

УДК 376-056.26:796.035:364-57(043.3)

Лещій Наталія

кандидат педагогічних наук
доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації
lleschii@ukr.net
ORCID iD: 0000-0002-8843-7156

Leshchii Nataliia

PhD, Associate Professor
Department of Defectology and Physical Rehabilitation
lleschii@ukr.net
ORCID iD: 0000-0002-8843-7156

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»
м. Одеса, Україна
вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса,
65000, Україна

State Institution «South-Ukrainian State Pedagogical University
named after K.D. Ushinskogo»
Odesa, Ukraine
26 Staroportofrankivska st., Odesa,
65000, Ukraine

**МОДЕЛЬ КОМПЛЕКСНОЇ, ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОЇ, БАГАТОФАКТОРНОЇ
СИСТЕМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ
МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ СКЛАДНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ
В НАВЧАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРАХ**

**MODEL OF COMPLEX, DIFFERENTIATED, MULTIFACTORIAL SYSTEM OF
ORGANIZING PHYSICAL CULTURE AND HEALTH WORK WITH CHILDREN OF
PRIMARY SCHOOL AGE WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISORDERS IN
EDUCATIONAL AND REHABILITATION CENTERS**

Анотація. В статті представлено систему організації експериментальної фізкультурно-оздоровчої роботи в умовах навчально-реабілітаційних центрів. Фізкультурно-оздоровча складова освітнього процесу дітей, які мають складні порушення розвитку суттєво відрізняється від комплексу заходів, що традиційно використовуються у спеціальних закладах освіти для дітей із певним типом порушення або більшості закладів з інклюзивним навчанням. Специфіка її організації обумовлена регламентом функціонування навчально-реабілітаційного центру, в якому забезпечується індивідуальний догляд та супровід учнів (вихованців) зі складними порушеннями з метою здобуття ними освіти або пропонуються абілітаційні/реабілітаційні, корекційно-розвиткові та психолого-педагогічні послуги (без здобуття освіти). Мета роботи полягає в тому, щоб у теоретичному обґрунтуванні системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в навчально-реабілітаційних центрах. Методи: для досягнення поставленої мети дослідження використано комплекс взаємопов'язаних методів теоретичного рівня дослідження (аналіз, порівняння, індукція, дедукція, систематизація та узагальнення науково-методичної

літератури). Результати. За результатами теоретичного пошуку та власних емпіричних досліджень спроектовано, науково обґрунтовано комплексну, диференційовану, багатофакторну систему організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку в навчально-реабілітаційних центрах; обґрунтовано методологічні підходи організації фізкультурно-оздоровчої роботи школярів із складними порушеннями розвитку. Відповідно до структури моделі загальна стратегія перебугу фізкультурно-оздоровчої роботи передбачала застосування методологічних підходів (діяльнісно-особистісного, системного та культурологічного), які відображали зміст і сутність експериментальної роботи. У процесі реалізації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку було реалізовано принципи індивідуалізації і диференціації; продуктивності розвитку особистості; ситуативної навчання; освітньої рефлексії. Реалізація системи фізкультурно-оздоровчої роботи здійснювалася протягом дев'яти місяців і поділялася на три послідовні періоди: підготовчий, тренувальний та підтримувальний. Висновки. Розроблена комплексна, диференційована, багатофакторна система фізкультурно-оздоровчої роботи з молодшими школярами зі складними порушеннями розвитку в умовах навчально-реабілітаційних центрів сприяє поліпшенню стану здоров'я дітей означеної нозології.

Ключові слова: діти зі складними порушеннями розвитку, фізкультурно-оздоровча робота, навчально-реабілітаційний центр.

Abstract. The article deals with the issues of organization of experimental physical culture and health work in the conditions of educational and rehabilitation centers. The physical culture and health component of the educational process of children with complex developmental disorders differs significantly from the set of activities traditionally used in special educational institutions for children with a certain type of disorder or most institutions with inclusive education. The specifics of its organization are due to the regulations of the training and rehabilitation center, which provides individual care and support of students with complex disabilities in order to obtain education or offers habilitation / rehabilitation, correctional and psychological services (without education). The purpose of the work is to theoretically substantiate the system of organization of physical culture and health work with children with complex developmental disorders in educational and rehabilitation centers. Methods. To achieve this goal, a set of interrelated methods of theoretical level of research (analysis, comparison, induction, deduction, systematization and generalization of scientific and methodological literature) was used. Results. Based on the results of theoretical research and own empirical research, a complex, differentiated, multifactorial system of organization of physical culture and health work with children of primary school age with complex developmental disorders in educational and rehabilitation centers has been designed, scientifically substantiated; methodological approaches to the organization of physical culture and health work of schoolchildren with complex developmental disorders have been substantiated. According to the structure of the model, the general strategy of physical culture and health work provided for the use of methodological approaches (activity-personal, systemic and culturological), which reflected the content and essence of experimental work. In the process of implementation of physical culture and health work with children of primary school age with complex developmental disorders, the principles of individualization and differentiation were implemented; productivity of personality development; situational learning; educational reflection. The implementation of the system of physical culture and health work was carried out for nine months and was divided into three consecutive periods: preparatory, training and support. Conclusions. The developed comprehensive, differentiated, multifactorial system of physical culture and health work with junior schoolchildren with complex developmental disorders in the conditions of educational and rehabilitation centers will help to improve the health of children of this nosology.

Keywords: functional state; cardiorespiratory system; physical culture and health program; educational and rehabilitation center; children with complex developmental disorders.

Актуальність дослідження. Одним із засобів успішної абілітації, реабілітації та подальшої соціалізації дітей з особливими освітніми потребами є використання оздоровчого потенціалу фізичної культури, функція якої полягає у формуванні у дітей відповідних умінь і навичок, стимулюванні їхньої пізнавальної активності, забезпеченні набуття досвіду практичної діяльності і спілкування (Ляхова, 2006), що визнається державою і відображено в Національній стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року («Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація»).

Водночас фізкультурно-оздоровча складова освітнього процесу дітей, які мають складні порушення розвитку (Бобренко, 2007; Глущенко & Гладких, 2014; Долинський, 1992; Лещій, 2020), суттєво відрізняється від комплексу заходів, що традиційно використовуються у спеціальних закладах освіти для дітей із певним типом порушення або більшості закладів з інклюзивним навчанням. Специфіка її організації обумовлена регламентом функціонування навчально-реабілітаційного центру (НРЦ), в якому забезпечується індивідуальний догляд та супровід учнів (вихованців) зі складними порушеннями з метою здобуття ними освіти або пропонуються абілітаційні/реабілітаційні, корекційно-розвиткові та психолого-педагогічні послуги (без здобуття освіти). За таких умов підвищується вірогідність консолідації різнопрофільних фахівців для досягнення спільної мети та реалізації завдань фізкультурно-оздоровчої роботи, а також її включення до цілісного процесу абілітації/реабілітації (освітні, корекційно-розвиткові, позакласні, самостійні, дистанційні заняття вдома самостійно або за підтримки батьків тощо).

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Аналіз результатів сучасних досліджень онтогенезу інтегративної діяльності функціональних систем організму дитини переконливо свідчить про провідну роль рухового аналізатора (рух як топову реакцію життєдіяльності) в створенні компенсаторної основи для продуктивного подолання обмежень функціонування (Humphrey, Lendrum, Barlow, Wigelsworth & Squires, 2013).

Значна роль у цьому процесі належить організації комплексної фізкультурно-оздоровчої роботи.

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в навчально-реабілітаційних центрах.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети у ході дослідження використано комплекс методів теоретичного рівня дослідження: аналіз, порівняння, індукція, дедукція, систематизація та узагальнення науково-методичної літератури з проблеми фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в навчально-реабілітаційних центрах.

Результати дослідження. Розроблена модель реалізації комплексної, диференційованої, багатофакторної системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку в НРЦ (див. рис. 1) включила такі складники: компоненти (методологічний, організаційно-діяльнісний, оцінювальний), підходи (діяльнісно-особистісний, системний, культурологічний), критерії (антропометричний, функціональний, фізичної підготовленості, психоемоційний), педагогічні умови (мотиваційно-позитивна налаштованість дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку на фізкультурно-оздоровчу роботу в навчально-реабілітаційних центрах, створення здоров'язбережувального середовища в навчально-реабілітаційних центрах для дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку, використання позитивно-емоційних ситуацій успіху в процесі фізкультурно-оздоровчої роботи в навчально-реабілітаційних центрах для дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку), принципи (індивідуалізації і диференціації, продуктивності розвитку особистості, ситуативності навчання, освітньої рефлексії), форми, заходи, методи, засоби фізкультурно-оздоровчої роботи.

Організація дослідження відбувалася відповідно до методологічних підходів, які відображали зміст і сутність експериментальної роботи: діяльнісно-особистісного, системного та культурологічного. У процесі

організації педагогічного дослідження з дітьми молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку було реалізовано принципи індивідуалізації і диференціації; продуктивності розвитку особистості; ситуативної навчання; освітньої рефлексії.

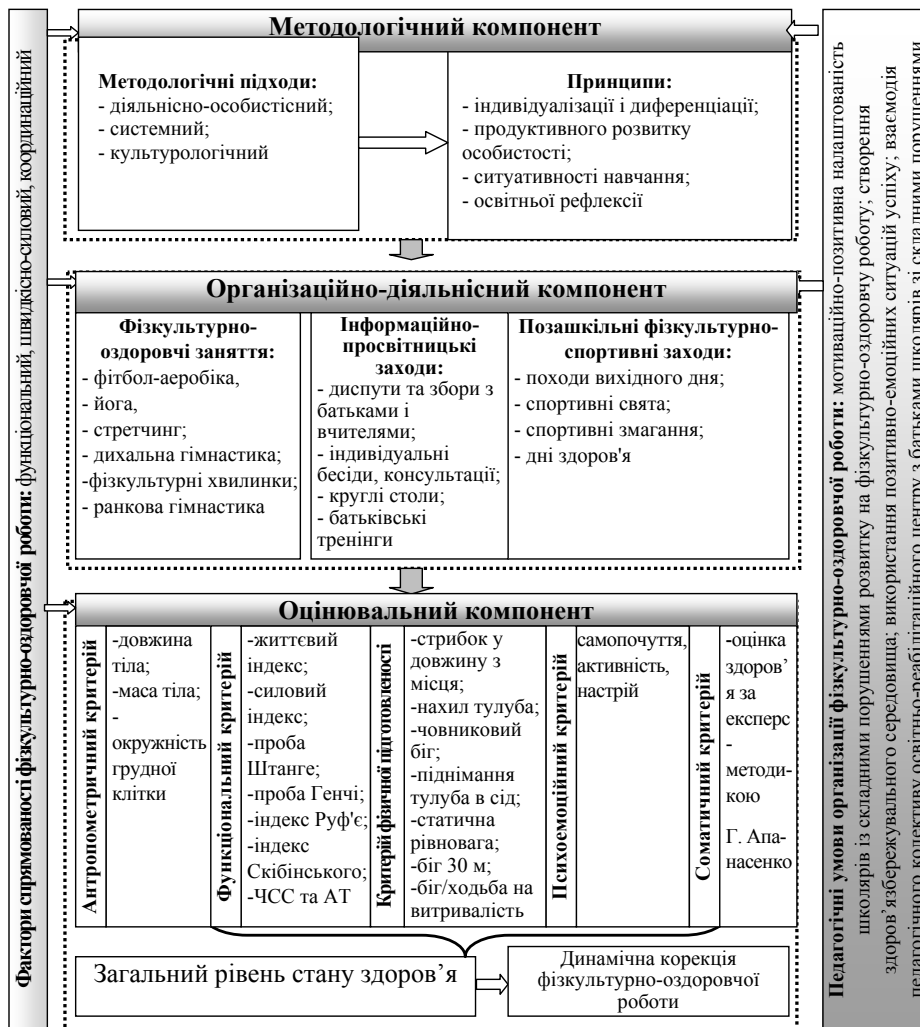


Рис. 1. Модель комплексної, диференційованої, багатofакторної системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку в умовах НРЦ

Принцип індивідуалізації і диференціації передбачав урахування супутніх захворювань та особливостей порушень фізичного, функціонального стану та рівня здоров'я молодших школярів із складними порушеннями розвитку відповідно до розроблених індивідуальних карт розвитку кожної дитини.

Принцип продуктивності розвитку особистості передбачав розвиток умінь і навичок у процесі організованої освітньої та фізкультурно-оздоровчої роботи в НРЦ, а також розвиток фізичної підготовленості, підвищення функціональних можливостей карді респіраторної системи та формування належного психофізичного розвитку дитини. Для успішної реалізації означеного принципу створювали відповідне фізкультурно-оздоровче середовище в НРЦ, а також методичний супровід дидактичних заходів навчання, що враховував індивідуальні психофізичні порушення розвитку дитини.

Принцип ситуативної навчання передбачав розроблення і впровадження в навчально-реабілітаційний процес спеціальних ситуацій успіху для кожної дитини у фізкультурно-оздоровчій роботі з урахуванням особливостей порушень функціонального стану та психофізичного розвитку.

Принцип освітньої рефлексії було втілено через усвідомлення дітьми своїх досягнень, що було орієнтиром для встановлення зворотного зв'язку між дітьми, батьками та вчителями.

Реалізація педагогічної умови «Мотиваційно-позитивна налаштованість дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку на фізкультурно-оздоровчу роботу в НРЦ» відбувалася у процесі організації фізкультурно-оздоровчої роботи впродовж навчального дня. Перед початком занять проводилася ранкова гімнастика на спортивному майданчику школи, а в разі непогоди – у приміщенні школи, у процесі якої реалізовували мотиваційні, оздоровчі та виховні завдання.

Загальну організацію й керівництво гімнастикою до початку занять здійснював учитель фізичної культури. Розроблений комплекс вправ (8-9), які поступово ускладнювалися (один раз на місяць), був спрямований на активізацію уваги дітей молодшого шкільного віку та сприяв поліпшенню функціональних

можливостей кардіореспіраторної системи. Пояснення та показ вправ було чітким і зрозумілим для дітей молодшого шкільного зі складними порушеннями розвитку. Упродовж виконання вправ ранкової гімнастики вчитель уважно стежив за технікою виконання, висловлював методичні зауваження та підбадьорював учнів. Завершувався комплекс ранкової гімнастики різними видами ходьби в поєднанні з ритмічним диханням.

Для поліпшення психоемоційного стану та стимулювання рухової активності дітей зі складними порушеннями розвитку застосовувалися рухливі ігри як на уроках фізичної культури, так і на перервах. У процесі перебування дітей в НРЦ організовувалися рухливі ігри та естафети з елементами ходьби та бігу зі зміною швидкості, стрибками в довжину з місця, із просуванням у різних напрямках, перестрибуванням через предмети, накреслені крейдою орієнтири, з передаванням м'яча із рук у руки: у шерензі, у колоні, у колі, над головою, змінюючи напрям; з рухами, що сприяли поліпшенню дрібної моторики.

Реалізація педагогічної умови «Створення здоров'язбережувального середовища в НРЦ для дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку» передбачала забезпечення медико-психолого-педагогічного супроводу дітей із складними порушеннями розвитку. Медичні працівники проводили систематичний контроль за станом здоров'я учнів, у разі необхідності надавалася медична допомога; знайомилися з анамнезом, перебігом хвороби, індивідуальними особливостями кожної дитини; постійно стежили за соматичним станом здоров'я, надавали рекомендації щодо дозування навчального і фізичного навантаження дітей як під час уроків, так і в процесі фізкультурно-оздоровчих занять, стежили за режимом їхнього харчування, навчання, відпочинку тощо. Результати медичного обстеження були відображені в індивідуальних картках здоров'я кожної дитини. Медичні працівники брали активну участь у тренінгах та круглих столах, що організовувалися в НРЦ.

У процесі реалізації педагогічної умови «Використання позитивно-емоційних ситуацій успіху у процесі фізкультурно-оздоровчої роботи в НРЦ для дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку» надавали

можливість дітям самостійно складати та виконувати певні вправи з предметами, що завжди супроводжувалося підтримкою з боку вчителя, сприяючи формуванню позитивного емоційного підґрунтя на заняттях.

Враховуючи те, що батьки й педагоги були рівноправними суб'єктами педагогічного процесу, відбувалося їхнє максимальне залучення до фізкультурно-оздоровчої роботи у процесі реалізації педагогічної умови взаємодії педагогічного колективу з батьками дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку; як-от участь у круглих столах («Гігієнічні основи загартовування», «Регламентція фізичного навантаження для дитини зі складними порушеннями розвитку» тощо), батьківських зборах («Фізичний розвиток дитини зі складними порушеннями розвитку», «Організація дозвілля» тощо), сімейних спортивних змагань («Веселі старты», «Мама, тато, я – спортивна сім'я», «День здоров'я», «Старты надій»), індивідуальних бесідах, лекціях («Рухова активність дитини зі складними порушеннями розвитку», «Принципи загартовування», «Навчальне перевантаження та гіподинамія» «Режим дня й працездатність молодших школярів», «Принципи раціонального харчування школяра», «Вплив фізичних навантажень на організм школяра», «Ранкова гімнастика та її оздоровче значення»), у процесі яких розглядали проблемні питання щодо особливостей психофізичного розвитку, специфіку організації фізкультурно-оздоровчих занять удома, формування у дітей здорового способу життя тощо. Завдяки таким зустрічам відбувався обмін інформацією між фахівцями різного профілю, що давало змогу налагодити плідну комунікацію між представниками НРЦ та батьками.

Для підвищення поінформованості батьків щодо формування здорового способу життя та залучення до фізкультурно-оздоровчих заходів на інформаційних стендах НРЦ було розташовано промоційні листівки («Гігієна тіла», «Самоконтроль у процесі фізкультурно-оздоровчих занять») з корисною інформацією про здоровий спосіб життя.

У кожному класі було облаштовано куточок сімейних досягнень, де діти зі складними порушеннями розвитку розміщували сімейні фотографії, які демонстрували участь родини у популяризації здорового способу життя, як вони

проводять вільний час із використанням засобів оздоровчої фізичної культури. Перед початком канікул було оформлено інформаційний стенд, на якому пропонувалися батькам фізкультурно-оздоровчі заходи з дітьми на період канікул, а також інформація про динаміку рівня фізичної підготовленості учнів.

Комплексна, диференційована, багатофакторна система фізкультурно-оздоровчої роботи в НРЦ передбачала розроблення фізкультурно-оздоровчої програми для дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку як складника експериментальної системи (див. рис. 2).

Програма мала інноваційну спрямованість фізичної культури для означеної категорії дітей: за індивідуально-диференційованим підходом було розроблено фізкультурно-оздоровчі заняття, на яких було враховано особливості кардіореспіраторної системи, рівень соматичного здоров'я та фізичної підготовленості молодших школярів зі складними порушеннями розвитку. Зміст програми передбачав наявність спеціальних комплексів фізичних вправ, які сприяли фізичному розвитку та поліпшенню здоров'я дітей відповідно до порушень іншого фізичного розвитку.

Було включено такі засоби: фітбол-аеробіку, йогу, стретчинг та дихальну гімнастику, а також додаткові предмети і устаткування (гантелі, м'ячі, скакалки, гімнастичні палиці, гумовий амортизатор), що сприяло ефективному вирішенню поставлених завдань та впливало на емоційний стан дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку.

Реалізація системи фізкультурно-оздоровчої роботи здійснювалася протягом дев'яти місяців і поділялася на три послідовні періоди: підготовчий, тренувальний та підтримувальний. За методикою Г. Апанасенко дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку було розподілено за рівнями соматичного здоров'я на низький, нижчий за середній, середній.

Змістом і завданнями підготовчого періоду (8 тижнів) виступили: адаптація організму дітей із складними порушеннями розвитку до оздоровчо-корекційної роботи; ознайомлення з технікою виконання вправ йоги, стретчингу, фітбол-аеробіки, дихальної гімнастики.

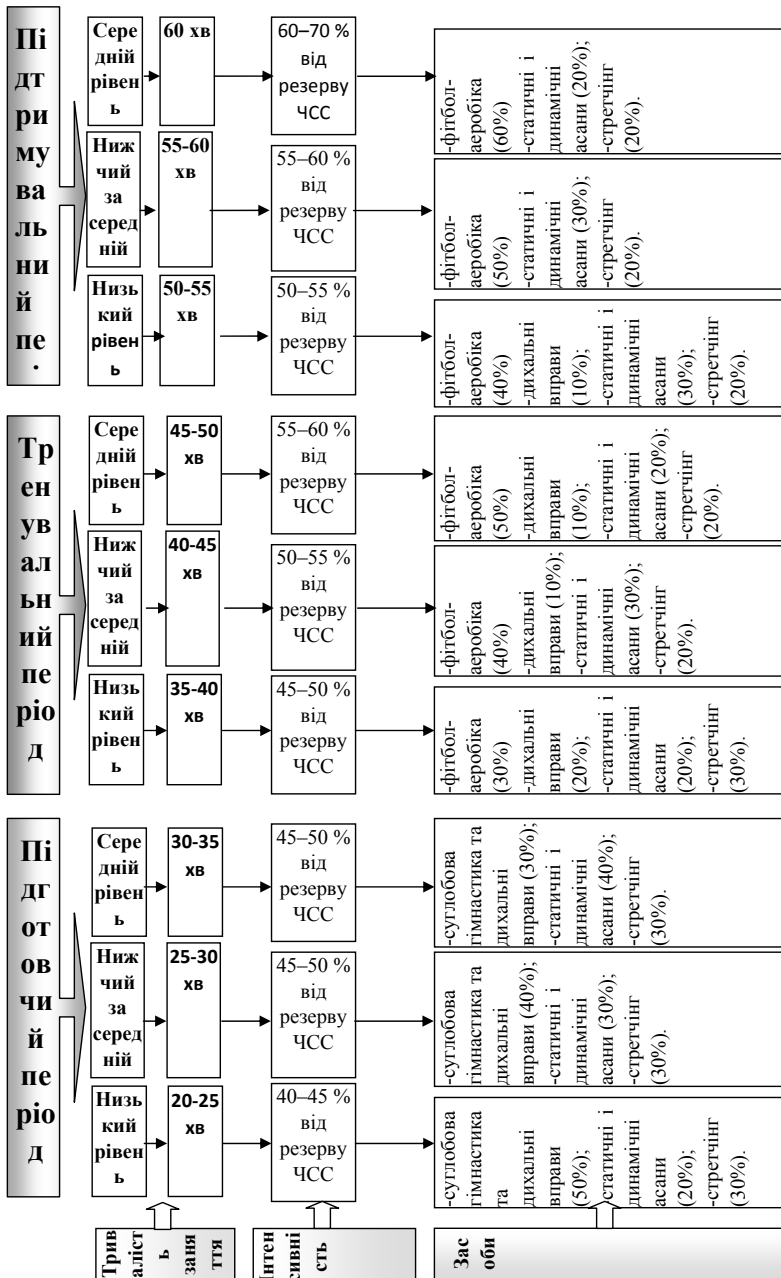


Рис. 2. Структура та зміст фізкультурно-оздоровчої роботи в НРЦ для дітей молодшого шкільного віку

Змістом і завданнями тренувального періоду (16 тижнів) було: збільшення адаптаційних можливостей дітей із складними порушеннями розвитку до навантаження, яке поступово зростало; закріплення техніки виконання вправ йоги, стретчингу, фітбол-аеробіки, дихальної гімнастики; формування мотивації до систематичних занять за фізкультурно-оздоровчими програмами; поліпшення рухових здібностей; корекція постави та низького рівня фізичного здоров'я; сприяння поліпшенню функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем (див. рис. 2).

Змістом і завданнями підтримувального періоду (12 тижнів) було: підтримання досягнутого рівня функціонування кардіореспіраторної системи молодших школярів зі складними порушеннями розвитку; вдосконалення техніки виконання вправ йоги, стретчингу, фітбол-аеробіки, дихальної гімнастики; стимулювання мотивації до систематичних занять за індивідуальними, диференційованими фізкультурно-оздоровчими програмами; поліпшення рухових здібностей; нормалізація постави; підвищення рівня фізичного здоров'я; підвищення функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем.

Реалізація змісту і завдань фізкультурно-оздоровчої роботи передбачала раціональне поєднання вправ різного спрямування; дотримання оптимальної їх інтенсивності та тривалості виконання відповідно до індивідуальних особливостей дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку; вихідного положення; супутніх захворювань та факторної структури загального рівня фізичного здоров'я. Під час показу вправ забезпечувалося цілісне зорове сприйняття техніки виконання тієї чи тієї вправи у супроводі коментуючого показу відповідними жестами. Навчання техніки вправ асан, суглобової гімнастики, фітбол-аеробіки та стретчингу супроводжувалося дзеркальним показом для легшого їх сприймання.

З урахуванням проведеного факторного аналізу та виокремлення найбільш вагомих показників, що зумовили рівень фізичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку,

співвідношення фізкультурно-оздоровчих засобів було таким: 45 % становили вправи, спрямовані на поліпшення функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи; 35 % – на збільшення силових та швидко-силових рухових здібностей; 20% – на поліпшення гнучкості та координації.

Для дітей із нижчим за середній рівнем фізичного здоров'я у контексті підготовчого періоду тривалість занять становила 25–30 хв, у тренувальному – 30–45 хв, у підтримувальному – 55–60 хв; інтенсивність фізичного навантаження склала відповідно 45–50%, 50–55 % та 55-60% від резерву ЧСС. Діти із середнім рівнем фізичного здоров'я упродовж підготовчого періоду займалися 30–35 хв, тренувального – 45–50 хв, підтримувального – 60 хв; інтенсивність фізичного навантаження склала відповідно 45–50%, 55–60 % та 60-70% від резерву ЧСС. Збільшення кількості повторень певної вправи відбувалося поступово з підвищенням рівня фізичної підготовленості дитини зі складними порушеннями розвитку. Для зацікавленості дітей розучувалися нові вправи або ускладнювалися вже добре їм відомі. У фізкультурно-оздоровчій роботі було застосовано такі методи: наочні та практичні під час навчання рухових дій, а також повторний, інтервальний, ігровий та змагальний – для підвищення функціонального стану кардіореспіраторної системи, рівня фізичного здоров'я та розвитку рухових здібностей.

Протягом підготовчого періоду на виконання суглобової гімнастики для дітей із низьким та нижчим за середній рівнями фізичного здоров'я було передбачено більшу частину часу заняття – від 40% до 50%. Виконання суглобової гімнастики сприяло збільшенню амплітуди рухів у різних суглобах тіла, поліпшенню координаційних здібностей, підготовці до виконання асан та стретчингу. Враховуючи потужний терапевтичний ефект йоги, на заняттях з дітьми молодшого шкільного віку застосовували нескладні для запам'ятовування асани, практичне виконання яких складалося із певних підготовчих рухів для входження в асану та статичного утримання цього положення.

Час статичного утримання асани поступово збільшувався (із 3-4 с до 8-10 с), кількість підходів залежала від рівня фізичного здоров'я дитини зі

складними порушеннями розвитку. Розучування технічних особливостей йоги розпочиналося з асан у вихідному положенні стоячи, а дихальних вправ – у вихідному положенні лежачи; потім – лежачи та сидячи відповідно. Після опанування техніки виконання асан та правильного дихання здійснювався перехід до узгодження статичних рухів із диханням.

У контексті тренувального та підтримувального періодів передбачалося виконання цілісних статодинамічних комплексів асан з паузами відпочинку, поступово – без пауз відпочинку. Під час застосування асан у статодинамічних комплексах дотримувалися принципу розсіювання навантаження. Послідовне виконання асан було спрямовано на залучення різних м'язових груп, уникнення локального стомлення м'язів у дітей із складними порушеннями розвитку.

Для дітей із поліпшенням рівня фізичного здоров'я відбувалося поступове збільшення фізичного навантаження як інтенсивності, так і тривалості заняття, кількості статодинамічних асан, підходів виконання вправ суглобової гімнастики, різноманітністю вихідних положень. Для зменшення м'язової напруженості та втоми після виконання основної частини заняття використовували для релаксації різні асани, що сприяли врівноваженню процесів збудження та гальмування в центральній нервовій системі.

Застосовані засоби йоги у фізкультурно-оздоровчій системі було адаптовано до фізичного стану дітей молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку. Виконувалися асани з різних вихідних положень, що давали змогу задіяти більшість м'язових груп: в упорі лежачи та упорі лежачи позаду, лежачи на спині та животі, в упорі на колінах. Застосування засобів фітбол-аеробіки відбувалося в аеробному та аеробно-анаеробному режимі роботи, що передбачало виконання вправ у різних положеннях тіла (сидячи на фітболі, лежачи на фітболі спиною чи животом, стоячи) та сприяло гармонійному фізичному розвитку дитини зі складними порушеннями розвитку. Вправи силового та швидко-силового характеру було здебільшого зорієнтовано на зміцнення м'язів спини та живота, що беруть участь у формуванні правильної постави. Фітбол було використано для виконання

різних загальнорозвивальних вправ з м'ячем у руках за різних вихідних положень (стоячи, сидячи, лежачи).

Для забезпечення належного аеробного навантаження фітбол використовувався для реалізації рухливих ігор та естафети. Аеробний компонент заняття, окрім застосування рухливих ігор, супроводжувався виконанням базових кроків танцювальної аеробіки з фітболом у руках, чи сидячи на ньому.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, обґрунтовано та розроблено модель комплексної, диференційованої, багатофакторної системи організації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми молодшого шкільного віку зі складними порушеннями розвитку в навчально-реабілітаційних центрах, яка містить такі складники: компоненти (методологічний, організаційно-діяльнісний, оцінювальний), підходи, принципи, критерії, педагогічні умови, форми, заходи, методи, засоби фізкультурно-оздоровчої роботи. Алгоритм реалізації фізкультурно-оздоровчої роботи в НРЦ передбачав включення усіх учасників (батьків дітей із складними порушеннями розвитку, молодших школярів, учителів, вихователів, інструкторів, медичного персоналу) в освітньо-виховний процес; врахування індивідуально-психологічних та статевих особливостей дітей молодшого шкільного віку; розроблення диференційованих фізкультурно-оздоровчих програм, що враховували особливості показників функціонального стану дітей, рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості дітей зі складними порушеннями розвитку.

Подальших наукових розвідок потребує розроблення методики спортивно-оздоровчої роботи дітей зі складними порушеннями розвитку в умовах НРЦ.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ляхова, І. М. (2006). Теоретико-методичні основи корекції рухової сфери дітей зі зниженим слухом засобами фізичного виховання (Автореф. дис. д-ра пед. наук). Київ.
2. Бобренко, І. В. (2007). Корекційно-розвивальна спрямованість змісту програми з фізичної культури для дітей зі складними порушеннями психофізичного розвитку.

Дидактичні та соціально-психологічні аспекти корекційної роботи у спеціальній школі, 9, 129–137.

3. Глушенко, К. О. & Гладких, Н. В. (2014). Актуальні проблеми навчання та виховання дітей з комплексними порушеннями розвитку в Україні. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія, 26, 52-57.

4. Долинский, Б. Т. (1992). Особенности физического воспитания школьников со сложными сенсорными нарушениями (Дис. канд. пед. наук). Одесса.

5. Лещій, Н. П. (2020). Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в умовах освітньо-реабілітаційного центру (монографія). Одеса : ПНПУ.

6. Humphrey, N., Lendrum A., Barlow A., Wigelsworth M. & Squires G. (2013). Achievement for All: Improving psychosocial outcomes for students with special educational needs and disabilities. Research in Developmental Disabilities, 34 (4), 1210–1225.

REFERENCES

1. Liakhova, I. M. (2006). Teoretyko-metodychni osnovy korektsii rukhovoї sfery diteї zı znyzhenym slukhom zasobamy fizychnoho vykhovannia [Theoretical and methodological bases of correction of the motor sphere of children with hearing impaired means of physical education]: Extended abstract of Doctor's thesis. Kyiv. [in Ukrainian].

2. Bobrenko, I. V. (2007). Korektsiino-rozvyvalna spriamovanistı zısmıtu prohramy z fizychnoi kul'tury dlia diteї zı skladnymy porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku [Correctional and developmental orientation of the content of the program on physical culture for children with complex disorders of psychophysical development]. Dydaktychni ta sotsialno-psykholohichni aspekty korektsiinoї roboty u spetsialnii shkoli, 9, 129–137. [in Ukrainian].

3. Hlushenko, K. O. & Hladkykh, N. V. (2014). Aktualni problemy navchannia ta vykhovannia diteї z kompleksnymy porushenniamy rozvytku v Ukraini [Current problems of education and upbringing of children with complex developmental disorders in Ukraine]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 19 : Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykholohiia - Scientific journal of NPU named after M.P. Drahomanov. Series 19: Correctional pedagogy and special psychology, 26, 52-57. [in Ukrainian].

4. Dolinskij, B. T. (1992). Osobennosti fizicheskogo vospitaniia shkol'nikov so slozhnymy sensornymi narushenijami [Features of physical education of schoolchildren with complex sensory impairments]. Candidate's thesis. Odessa. [in Russian].

5. Leshchii, N. P. (2020). Teoretyko-metodychni osnovy fizkulturno-ozdorovchoї roboty z ditmy zı skladnymy porushenniamy rozvytku v umovakh osvitno-reabilitatsiinoho tsentru (monohrafiia) [Theoretical and methodical bases of physical culture and improving work with children with difficult disturbances of development in the conditions of the educational and rehabilitation center]. Odessa : PNPNU. [in Ukrainian].

6. Humphrey, N., Lendrum A., Barlow A., Wigelsworth M. & Squires G. (2013). Achievement for All: Improving psychosocial outcomes for students with special educational needs and disabilities. Research in Developmental Disabilities, 34 (4), 1210–1225. [in English].

Матеріал надійшов до редакції 11.06.2021 р.