

ТРЕНУВАННЯ ТА РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ДІТЕЙ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Віктор Романюк¹, Ольга Антонишин²

¹Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фітнесу та циклічних видів спорту Волинського національного університету імені Лесі Українки, romanuk.viktor@vnu.edu.ua;

²Магістр 2 року навчання факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки, antonyshyn.olha2020@vnu.edu.ua.

Вступ. Аналіз науково-методичної літератури засвідчує, що проблема затримки психічного розвитку молодших школярів є актуальною і потребує пошуку ефективних шляхів вирішення [1; 2; 3; 4]. На сьогодні теорією та методикою фізичного виховання на достатньому рівні висвітлені загальні особливості методів та засобів розвитку координаційних здібностей в учнів молодшого шкільного віку. В спеціальній літературі наявні безліч рекомендацій із розвитку координації в умовах загальноосвітньої школи. Проте недостатньо розробленими залишаються питання методики тренування координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку, яка б водночас сприяла оптимізації психічних процесів та властивостей [3].

Мета дослідження – розробити та обґрунтувати методику тренування та розвитку координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку.

Методи дослідження. Дослідницько-експериментальну роботу здійснено на базі Луцького навчально-реабілітаційного центру (експериментальна група – 29 осіб). Контрольна група охоплювала 30 учнів. Просторово-часові та динамічні параметри рухів вивчали за човниковим бігом 3×10 м з оббіганням набивних м'ячів. Здатність до орієнтування в просторі за допомогою бігу до пронумерованих набивних 5 м'ячів. Контроль стійкості рівноваги статичної проводили за методикою Бондаревського, стійкість рівноваги динамічної при виконанні поворотів на гімнастичній лаві.

Результати дослідження. Дослідженнями передумов реалізації методики тренування координаційних здібностей молодших школярів із затримкою психічного розвитку встановлено, що координаційні якості, психічні процеси та властивості знаходяться на низькому рівні розвитку. Виявлена неоднорідність груп за показниками: у кожній віковій групі є учні з більш високим рівнем розвитку та з дуже низьким. Виявлені численні статистично значущі кореляційні зв'язки між координаційними здібностями та психічними процесами і властивостями, підтверджують нашу гіпотезу і дають підставу припустити, що розвиваючи координаційні якості ми зможемо сприяти покращенню психічних процесів та властивостей дітей із ЗПП. У зв'язку з цим, подальші дослідження були спрямовані на розробку та теоретичне обґрунтування ефективності методики тренування координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку.

Засоби, які використовувались під час реалізації методики поділялись на загальні та спеціальні. Характерною особливістю спеціальних засобів були умови їх виконання, які підібрані таким чином, щоб як найефективніше сприяти розвитку координаційних здібностей, психічних процесів та властивостей. У структурі методики умовно виділяли два блоки – психічний та фізичний. До психічного блоку включено такі основні процеси та властивості: пам'ять (зорова та слухова); мислення (образно-логічне та наочно-дійове). До фізичного блоку увійшли такі координаційні якості: спритність (здатність до оцінки та регулювання динамічних і часових параметрів руху, орієнтування в просторі); рівновага (статична та динамічна).

Формувальний педагогічний експеримент підтвердив ефективність експериментальної методики тренування координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку із затримкою психічного. В умовах експерименту достовірно покращились здатність до оцінки і регуляції просторово-часових та динамічних параметрів рухів, стійкості рівноваги статичної та динамічної. Середні прирости спритності по трьох експериментальних класах становили 12,1 %, здатності до орієнтування в просторі – 12,8 %, рівноваги статичної – 76,9 % та рівноваги динамічної – 15,8 %. У контрольних класах статистично значимих змін координаційних якостей не спостерігалось при загальній тенденції до покращення спритності на 12,8 %, орієнтування в просторі на 8,3 %, рівноваги статичної на 15,5 % та рівноваги динамічної 17,3 %. Аналіз динаміки однорідності груп за коефіцієнтом варіації також засвідчив ефективність авторської методики. На початку дослідження координаційні здатності, психічні процеси та властивості у молодших школярів із ЗПП контрольних та експериментальних груп практично не відрізнялись за варіацією, яка була однаково високою. За період дослідження в

контрольних групах не виявлено вагомих змін у варіації показників. У експериментальних групах варіація координаційних якостей в середньому зменшилась з 47,6 % до 17,8 %, а психічних процесів та властивостей з 38,6 % до 14,45 %. За протоколом комплексного оцінювання координаційних якостей, психічних процесів і властивостей молодших школярів із ЗПР виявлено покращення їх розвитку в умовах експериментального дослідження. У другокласників спостерігалось покращення рівня розвитку від вище середнього до високого, тоді як у третьокласників від нижче середнього до середнього. Рівень розвитку досліджуваних якостей четвертокласників був середнім із позитивною динамікою загальної кількості балів за період дослідження. виявлено збільшення кількості значимих зв'язків порівняно із початком дослідження у молодших школярів із ЗПР. У школярів експериментальних груп збільшення щільності зв'язків було явно вираженим, а в контрольних групах ці випадки було поодинокими і не мали чіткої тенденції.

Висновки. Розроблено та обґрунтовано ефективність методики тренування та розвитку координаційних здібностей учнів молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку. Подальшого розроблення потребують методики тренування та розвитку координаційних якостей, психічних процесів та властивостей учнів середніх та старших класів із затримкою психічного розвитку.

Джерела та література

1. Баштан С. О., Шмалей С. В. Взаємозв'язок функціональної та фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку з затримкою психічного розвитку. *Природничий альманах*. 2015. № 15. С. 5–13.
2. Довгаль В. І. Наукове обґрунтування експериментальної методики занять для школярів-підлітків із затримкою психічного розвитку. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2013. № 1 (21). С. 98–102.
3. Тучак О. А., Романюк В. П., Коць М. О. Особливості взаємозв'язків координаційних здібностей із психічними процесами та властивостями в молодших школярів із затримкою психічного розвитку. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 4 (55). С. 196–200.
4. Tuchak O., Romaniuk V. Methodology of training coordinating exercises of young schoolchildren with the psychic development delay at lessons of physical training. *Eureka: Social and Humanities*. 2018. № 2. С. 52–59.