

Міністерство освіти і науки України
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

ЧЕРНОЗУБ НАТАЛІЯ ВОЛОДИМИРІВНА

УДК 615.8:613.73:796.071

СТРУКТУРА ФІЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦІЙНИХ НАПРЯМКІВ ПОЗАУРОЧНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ ШКОЛЯРІВ, ЯКІ МАЮТЬ ЛЕГКУ ФОРМУ ВІДСТАВАННЯ В
ПСИХІЧНОМУ РОЗВИТКУ

Спеціальність 227 – Фізична терапія, ерготерапія

Автореферат дипломної роботи
на здобуття кваліфікації магістра

Миколаїв – 2020

Робота виконана на кафедрі медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації, факультету фізичного виховання і спорту, Чорноморського національного університету імені Петра Могили, Міністерства освіти і науки України

Науковий керівник

кандидат медичних наук, доцент

Данильченко Світлана Іванівна, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, доцент кафедри медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

Рецензент:

кандидат медичних наук, доцент

Стародубцев Сергій Геннадієвич, Чорноморський національний університет імені Петра Могили, доцент кафедри медико-біологічних основ спорту та фізичної реабілітації

Захист відбудеться 26 лютого 2019 р. о 9.00 год. на засіданні державної екзаменаційної комісії у Чорноморському національному університеті імені Петра Могили (54003, Миколаїв, вул. 68 Десантників, 10)

З дипломною роботою можна ознайомитися в бібліотеці Чорноморського національного університету імені Петра Могили (54003, Миколаїв, вул. 68 Десантників, 10).

Науковий секретар

к.пед.н., доцент

Л. В. Шерстюк

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. За даними статистики, чисельність дітей інвалідів в Україні у віці до 18 років за останні чотири роки зростає з 560 422 осіб в 2016 році до 604 850 в 2019 році, найбільш численною групою є діти-інваліди, у яких провідним обмеженням життєдіяльності є здатність до навчання.

Вивчення науково-методичної літератури свідчить про те, що обсяг рухової активності школярів з легкою розумовою відсталістю, який визначається додатковими заняттями в позаурочний час, до теперішнього часу не підкріплений відповідними методичними розробками, а питання, пов'язані з розробкою підходів до організації та утримання фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури і раніше залишаються слабо освітленими в сучасних наукових дослідженнях.

Таким чином, актуальність теми дослідження обумовлена наступним: в останні роки чисельність дітей-інвалідів не має тенденції до зниження, при цьому найбільш численною групою є діти-інваліди, у яких провідним обмеженням життєдіяльності є здатність до навчання; серед школярів з легкою розумовою відсталістю відзначається зростання частки дітей з важкими комплексними порушеннями і функціональними розладами; відсутні дослідження, присвячені всебічному вивченню структури супутніх основному діагнозу соматичних захворювань учнів з легкою розумовою відсталістю; має місце слабка розробка програмно-методичного супроводження позаурочної діяльності для системи освіти дітей з легкою розумовою відсталістю.

Тобто в даний час відсутні наукові підходи до організації та утримання фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної, що враховують дані про структуру та кількості супутніх основному діагнозу соматичних захворювань. Вище викладене є проблемою дослідження, яку можливо вирішити через розробку організації та змісту фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури на основі вивчення спектру найбільш часто зустрічаються соматичних захворювань учнів з легкою розумовою відсталістю та обліку розвитку їх фізичних здібностей.

Зв'язок роботи з науковими планами, темами. Робота є фрагментом планової наукової роботи «Розробка та реалізація інноваційних технологій та корекція функціонального стану людини при фізичних навантаженнях в спорті та реабілітації», (№ держ. реєстр. 0117U007145, 2017-2019 рр.). Роль автора полягала у створенні механізму удосконалення системи фізичної реабілітації спортсменів на різних етапах підготовки.

Об'єкт дослідження: процес адаптивного фізичного виховання учнів з легкою розумовою відсталістю.

Предмет дослідження: організація та утримання фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури в спеціальному (корекційному) закладі.

Мета дослідження: теоретичне та експериментальне обґрунтування організації та змісту фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури, що дозволяє зміцнити здоров'я школярів з легкою розумовою відсталістю, що мають супутні основному діагнозу соматичні захворювання.

Завдання дослідження

1. Вивчити сучасний стан нормативно-правового забезпечення та проблем освіти осіб з обмеженими можливостями здоров'я, провести теоретичний аналіз даних про стан здоров'я, виявити структуру супутніх основному діагнозу соматичних захворювань у дітей з легкою розумовою відсталістю за одинадцятирічний період.

2. Дослідити динаміку розвитку фізичних здібностей у дітей і підлітків з легкою розумовою відсталістю 8-15 років за одинадцятирічний період .

3. Науково обґрунтувати і експериментально перевірити ефективність організації та змісту фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури для школярів з легкою розумовою відсталістю, що мають супутні основному діагнозу соматичні захворювання.

Наукова новизна

Вперше виявлена динаміка розвитку фізичних здібностей дітей і підлітків з легкою розумовою відсталістю на підставі результатів лонгитюдних досліджень (що

охоплюють період в 11 років).

Вперше розроблено та експериментально обґрунтована організація позаурочної діяльності з фізичної культури для учнів з легкої розумовою відсталістю, яка враховує особливості структури їх соматичних захворювань і розвиток фізичних здібностей.

Науково обґрунтовано зміст фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності, засноване на комплексному підході до підбору навчального матеріалу і узгоджене з освітньою програмою по фізичній культурі.

Теоретична значимість дослідження полягає в доповненні теорії і методики адаптивної фізичної культури новими відомостями про динаміку розвитку фізичних здібностей школярів з легкою розумовою відсталістю, отриманими з використанням лонгитюдного методу, кількість та структуру супутніх основному діагнозу соматичних захворювань у дітей, можливості використання фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури в спеціальній установі для зміцнення здоров'я школярів.

Практична значимість:

- розроблена організація фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності в спеціальному (корекційному) закладі (визначені етапи, завдання та діяльність в рамках кожного з цих етапів; запропоновано найбільш раціональний розподіл навчального часу на освоєння всіх видів програмного матеріалу в залежності від періоду (підготовчий: вересень-грудень, основний: січень-травень); розроблені документи перспективного, поточного та оперативного планування для фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури (план-графік навчального процесу, поурочно-тематичний план, конспекти уроків, комплекси фізичних вправ для конкретного виду наявної в учнів соматичної патології);

- запропоновано зміст фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності, узгоджене з освітньою програмою з фізичної культури (розроблені структура, зміст і методичні рекомендації до проведення занять по кожному з розділів, які враховують особливості перебігу соматичних захворювань учнів).

Методологія і методи дослідження

Для вирішення поставлених завдань були використані наступні методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової літератури, аналіз виписок з медичних карт учнів і статистичних звітів медичних працівників спеціальних (корекційних) закладів, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Структура й обсяг роботи. Робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел (148). Загальний обсяг дипломної роботи складає 62 сторінок, вона містить 15 таблиць.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі розкрито актуальність теми магістерської роботи, наведено зв'язок з науковими програмами, сформульовано мету та завдання, предмет та об'єкт, методи та інформаційну базу дослідження, представлено наукову новизну і практичне значення одержаних результатів, апробацію результатів дослідження, а також подано структуру роботи.

У першому розділі «**Теоретичний аналіз проблеми фізичного виховання дітей з розумовою відсталістю**» проведено теоретичний аналіз і узагальнення вітчизняної та зарубіжної науково-методичної літератури з проблеми наукового дослідження, розглянуто сучасні підходи до розуміння проблеми структури фізкультурно-рекреаційних напрямків позаурочної діяльності школярів, які мають легку форму відставання в психічному розвитку.

У другому розділі «**Методи та організація дослідження**» обґрунтовано й описано методи дослідження, відповідно до мети і завдань роботи, описано організацію та контингент досліджуваних. В роботі було використано такі методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних наукової літератури, аналіз виписок з медичних карт учнів і статистичних звітів медичних працівників спеціальних (корекційних) закладів, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Дослідження проводилося в кілька взаємообумовлених етапів:

I теоретичний етап . Вивчався стан проблеми за даними літературних джерел, визначалися суть проблеми, мета, об'єкт, предмет, завдання і гіпотеза дослідження.

II експериментальний етап включає проведення констатуючого дослідження і був присвячений аналізу даних, що містяться в виписках з медичних карт учнів спеціальних (корекційних) закладів; проведення лонгитюдного дослідження процесу формування фізичних здібностей учнів 8-15 років з легкою розумовою відсталістю, в якому взяли участь діти та підлітки зазначеного вікового діапазону (всього 401 школяр).

III аналітичний етап . На цьому етапі проводилися узагальнення та обробка отриманих результатів з використанням методів математичної статистики, оцінювалася ефективність розроблених організації та змісту фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури.

У третьому розділі «**Фізичні здібності і соматичних захворювань школярів з легкою розумовою відсталістю**» подано результати дослідження фізичних здібностей і соматичних захворювань школярів з легкою розумовою відсталістю.

Таблиця 1

Показники, що характеризують динаміку розвитку швидкісних здібностей у учнів з розумовою відсталістю

Вік , років	хлопчики						дівчатка					
	Статистичні параметри						Статистичні параметри					
	n	M	m	σ	D	V,%	n	M	m	σ	D	V,%
8	22	9,63	0,26	1,25	1,56	16,1	22	10,54	0,42	2,01	4,02	17,01
9	30	9,08	0,29	1,59	2,54	17,5	23	8,98	0,37	1,79	3,23	19,9
10	25	8,44	0,34	1,72	2,96	35,1	24	8,51	0,36	1,75	3,08	20,5
11	30	7,59	0,23	1,27	1,63	16,7	22	7,41	0,23	1,11	1,21	14,9
12	26	7,48	0,37	1,92	3,71	25,6	23	7,21	0,25	1,18	1,41	16,3
13	28	6,49	0,13	0,72	0,52	11,1	24	7,01	0,18	0,91	0,83	12,9
14	23	6,07	0,11	0,55	0,31	9,1	30	7,21	0,22	1,23	1,52	17,1
15	24	6,02	0,21	1,02	1,04	16,9	25	7,03	0,29	1,45	2,12	20,6
всього	208						193					

Як видно з таблиці 1, результати в бігу на 30 м відразу мають спадний (вдосконалюваний) характер, при цьому результати хлопчиків краще, ніж результати дівчаток; середньоквадратичне відхилення, дисперсія вибірки і коефіцієнт варіації, який менше 33%, свідчать про не великий розкид показників щодо середньої величини, а значить про рівномірності розподілу результатів тестів.

Розглянемо далі динаміку формування швидкісно-силових здібностей м'язів ніг. Як впливає з таблиці 2, основні статистичні величини говорять про стабільне поліпшення результатів, тобто про зростаючий розвитку даного виду здібностей, причому в деяких вікових групах результати дівчаток краще результатів хлопчиків. Дисперсія вибірки і коефіцієнт варіації, також як і в попередньому випадку, показують невеликий розкид результатів тестів щодо середньої величини (в межах допустимого значення).

Таблиця 2

Показники, що характеризують динаміку розвитку швидкісно силових здібностей м'язів ніг учнів з розумовою відсталістю, см

Вік, років	Хлопчики						Дівчата					
	Статистичні параметри						Статистичні параметри					
	n	M	m	σ	D	V, %	n	M	m	σ	D	V, %
8	22	95,83	4,99	24,48	599,27	25,5	22	96,81	5,53	25,98	675,11	26,8
9	30	115,5	4,72	25,87	669,56	22,3	23	103,04	5,97	28,63	819,86	27,6
10	25	120,8	5,66	28,31	801,41	23,4	24	128,04	6,25	29,99	899,41	23,4
11	30	146,66	5,05	27,67	766,09	18,8	22	148,41	6,18	29,01	841,39	19,5
12	26	158,07	4,78	24,37	594,15	15,4	23	150	5,76	27,03	730,95	18,1
13	28	168,9	5,42	28,68	822,88	16,9	24	153,75	6,07	29,75	885,32	19,3
14	23	177,17	4,83	23,21	538,24	13,1	30	158,16	4,97	27,24	742,21	17,2
15	24	201,25	5,01	24,51	600,54	12,1	25	173,8	5,07	25,38	644,33	14,6
Всього	208						193					

Що стосується динаміки формування силової витривалості м'язів тулуба (таблиця 3), то цікаво відзначити, що в чотирьох з восьми вікових груп результати дівчаток краще результатів хлопчиків: 8, 9, 11 і 13 років. Але і коефіцієнт варіації вище 33% (у хлопчиків у 8 і 9 років і у дівчаток в 8, 10 і 13 років), що говорить про великий розкид результатів, показаних учнями щодо середньої величини, а значить про неоднорідність результатів тестів в цих віково- статевих групах.

Таблиця 3

Показники, що характеризують динаміку розвитку динамічної силової витривалості м'язів тулуба в учнів з розумовою відсталістю, к-ть разів

Вік , років	хлопчики						дівчатка					
	Статистичні параметри						Статистичні параметри					
	n	M	m	σ	D	V,%	n	M	m	σ	D	V,%
8	22	13,47	1,25	5,99	35,98	44,4	22	14,29	1,57	7,71	59,51	53,9
9	30	18,66	1,41	7,71	59,33	41,3	23	21,91	1,37	6,57	43,17	29,9
10	25	23,68	1,31	6,56	43,06	27,7	24	20,78	1,81	8,66	75,08	41,6
11	30	25,03	1,28	7,05	49,82	28,1	22	28,09	1,18	5,55	30,84	19,7
12	26	25,26	1,11	5,71	32,61	22,6	23	24,41	1,85	8,68	75,49	35,5
13	28	27,64	1,22	6,48	42,08	23,4	24	30,58	1,81	8,83	78,07	28,8
14	23	28,04	1,56	7,51	56,31	26,7	30	27,4	1,05	5,76	33,21	21,02
15	24	28,21	1,76	8,66	75,04	30,6	25	23,88	1,36	6,82	46,52	28,6
всього	208						193					

ВИСНОВКИ

1. Вивчення сучасного стану проблеми фізичного виховання осіб з обмеженими можливостями здоров'я дозволило зробити висновок, що починаючи з другої половини ХХ ст. намітилася стійка тенденція до розуміння їх потенційних здібностей, це виразилося в розробці ряду базових концепцій і нормативних документів, стратегічно визначили розвиток системи спеціальної освіти на

сучасному етапі.

2. Загальна динаміка формування рухових здібностей дітей та підлітків 8-15 років, отримана шляхом використання лонгитюдного методу за одинадцятирічний період, характеризується наступними особливостями: розвиток швидкісних здібностей має плавний поступальний характер з вираженим поліпшенням результатів у дівчаток до 11 і 12 років і 12, 13, 14 і 15 років у хлопчиків. Швидкісно-силові здібності рівномірно розвиваються протягом усього шкільного віку і мають перший «сплеск» поліпшення результатів як у хлопчиків, так і у дівчаток в 11 років і другий в 15 років у дівчаток. Для розвитку динамічної силової витривалості також характерна плавна поступальна динаміка розвитку і значне поліпшення до 12 років у хлопчиків і до 9, 11 і 13 у дівчаток. Показники, що характеризують розвиток активної гнучкості, свідчать про її хорошему розвитку в початковій школі, далі спостерігається погіршення результатів до 11 і 12 років у хлопчиків і до 10 років у дівчаток. Розвиток здатності до зберігання статичної рівноваги має єдину динаміку як у хлопчиків, так і у дівчаток (за виключення вікового періоду 8-10 років), в початковій школі у дітей відзначаються високі результати, далі спостерігається перший спад результатів до 11 років, за яким слід короткострокове покращення до 13 років, після якого знову настає спад до 14 і поліпшення результатів до 15 років, що не досягає результатів, показаних цими ж дітьми в початковій школі.

3. Організація фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури для спеціального (корекційного) закладу включає п'ять етапів: підготовчий, діагностичний, планово-прогностичний, що формує і контрольний-аналітичний. Вони взаємопов'язані: рішення задач кожного попереднього етапу забезпечує вирішення завдань подальшого і передбачає групову форму організації занять.

4. В результаті впровадження обґрунтованої організації та розробленого змісту фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури в експериментальній групі в порівнянні з контрольною відбулося поліпшення результатів, що характеризують розвиток загальної витривалості,

силової витривалості м'язів рук і тулуба, швидкісно-силових здібностей м'язів рук (відмінності носять статистично достовірний характер $\leq 0,05$), розвиток власне силових здібностей і статичної рівноваги в групі 9-річних дітей експериментальної групи як у хлопчиків, так і у дівчаток носить статистично достовірний характер ($P \geq 0,05$), що може бути обумовлено особливостями вікового розвитку даних здібностей.

АНОТАЦІЇ

Чернозуб Н.В. Структура фізкультурно-рекреаційних напрямків позаурочної діяльності школярів, які мають легку форму відставання в психічному розвитку. – На правах рукопису.

Дипломна робота на здобуття кваліфікації магістра за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія». – Чорноморський національний університет імені Петра Могили, Миколаїв, 2020.

Магістерська робота присвячена питанню удосконаленню структури фізкультурно-рекреаційних напрямків позаурочної діяльності школярів, які мають легку форму відставання в психічному розвитку. В процесі досліджень виявлена динаміка розвитку фізичних здібностей дітей і підлітків з легкою розумовою відсталістю на підставі результатів лонгитюдних досліджень (що охоплюють період в 11 років). Розроблено та експериментально обґрунтована організація позаурочної діяльності з фізичної культури для учнів з легкої розумовою відсталістю, яка враховує особливості структури їх соматичних захворювань і розвиток фізичних здібностей. Науково обґрунтовано зміст фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності, засноване на комплексному підході до підбору навчального матеріалу і узгоджене з освітньою програмою по фізичній культурі. Розроблена організація фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності в спеціальному (корекційному) закладі (визначені етапи, завдання та діяльність в рамках кожного з цих етапів; запропоновано найбільш раціональний розподіл навчального часу на освоєння всіх видів програмного матеріалу в залежності від періоду (підготовчий: вересень-грудень, основний: січень-травень); розроблені

документи перспективного, поточного та оперативного планування для фізкультурно-оздоровчого спрямування позаурочної діяльності з фізичної культури (план-графік навчального процесу, поурочно-тематичний план, конспекти уроків, комплекси фізичних вправ для конкретного виду наявної в учнів соматичної патології).

Ключові слова: система фізичної реабілітації, розумова відсталість, структура фізкультурно-рекреаційних напрямків, позаурочна діяльність школярів.

SUMMARY

Chernozub NV Structure of physical and recreational directions of extra-curricular activities of schoolchildren who have a slight form of mental retardation. - On the rights of the manuscript.

Thesis for master's qualification in the specialty 227 "Physical therapy, ergotherapy". - Black Sea National University named after Petro Mohyla, Mykolaiv, 2020.

The master's thesis is devoted to the question of improving the structure of physical and recreational areas of extra-curricular activities of schoolchildren who have a slight form of mental retardation. In the course of the research the dynamics of the development of physical abilities of children and adolescents with mild mental retardation on the basis of the results of longitudinal studies (covering a period of 11 years) were revealed. The organization of extracurricular physical education activities for students with mild mental retardation, which takes into account the peculiarities of the structure of their somatic diseases and the development of physical abilities, is developed and experimentally grounded. The content of physical culture and recreational orientation of extracurricular activities is scientifically substantiated, based on a comprehensive approach to the selection of educational material and coordinated with the educational program on physical culture. The organization of physical culture and health orientation of extra-curricular activity in a special (correctional) institution was developed (the stages, tasks and activities within each of these stages were determined; the most rational allocation of teaching time for the development of all kinds of program material depending on the period was proposed (preparatory: September, December basic: January-May); documents of perspective, current and operative planning for physical-fitness direction of

extracurricular physical activity activities have been developed tury (schedule of educational process pourochno thematic plan outlines lessons, physical exercises for a particular type available to students somatic pathology).

Keywords: system of physical rehabilitation, mental retardation, structure of physical and recreational directions, extra-curricular activity of students.