	1,1 ±0,06*	3,0±0,16	1,5±0,08*	3,5±0,06
Оцінка відчуття часу за 10 с, с	1,1±0,01*	3,7±0,01	1,0±0,01*	5,3±0,84	0,9±0,01*	4,4±0,03
Стрибок у довжину з місця (50 % від максимального), см	5,1±0,02*	6,6±0,06	3,1 ±0,02	3,0±0,03	0,5±0,02	0,5±0,01
Стрибки з обертом – тест Старости, градуси	151,6±17,7*	213,1±17,6	234,9±17,1*	294,6±17,06	170,0±9,2	171,7±4,24
Рівновага за методом Ромберга, с	8,9±0,74*	14,5±0,02	8,2±0,01*	12,2±0,06	1,6±0,02*	2,2±0,02
Човниковий біг 3 рази по 10 м, с	13,1±0,01*	14,9±0,02	13,4±0,02*	16,9±0,07	22,1±1,1*	37,6±1,9

Примітка. \* – відмінність статистично достовірна.

Таблиця 3

## Показники сили витривалості кистей рук за тестом "динамометрія"

Показники	7-8 років		9 років		10 років	
	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=30)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)	Основна група (n=30)	Здорові діти (n=20)
<b>Хлопчики</b>						
Максимальна м'язова сила, Н	12,0±0,64 *	18,4±1,1	17,8±1,1*	22,7±0,1	32,4±1,4*	48,5±1,5
Показник витривалості, %	86,0±3,8	87,7±4,8	85,6±3,4*	96,9±4,9	97,7±2,4*	124,4±4,6
Поріг утримання (нижній), Н	6,0±0,02*	9,4±0,05	8,9±0,5	10,7±0,4	16,2±0,2*	23,0±0,8
Тривалість утримання, с	9,9±0,02*	16,4±1,2	10,2±0,6*	15,3±0,6	21,3±1,1*	51,0±2,4
<b>Дівчатка</b>						
Максимальна м'язова сила, Н	15,3±0,6*	23,4±0,9	18,0±0,5*	22,9±0,9	16,2±0,05*	24,2±1,1
Показник витривалості, %	98,3±3,6	100,3±5,5	91,8±2,3*	103,9±5,1	78,4±2,5*	99,8±4,5
Поріг утримання (нижній), Н	7,7±0,01*	12,1 ±0,02	8,0±0,05*	10,8±0,05	8,1±0,1*	11,5±0,9
Тривалість утримання, с	16,5±0,9*	27,3±0,9	12,3±0,05 *	18,4±0,6	10,0±0,5*	23,9±1,5

*Примітка.* \* – відмінність статистично достовірна.

Показано, що у хлопчиків з психофізіологічними потребами віком від 7 до 10 років максимальна м'язова сила та витривалість нижче, ніж у практично здорових однолітків. Тобто психофізіологічні порушення у хлопчиків сприяють зниженню сили та витривалості кистей рук у будь-якому віці.

Дослідження сили і витривалості кистей рук дівчаток з психофізіологічними потребами віком 7-10 років також показало їх порушення. Дівчата з психофізіологічними потребами віком 7-10 років відстають за силою і витривалістю кистей рук від практично здорових дівчаток того ж віку (виняток склало значення показника витривалості у дівчаток віком 7-8 років).

**Висновки та перспективи подальших досліджень у цьому напрямку.** Таким чином, низький рівень розвитку сили, швидкості, спритності і гнучкості, а також низький рівень точності у дітей з вадами зору призводять до того, що ці діти відстають від своїх практично здорових однолітків в розвитку життєво важливих умінь і навичок.

Таким чином, за виявленими змінами показників рухових здібностей у хлопчиків та дівчаток з психофізіологічними відхиленнями віком 7-10 років профілактичні заходи потрібно починати проводити з 7 років та раніше, але не пізніше 10 років.

Тому існує гостра необхідність розробки комплексної методики корекційної роботи зі сліпими та слабкозорими дітьми з метою їх фізичної реабілітації.

#### **Використані джерела**

1. Дичко В.В. Педагогічні засади корекційного навчання руховим діям школярів з порушенням зору [навчальний посібник] / В.В. Дичко. – К., 2007. – С. 6-112.
2. Дичко О.А. Оцінка розвитку порушень психомоторики дітей з вадами зору з урахуванням психофізичного статусу та індивідуальних особливостей / О.А. Дичко // Загальна патологія та патологічна фізіологія. – 2011. – Том 6, № 2. – С. 158-163.
3. Єременко І.Г., Вавіна Л.С., Мерсіянова Г.М. Диференційоване навчання в допоміжній школі. – К.: Рад.школа, 1978. – 142 с.
4. Концепція спеціальної освіти осіб з фізичними та психічними вадами в Україні на найближчі роки та перспективу. – К.: РНМК, 1995. – 92 с.
5. Сермеев Б.В. Мышечная деятельность в норме и патологии: Проблемный сб. / Ред. коллег.: Б.В. Сермеев (отв.ред.) и др. – Горький, 1974. – 151 с.

*Dychko E.A., Dychko V.V., B.E. Bobyrev, Kuril'chenko I.Y.*

#### **MOTOR CHARACTERISTICS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS CONSIDERING INDIVIDUAL FEATURES**

*The article presents the results of a study of motor skills of children with disabilities aged 7-10 years.*

**Key words:** *children, motor quality.*

*Стаття надійшла до редакції 05.09.2013 р.*

