

розумової та фізичної працездатності, активності студентів, значного покращання їхніх психофізіологічних і психофізичних кондицій, що, своєю чергою, сприятиме ефективному засвоєнню численних навчальних програм з дисциплін ВНЗ та успішній інтеграції до майбутньої професійної діяльності [9].

ЛІТЕРАТУРА

1. Антонік В. І. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури : навчальний посібник / В. І. Антонік, І. П. Антонік, В. Є. Андріанов. – К. : Видавничий дім «Професіонал», Центр учбової літератури, 2009. – 336 с.
2. Апанасенко Г. Л. Здоров'я, яке ми вибираємо / Г. Л. Апанасенко – К.: Т-во «Знання», 1989. – 48 с.
3. Блавт О. З. Фізичне виховання. Теоретичний курс.: навч. пос. / О. З. Блавт, Л. В. Козіброда. – Л. : «Львівська політехніка», 2012. – 125 с.
4. Дубогай О. Д. Фізичне виховання і здоров'я: навч. посібник / О. Д. Дубогай, Завидівська Н. Н., та інш. – К. : УБС НБУ, 2012. – 270 с.
5. Зайцева В. М. Теорія спортивного тренування з основами методик : підручник для студентів ВНЗ / В. М. Зайцева. – К., 2003. – 173 с.
6. Корягін В. М. Фізичне виховання студентів у спеціальних медичних групах : навч. посібник / В. М. Корягін, О. З. Блавт. – Л. : «Львівська політехніка», 2013. – 488 с.
7. Лікувальна фізкультура та спортивна медицина : Підручник / Клапчук В. В., Дзяк Г. В., Муравов І. В. та ін.; за ред. В. В. Клапчука, Г. В. Дзяка. – К. : Здоров'я, 1995. – 312 с.
8. Мухін В. М. Фізична реабілітація : підручник / В. М. Мухін. – К. : Олімпійська література, 2000. – 424 с.
9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. – К. : Олімпійська література, 2001. – 440 с.
10. Студентська творча робота : навчально-методичний посібник / за ред. проф. Б. М. Шияна. – Тернопіль : ТДПУ, 2000. – 48 с.
11. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олимп. лит-ра, 2003. – Т. 1. – 423 с.; Т. 2 – 392 с.
12. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Львів, 1996. – 218 с.

УДК 796.011.3.012.1:616.28-008.14-053.66

Гацюєва Л.С.
Херсонський державний університет

ОСОБЛИВОСТІ ДИФЕРЕНЦІЙНОГО ПІДХОДУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ ЗНИЖЕНИМ СЛУХОМ З УРАХУВАННЯМ ВЛАСТИВОСТЕЙ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ

Адаптації дітей зі зниженим слухом, яка забезпечується активною участю центральної нервової системи та сенсорних систем. Найбільш важливими серед них є зоровий, вестибулярний, тактильний і кінестетичний аналізатори. У статті розглядаються властивості нервової системи у 8-10-річних дітей з зниженням слуху. Автори визначають особливості швидкості і лабільності нервової системи. Ці результати становлять інтерес для тих, хто займається в галузі фізичного виховання дітей з зниженням слуху.

Ключевые слова: молодший шкільний вік, діти зі зниженим слухом, нервова система.

Гацюєва Л.С. Особенности дифференциального подхода в физическом воспитании слабослышащих детей младшего школьного возраста с учетом свойств нервной системы. Адаптация слабослышащих детей, обеспечивается за счет активного участия центральной нервной системы и сенсорных систем. Наиболее важными среди них есть зрительный, вестибулярный, тактильный и кинестетичный анализаторы. В статье рассматриваются свойства нервной системы у 8-10-летних слабослышащих детей. Авторы определяют особенности скорости и лабильности нервной системы. Эти результаты представляют интерес для тех, кто занимается физическим воспитанием слабослышащих детей

Ключові слова: младший школьный возраст, слабослышащие дети, нервная система.

Gatsoeva lily S. Features differential approach to the physical education of children of primary school age based on the properties of the nervous system. Adaptation of partially deaf children provided by the active involvement of the central nervous system and sensory systems. Most important among them is the visual, vestibular, tactile and kinesthetic analyzer. The article examines the properties of the nervous system in the 8-10 year old children with diminished hearing. The authors define the features of speed and lability of the nervous system. These results are of interest to those involved in physical education of children with diminished hearing.

Key words: primary school age, of partially deaf children, the nervous system

Постановка проблеми. Стан здоров'я дітей залежить як від внутрішніх чинників (спадковість, тип конституції, темпи фізичного розвитку, стать, вік), так і від чинників навколишнього середовища (спосіб харчування, сумарне шкільне навантаження, мешкання у міських або сільських населених пунктах та ін.).

Зниження слуху викликає порушення функції нервової системи та відіграє велику роль у виникненні вторинних відхилень у дітей молодшого шкільного віку. Сповільнення оволодіння мовою, комунікативний бар'єр і особливості як фізичного, так і психічного розвитку негативно впливають на показники пізнавального процесу, і як наслідок - на ефективність навчання [4].

Адаптація дітей до навчання залежить від їх функціональної готовності витримувати розумові навантаження. Систематичні заняття фізичними вправами та спортом дозволяють дитині не тільки оволодіти складними руховими навичками та розвивати фізичні якості, але і удосконалюють функціональний стан нервової системи та нервово-м'язового апарату, що полегшують процес адаптації [4]. Адаптація організму дитини зі зниженим слухом до фізичного навантаження забезпечується за рахунок участі центральної нервової системи, збережених аналізаторів, серед яких важливу роль відіграють зоровий, вестибулярний, кінестетичний, тактильно-вібраційний аналізатори, які забезпечують координацію, точність і швидкість рухів, положення тіла у просторі та інше [8].

Як писав Б.М. Теплов, **властивості нервової системи** «утворюють ґрунт, на якому легше формуються одні форми поведінки, важче - інші». Ефективність навчання руховим діям характеризується узгодженою роботою м'язів (синергістів, антагоністів), динамічною стабілізацією рухів, проявляється точними руховими актами, своєчасним виконанням рухів, максимальною економією часу і сили та залежить від розвитку центральної та периферійної нервовою системою дитини [11].

Недостатня вивченість проблеми диференційного підходу у фізичному вихованні дітей зі зниженим слухом молодшого шкільного віку з урахуванням властивостей нервової системи, робить її актуальною.

Аналізуючи останні дослідження, публікації, науково-методичну літературу, у якій викладені дослідження, що відображають особливості фізичного стану, а саме розвитку рухової сфери дітей зі зниженим слухом, які супроводжуються порушенням функціональних систем і рівня розвитку фізичних якостей [1, 6, 8], підтверджує необхідність пошуку нових підходів у фізичному вихованні.

Початок навчальної діяльності є відповідальним періодом в житті дітей молодшого шкільного віку зі зниженим слухом. Під час навчання дітей молодшого шкільного віку зі зниженим слухом, яке спрямоване на формування словесного мовлення, навичок письма, читання та інше, переважна роль надається мікрорухам [1, 2, 7, 10].

Як відзначає ряд авторів [2, 8], найважливішим у диференційному підході у фізичному вихованні дітей зі зниженим слухом є урахування індивідуальних особливостей їх розвитку.

Проте, на сьогодні ще недостатньо даних про вікові особливості нервової системи та діяльності сенсорних систем, що дозволяють не скласти уявлення про процеси сприйняття, аналізу і синтезу отриманої інформації, про систему рухового реагування дітей зі зниженим слухом молодшого шкільного віку.

К.П. Кузьмічевою [7] виявлено, що в глухих дітей швидкісні якості відстають в розвитку: час рухової реакції в них збільшений в порівнянні з дітьми, що чують; уповільнена швидкість переробки інформації при зоровому сприйнятті; менш точне і тривале зберігання наочного матеріалу.

На низький рівень сформованості координаційно-рухової сфери дітей зі зниженим слухом у своїй роботі вказує І.М. Ляхова [8].

Роботу виконано в рамках теми зведеного плану науково-дослідної роботи Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на 2011-2015 рр. за темою 3.8. «Теоретико-методологічні основи побудови системи масового контролю і оцінки рівня розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення» (номер державної реєстрації 0111U000192).

Мета дослідження полягає у визначенні особливостей диференційного підходу у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку зі зниженим слухом з урахуванням властивостей нервової системи.

Виходячи з мети, нами було поставлено наступне **завдання дослідження** – проаналізувати сучасний стан досліджуваної проблеми; конкретизувати та уточнити зміст диференційного підходу у фізичному вихованні дітей зі зниженим слухом молодшого шкільного віку з урахуванням властивостей нервової системи.

Матеріал та методи дослідження. У роботі провідними методами були аналіз та узагальнення наукових джерел за темою дослідження та математична обробка даних. Для визначення властивостей нервової системи нами використовувався "тепінг-тест", розроблений Є.П. Ільїним [5].

За результатами спостережень за учбовою діяльністю дітей зі зниженим слухом молодших класів, що вчаться у спеціальній школі, вдалося встановити, що навантаження в школі значно збільшується клас від класу та, в більшості випадків, перевищує вікові норми. З одного боку це першочергова необхідність, враховуючи особливості розвитку цих дітей, з іншого, це негативно впливає на ефективність навчального процесу і може викликати несприятливі фізіологічні реакції з боку центральної нервової системи.

Одним з головних інформативних показників функціонального стану нервової системи є психічний темп, його основою є лабільність нервової системи, яка визначається максимальною кількістю рухів, яку людина здатна виконувати за певний проміжок часу. Лабільність (рухливість) нервової системи може визначати емоційну стійкість та характеризувати індивідуальну здібність до навчання та пізнавальної діяльності, стійкість до стресів, темперамент, загальну активність [3].

Цей показник використовується як один з показників швидкості, поряд з часом простої сенсомоторної реакції. Не дивлячись на простоту і доступність цього тесту він дає об'єктивну інформацію про стан нервово-м'язової системи і, зокрема, доповнює відомості про два інших показника швидкості – бистроти одиночного необтяженого руху і темпу рухів. Крім того, тест дає інформацію про стійкість до стомлення і характер його перебігу.

Результати дослідження викладені у таблиці 1 та рисунку 1. Аналізуючи результати дослідження можна стверджувати, що у віковому діапазоні між дівчатами 8-ми, 9-ти, 10-ти років достовірної різниці у цьому показнику не спостерігається ($p > 0,05$). Але найбільший абсолютний приріст частоти рухів у тепінг-тесті за методикою Є.П. Ільїна відбувається між восьмирічними та дев'ятирічними дівчатами і складає 3,52 руха.

Таблиця 1

Вікова динаміка показників частоти рухів дітей від 8 до 10 років зі зниженим слухом (за результатами тепінг-тесту Є.П. Ільїна)

Стать	Вік	n	$\bar{X} \pm m$	p		
				8-9	8-10	9-10
Частота руху (тепінг-тест), кіл-ть рухів						
	8	21	118,95 ± 6,33	> 0,05	> 0,05	-
	9	19	122,47 ± 5,36	> 0,05	-	> 0,05
	10	19	123,58 ± 5,50	-	> 0,05	> 0,05
	8	20	106,58 ± 7,16	< 0,001	< 0,001	-
	9	20	126,05 ± 4,50	< 0,001	-	> 0,05
	10	20	126,40 ± 8,69	-	< 0,001	> 0,05

Суть методу полягає у виконанні швидких неускладнених стереотипних рухів руки. Досліджуваному видається бланк, на якому зображено шість квадратів (5x5 см). У квадратах потрібно у високому темпі на максимальному вольовому зусиллі нанести якомога більше крапок. На роботу у кожному квадраті відводиться 5 с. Частота максимального тепінгу є показником витривалості (терплячості) до фізичного стомлення, нудьги, больових відчуттів. Після закінчення тестування, підраховується кількість крапок в кожному квадраті і їх загальна сума, за якими робиться висновок про властивості нервової системи [9].

У констатуючому етапі дослідження прийняли участь 119 дітей зі зниженим слухом, в тому числі 21 дівчинка 8-річного віку, 19 дівчат 9-річного віку, 19 дівчат 10-річного віку та 20 хлопчиків 8-річного віку, 20 хлопчиків 9-річного віку, 20 хлопчиків 10-річного віку, які навчаються у спеціальних навчальних закладах для дітей з вадами слуху міст Херсону та Миколаєва.

За даними таблиці 1, можна стверджувати, про істотне і достовірне відставання у показнику тепінг-тесту восьмирічних хлопчиків від дев'ятирічних та десятирічних, яке за абсолютними значеннями дорівнює 19,47 та 19,82 крапок відповідно ($p < 0,001$). Найбільший абсолютний приріст у хлопчиків, як і у дівчаток, також зафіксований між 8-річними та 9-річними дітьми ($p < 0,001$).

Як рекомендують С.М. Костроміна, А.А. Реана та інші [3, 9] якщо діти від 8-10 років виконують в середньому у одному квадраті у тепінг-тесті 21 рух і менше, такий темп діяльності можна вважати повільним. Дитина здатна виконувати будь-які завдання в повільному темпі. Тому та швидкість, з якою вона працює, є для неї нормальною, і примушуючи її працювати швидше можна травмувати психіку дитини та створити для неї стресову ситуацію.

Якщо дитина виконує від 21 до 24 рухів, то такий темп вважається середнім темпом роботи.

Здатність виконати 24 руха і більше вказує на наявність високого темпу роботи. Дитина вміє і може працювати у швидкому темпі. Зазвичай, дівчатка швидко набирають оптимальний рівень працездатності, хлопчики ж впрацьовуються довше. Коли вони досягають піку працездатності, дівчатка, навпаки, вже починають втомлюватися.

У формуючому етапі експерименту прийняли участь 41 дитина 9-ти років зі зниженим слухом (21 дівчинка та 20 хлопчиків). Аналізуючи результати дослідження було встановлено, що у 22 % дівчаток та 27 % хлопчиків виявлено швидкий темп діяльності. За результатами тесту у 50 % дітей зі зниженим слухом виявився повільний темп рухової діяльності. Що, на нашу думку, необхідно враховувати під час планування та організації фізичного виховання у спеціальній школі.

Рекомендації. На заняттях фізичною культурою з дітьми зі зниженим слухом молодшого шкільного віку вчителю треба пам'ятати про особливості розвитку психіки, про різні темпи прояву будь-якої якості, що має як позитивні, так і негативні сторони.

Під час вивчення нового матеріалу на заняттях фізичної культури формувалося дві групи з однаковим темпом діяльності: в першій групі - діти з низьким темпом діяльності, в другій – з високим.

Діти, які потрапили до першої групи, терпляче виконували тривалі одноманітні вправи (що інколи було важче, ніж виконувати потужні короточасні вправи). У таких дітей повільно та поступово зростала активність, але вона довго зберігалася, що дозволило тривалий час підтримувати ними належний темп роботи. Зазвичай вони були уважні. За період експерименту засвоєні ними рухові вміння були стійкі та добре збереглися. Під час занять фізичною культурою вони більш глибоко осмислюють і ретельно готуються до виконання вправи. Таких дітей не слід підганяти та вимагати миттєвого включення в роботу. Поспіх примушує таких дітей нервувати, що може вплинути на психоемоційний стан дитини та на якість виконання вправи.

В другу групу потрапили діти з високим темпом діяльності. Ці діти встигають багато за невеликий проміжок часу, але в той же час поспіх частіше не дозволяє їм оволодіти технікою на належному рівні, правильно виконати роботу та адекватно проаналізувати ситуацію.

Під час виконання нових, незвичайних ігрових завдань не слід вимагати від дітей зі зниженим слухом з низьким темпом діяльності вирішення завдання оригінальним способом. Вони не можуть в складних ситуаціях проявляти високу активність та творчість, а деякі взагалі можуть відмовитися працювати. Не можна вимагати термінової реакції на швидкі зміни ігрової ситуації. Виправлення

помилки або невдалих спроб діти роблять без інтересу і на це їм треба давати стільки часу, скільки вважається достатнім для дитини. Вони важко переключаються з попередньої фізичної вправи та наступне завдання. Під час виконання вправ треба тримати їх увагу на виконанні вправи і намагатися не відволікати їх будь-чим.

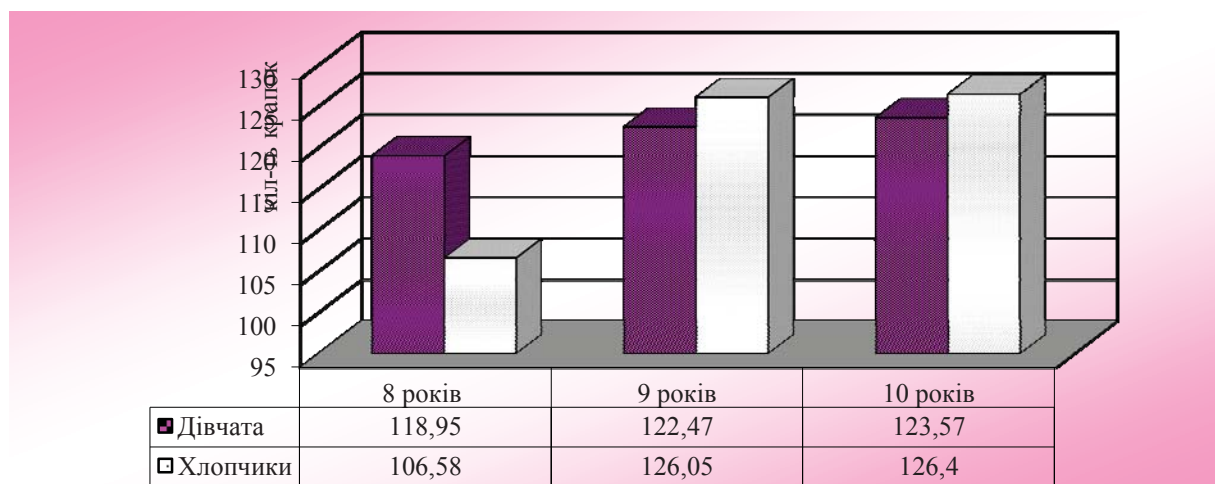


Рис. 1. Вікова динаміка показників частоти рухів дітей 8-10 років зі зниженим слухом

При виконанні фізичних вправ змагальним та ігровим методами, групи можна формувати за змішаним типом. У залежності від змісту вправи, діти з низьким темпом діяльності можуть виконувати першими або останніми. Під час естафет, ігор, змагань треба запобігати та уникати:

- тривалої вправи без перерви (дітям треба часті невеликі перерви);
- відповідальної (яка потребує нервово-психічного та емоційного зусилля, особливо коли на неї відводиться обмежена кількість часу) фізичної роботи;
- негативної оцінки (діти зі зниженим слухом молодшого шкільного віку відрізняються підвищеною чутливістю, бурхливою реакцією та здатністю звинувачувати себе у власних помилках);
- роботи з нестриманими дорослими, вчителями, тренерами, однокласниками та іншими.

У дитини зі зниженим слухом молодшого шкільного віку під час нервово-психічної напруги (змагання, спортивні свята та інше) частіше за все не відбувається мобілізації, а, навпаки, починаються механізми гальмування. Чим сильніше тиснути на дитину, тим більше часу їй потрібно буде для виконання вправи. Якщо вправа складна, треба дитині допомогти розбити вправу на складові частини, забезпечити спокійну обстановку навколо неї.

Не дивлячись на швидку стомленість, діти зі зниженим слухом молодшого шкільного віку здатні при правильно побудованому навчальному процесі та диференційному підході витримувати фізичні навантаження та досягати хороших результатів у навчанні. Вчителю треба тільки спиратися на сильні сторони дітей та не ставити їх у дискомфортні умови.

ВИСНОВКИ. В цілому, проведені дослідження показали, що у дітей зі зниженим слухом молодшого шкільного віку в більшості випадків спостерігається середній та повільний темп рухової діяльності (77 % хлопчиків та 72 % дівчаток), що треба враховувати під час організації та плануванні занять з фізичного виховання у спеціальній школі для дітей зі зниженим слухом.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ полягають у вивченні властивостей нервової системи дітей зі зниженим слухом різних вікових груп з метою обґрунтування особливостей диференційного підходу у фізичному вихованні.

ЛІТЕРАТУРА

1. Боскис Р. М. Глухие и слабослышащие дети / Р. М. Боскис. – М. : Сов. спорт, 2004. – 304 с.
2. Гасюк О. М. Взаємозв'язок психофізіологічних функцій з показниками серцево-судинної та респіраторної систем у дітей молодшого шкільного віку із слуховою депривацією : автореф. дис. ... канд. біолог.

- наук : спец. 03.00.13 «Фізіологія людини і тварин» / Гасюк Олена Миколаївна ; Київський нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. – К., 2004. – 21 с.
3. Костромина С.Н. Эта книга поможет вашему ребенку учиться на пятерки по русскому языку. – СПб.: «прайм-ЕВРОЗНАК», 2003. – 224с.
4. Лурия А.Р. Лекции по общей психологии. СПб.: Питер, 2007. – 320 с.
5. Методика экспресс-диагностики свойств нервной системы по психомоторным показателям Е.П. Ильина: теппинг-тест // Практическая психодиагностика: методики и тесты / ред.-сост. Д.Я. Райгородский. Самара, 2001. С. 528-530.
6. Крет Я. В. Корекція психофізичного розвитку глухих дітей старшого дошкільного віку : автореф. дис. ... канд. психолог. наук : спец. 19.00.08 / Яна Віталіївна Крет ; Ін-т дефектології АПН України. – К., 2000. – 19 с.
7. Кузьмичева Е. П. Развитие слухового восприятия глухих учащихся 1 класса : пособие для учителя / Е. П. Кузьмичева. – М. : Просвещение, 1996. – 283 с.
8. Ляхова І. М. Стан сформованості координаційно-рухової сфери дітей зі зниженим слухом молодшої та середньої ланок навчання у спеціальній школі // Вісник Ченігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт» / гол. ред. М. О. Носко. – Вип. 86, т. 1. – Чернігів : ЧДПУ, 2011. – С. 122-125.
9. Психология подростка. Полное руководство. Под редакцией члена-корреспондента РАО А.А. Реана – СПб.: «прайм ЕВРОЗНАК», 2003. – 432 с.
10. Речицкая Е. Г. Готовность слабослышащих дошкольников к обучению в школе / Е. Г. Речицкая, Е. В. Пархалина.- М. : Владос, 2000. – 192 с.
11. Теплов Б.М. Сучасний стан питання про типі віщої нервової ДІЯЛЬНОСТІ та їх визначення// Психологія індивідуальних розходжень - М., 1982. – 25 с.

УДК : 613.1111

Гетман В.А.
Національний технічний університет України "КПІ"

ЗДОРОВ'Я, ФАНТОМИ І СПРАВЖНІ ЦІННОСТІ

Проведено вибірковий аналіз впливу сучасного життя суспільства на здоров'я людини, з позицій Антропоетики здоров'я, для виявлення точок апорії в нашій дійсності які формують перспективи нашої реальності.

Ключові слова: життя, життєдіяльність, здоров'я, природа.

В.А. Гетман Здоровье, фантомы и подлинные ценности. Проведен выборочный анализ влияния современной жизни общества на здоровье человека, с позиций Антропоетики здоровья, для выявления точек апории в нашей действительности, формирующих перспективы нашей реальности.

Ключевые слова: жизнь, жизнедеятельность, здоровье, природа.

V.A. Getman Health, phantoms and true values. Abstract. Conducted a selective analysis of the impact of modern society on human health, from the standpoint of health Antropoetiki to identify points of paradoxes in our reality, shaping the prospects of our reality.

Key words: lives, livelihoods, health, nature.

Постановка проблеми та її зв'язок з науковими та практичними завданнями. За останнє сторіччя людина істотно змінила не тільки навколишній світ, а й власне сприйняття реальності того що відбувається з ним, в рамках однієї з найбільших цінностей даних людині - здоров'я. Дана проблема має безпосередній зв'язок з науковими дослідженнями і завданнями, присвяченими вивченню стану здоров'я соціального середовища, навколишнього середовища і самої людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проведений нами аналіз ситуації, протягом ряду останніх років, підтверджує гостроту і актуальність проблеми, яка вимагає її рішення із залученням учених і фахівців з різних галузей знань.

Мета роботи: надати вибірковий аналіз сучасної життєдіяльності людини з позицій «Антропетики здоров'я».