

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет фізичного виховання і спорту України

**КУЗНЕЦОВА ЛАРИСА ІВАНІВНА**

УДК:796.2-056.26:616.899.2-057.874

**РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ОСНОВНИЙ ЗАСІБ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ВІДХИЛЕННЯМИ  
РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук  
з фізичного виховання та спорту

Київ – 2015



Дисертацією є рукопис

Роботу виконано в Національному університеті фізичного виховання і спорту України

**Науковий керівник**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Круцевич Тетяна Юріївна**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання

**Офіційні опоненти:**

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Москаленко Наталія Василівна**, Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, проректор з наукової діяльності

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор **Альошина Алла Іванівна**, Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, завідувач кафедри спортивно-масової та туристичної роботи

Захист відбудеться 11 грудня 2015 р. о 12 год. 30 хв. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.02 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул., Фізкультури 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул., Фізкультури 1).

Автореферат розісланий 10 листопада 2015 р.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради

О. В. Андреева



## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність.** Основним законодавчим актом, що регулює захист дітей-інвалідів в Україні, є Закон «Про основи соціальної захищеності інвалідів в Україні», який прийняла Верховна Рада 21.03.1991 року, з внесеними змінам та доповненнями 31.05.2005 року. Закон визначає підгрунття соціального захисту інвалідів в Україні і гарантує їм рівні з усіма іншими громадянами можливість участі в економічній, політичній і соціальній сферах життя суспільства, створення необхідних умов, які дають можливість інвалідам вести повноцінний спосіб життя згідно з індивідуальними здібностями та інтересами.

Останнім часом в сучасному суспільстві існує тенденція до збільшення народження дітей з вадами розумового розвитку, на що впливає низка чинників: інфекції, радіація, гіпоксія мозку, спадкові порушення обміну речовин, хромосомні захворювання, несумісність матері та плоду, родові травми тощо (Ю.І. Вісковатов, 1998; С.П. Євсєєв, 2007; І.А. Марценківський, 2010; О.Ю. Пелих, 2011; Т.П. Вісковатова, 2012).

Наукові дослідження, проведені О. Бар-Ор (2009); Т.Ю. Круцевич (2012); Н.В. Москаленко (2014), А.І. Альшиною, (2015), свідчать про те, що одним з найкращих засобів зміцнення здоров'я і виховання характеру в усі часи і в усіх народів були і залишаються заняття фізичною культурою. Складно переоцінити її значення в соціальній адаптації учнів. Фізичні вправи допомагають опануванню необхідними уміньми і навичками, сприяють оновленню і розширенню діапазону рухової активності та формуванню багатьох позитивних рис характеру.

Вивчаючи вплив фізичного виховання на розумово відсталих школярів, автори (О.А. Шпитальна, 2000; Н.Г. Байкіна, 2014;) зазначають, як що кількість дітей з порушеннями слуху, зору, опорно-рухового апарату за останнє десятиліття не змінилася, то серед груп з вадами інтелекту відбулися значні зміни: їх кількість зросла майже вдвічі.

Аналіз науково-методичної літератури свідчить про те, що авторами багато уваги приділено вивченню проблеми організації занять адаптивним фізичним вихованням дітей з вадами розумового розвитку і впливу різних видів рухової активності, а саме: плавання, елементів легкої та важкої атлетики, спортивних ігор (баскетболу, волейболу, настільного тенісу), гімнастики (Н.Ж. Булгакова, 2001; Ю.А. Бріскін, 2006; С.П. Євсєєв, 2009), але на сьогоднішній день практично відсутні дослідження, які науково обґрунтовують ефективність та вплив саме рухливих ігор на соціальну адаптацію дітей молодшого шкільного віку з даною нозологією.

У дослідженнях Л.М. Шипіциної (2002) дитина з розумовою відсталістю може досягти оптимального для неї рівня розвитку тільки за умови раннього включення у процес систематичної корекційно-виховної роботи, яка охоплює всі напрямки його індивідуального розвитку (фізичного, інтелектуального, емоційного). Основною умовою і чинником розвитку дітей з даною нозологією виступає їх власна діяльність і обов'язкова співпраця з дорослими (батьками, педагогами). При цьому особлива роль належить саме ігровій діяльності.

Різноманіття відхилень у стані здоров'я, обмеженість адаптаційного потенціалу, порушення координаційних здібностей, низький рівень фізичного

розвитку і фізичної працездатності, низький рівень емоційного життя дітей з даною нозологією вимагає особливої уваги в постановці фізкультурно-оздоровчої роботи, починаючи саме з молодшого шкільного віку (С.А. Лих, 2000; С.І. Веневцев, 2004; Л.В. Шапкова, 2009; М.Л. Чухловина, 2010).

Важливо, що у процесі фізичного виховання використання рухливих ігор з дітьми, які мають відхилення у розумовому розвитку і їх вплив на поліпшення фізичного та психоемоційного стану, підвищення їх соціальної адаптації на сьогоднішній день залишаються мало обґрунтованими і недостатньо розробленими, що зумовило актуальність нашого дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими планами, темами.** Роботу виконано відповідно до теми 3.1 Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. «Удосконалення програмно – нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах» (номер державної реєстрації 0111U001733). Роль автора полягає в розробці технології проведення рухливих ігор для дітей з вадами розумового розвитку та подальшого використання даної технології в навчально-виховному процесі.

**Мета дослідження** – розробити та апробувати технологію використання рухливих ігор, як основного засобу фізичного виховання молодших школярів з вадами розумового розвитку для поліпшення їх психічного і фізичного стану і сприяння їх соціальній адаптації.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити й узагальнити науково-методичну літературу з питань адаптивного фізичного виховання дітей з вадами розумового розвитку.

2. Визначити особливості фізичного розвитку, функціонального і психічного стану, рівня розвитку рухових і психомоторних якостей молодших школярів з вадами розумового розвитку помірного ступеня.

3. Вивчити вплив рухливих ігор різного змісту і спрямованості на фізичний і психічний стан дітей з вадами розумового розвитку.

4. Розробити та апробувати технологію використання рухливих ігор, що спрямована на соціалізацію дітей з вадами розумового розвитку.

**Об'єкт дослідження** – адаптивне фізичне виховання дітей з відхиленнями розумового розвитку.

**Предмет дослідження** – вплив рухливих ігор на психічний і фізичний стан дітей з відхиленнями розумового розвитку.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань було застосовано такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової літератури; педагогічні; соціологічні; антропометричні; фізіологічні методи дослідження; метод вкопіювання з медичних карт; методи дослідження психоемоційного стану; рівня фізичної підготовленості та психомоторного розвитку; методи математичної статистики.

**Наукова новизна роботи** полягає в тому, що автором вперше:

- науково обґрунтовано та розроблено технологію використання рухливих ігор, як основного засобу адаптивного фізичного виховання дітей з вадами розумового розвитку, яка характеризувалася модифікованою класифікацією

рухливих ігор для дітей з вадами розумового розвитку, розподілом рухливих ігор на 7 категорій, спрямованих на соціальну адаптацію, етапністю проведення рухливих ігор, критеріями успішного проведення рухливих ігор;

- розроблено систематизацію рухливих ігор для адаптивного фізичного виховання дітей з відхиленнями розумового розвитку помірною ступеня, залежно від тематичних завдань та психоемоційного впливу, яка включала категорії: «природа», «спорт», «транспорт», «гігієна та самообслуговування», «узгодженість у діях», «гарний настрій», «розумна гра» і спрямована на соціальну адаптацію дітей до довкілля;

- визначено позитивний вплив спеціально підібраних семи категорій рухливих ігор, спрямованих на психоемоційний і фізичний стан, формування життєво необхідних умінь та навичок молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку помірною ступеня, що сприяло залученню їх до соціальних ролей, функцій і норм поведінки у суспільній життєдіяльності;

- доповнено інформацію про стан психічного та фізичного розвитку учнів молодших класів з вадами розумового розвитку помірною ступеня, які характеризуються віковим діапазоном 7–14 років, затримкою морфофункціональних показників, психічного та емоційного стану.

**Практичне значення роботи** полягає в розробці технології рухливих ігор, практичних рекомендацій батькам, вихователям дитячих навчальних закладів, учителям фізичної культури шкіл та інтернатів, методистам фізичного виховання, які працюють з дітьми з вадами розумового розвитку. Результати роботи розширили знання з питань проведення рухливих ігор, їх науково обґрунтованої ефективності, правильного підбору і впливу на психічний і фізичний стан молодших школярів з вадами розумового розвитку.

Правильний підбір рухливих ігор з урахуванням психофізичних особливостей учнів молодших класів з даною нозологією дозволив уникнути помилок у підборі деяких видів ігрової діяльності. Використання отриманих результатів сприяло підвищенню ефективності роботи батьків і педагогів щодо соціалізації дітей, які мають подібні відхилення у стані здоров'я.

Результати досліджень впроваджені у практику адаптивного фізичного виховання Смілянського дитячого будинку-інтернату Черкаської області, дитячої юнацької спортивної школи для дітей-інвалідів м. Черкаси, лекційний курс дисципліни «Адаптивне фізичне виховання» Національного університету фізичного виховання і спорту України, що підтверджено актами впровадження.

**Особистий внесок.** У спільних публікаціях автору належить визначення пріоритетів в організації дослідження, проведення аналізу, обговорення практичного матеріалу, інтерпретація отриманих результатів і теоретичне узагальнення.

**Апробація результатів дисертації.** Результати дослідження були представлені на III Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту» (Чебоксари, 2012), на II Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні фітнес-технології у фізичному вихованні студентів» (Київ, 2013), на Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасні технології реабілітації, навчання і виховання осіб з обмеженими можливостями

здоров'я» (Ліпецьк, 2014), на VIII Міжнародному науковому конгресі «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Алма-Ати 2014), на X Міжнародній науково-методичній конференції «Фізичне виховання у контексті сучасної освіти» (Київ, 2015), на Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні питання впливу навколишнього середовища, фізичного виховання і спорту на здоров'я студентської молоді» (Бердянськ, 2013), на VIII Всеукраїнській науково-методичній конференції «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти» (Київ, 2013), на XIX науковій конференції «Молода спортивна наука України» (Львів, 2015), на кафедральних та університетських наукових конференціях (2012–2015).

**Публікації.** Результати дослідження відображені в 14 наукових публікаціях, з них 5 статей опубліковано у фахових виданнях України (1 видання входить до міжнародних наукометричних баз та 1 у періодичному виданні іншої держави).

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаної літератури, додатків. Дисертаційну роботу викладено на 198 сторінках, серед них 176 основного тексту. Статистичний матеріал ілюстровано 13 рисунками та 30 таблицями. У роботі використано 217 джерел спеціальної наукової літератури.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми дослідження, сформульовано мету, завдання, визначено об'єкт, предмет, розкрито наукову новизну та практичну значущість одержаних результатів, а також визначено особистий внесок здобувача у спільно опубліковані наукові праці, подано інформацію про апробацію і впровадження результатів дослідження, визначено кількість публікацій автора за темою дисертації.

У першому розділі **«Науково-методичні проблеми адаптивного фізичного виховання молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку»** автором висвітлено проблеми, які існують у загальних наукових дослідженнях, щодо занять фізичною культурою із хворими дітьми і які ще не у повному обсязі використовуються у процесі адаптивного фізичного виховання з учнями, які мають відхилення розумового розвитку (С.П. Євсєєв, 2007; Н.В. Москаленко, 2014). У цьому розділі представлено матеріали, що розкривають ознаки, основні причини та ступені розумової відсталості, особливості розвитку рухових якостей, психомоторики дітей з вадами розумового розвитку та інших психічних відхилень. Вказані засоби й методи фізичного виховання в заняттях для дітей з розумовою відсталістю (А.І. Аппелянський, 2011; Н.Г. Байкіна, 2014). Аналіз літературних джерел свідчить про те, що на сьогодні існує багато методик та програм щодо роботи з даним контингентом дітей, проте ці положення потребують узагальнення та систематизації для визначення подальших перспектив розвитку адаптивного фізичного виховання і використання ефективних засобів, що сприяють не тільки корекції психофізичних відхилень, а й соціальної адаптації дітей до умов довкілля.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** визначено методи та представлено організацію дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувався теоретичний аналіз та узагальнення наукових джерел літератури,



аналіз документальних матеріалів. Педагогічне спостереження здійснювали з метою ознайомлення з особливостями організації процесу адаптивного фізичного виховання молодших школярів з вадами розумового розвитку. Анкетування працівників дитячого будинку-інтернату проводилось з метою визначення норм поведінки та пристосування вихованців до умов довкілля. Педагогічний експеримент мав констатувальний та перетворювальний характер і полягав у поетапному вимірюванні параметрів фізичного розвитку, функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем, психічного та емоційного стану. Дослідно-експериментальна робота здійснювалась на базі Смілянського дитячого будинку-інтернату Черкаської області протягом 2011–2015 років. У дослідженнях взяли участь 40 вихованців дитячого будинку-інтернату – 20 хлопчиків та 20 дівчаток молодших класів.

Дослідження проходили в кілька етапів.

**На першому етапі дослідження** (червень 2011 – серпень 2012) проводився детальний аналіз сучасних літературних джерел, які розкривають стан досліджуваної проблеми, і це дозволило визначити мету, завдання, об'єкт, предмет та розробити програму досліджень. На цьому етапі було визначено контингент досліджуваних.

**На другому етапі досліджень** (вересень 2012 – серпень 2013) був організований і проведений констатувальний експеримент, який передбачав отримання нових теоретичних і експериментальних даних про стан фізичного розвитку молодших школярів з вадами розумового розвитку, дані про функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем, психічного стану і психомоторного розвитку, рівня розвитку рухових якостей. Проводилась обробка даних, отриманих в результаті проведення констатувального експерименту.

**На третьому етапі досліджень** (вересень 2013 – березень 2014) проводився перетворювальний експеримент, в результаті якого була розроблена і впроваджена технологія проведення рухливих ігор для дітей з вадами розумового розвитку. Результати досліджень були оброблені методами математичної статистики.

**На четвертому етапі досліджень** (квітень 2014 – липень 2015) було систематизовано матеріали досліджень. Сформульовані висновки та практичні рекомендації. Оформлена дисертаційна робота і здійснено впровадження в роботу спеціальних освітніх закладів.

У третьому розділі **«Аналіз фізичного та психоемоційного стану молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку помірного ступеня»** викладено результати констатувального експерименту, який дав змогу виявити особливості фізичного та психомоторного розвитку, функціонального та психічного стану, рівня розвитку рухових якостей молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку.

У результаті використаного нами метода викопіювання з медичних карт та аналізу особистих справ дітей можемо констатувати, що причинами порушення розумового розвитку могло бути те, що:

- у 60,8 % – дітей один з батьків зловживав алкоголем або наркотиками;
- у 14,7 % – матір мала спадкові інфекційні або психічні захворювання;
- у 7 % – батько мав спадкові інфекційні або психічні захворювання;

- у 17,5 % – батьки або один з батьків позбавлені батьківських прав;
- 43 % дітей – сироти (від усієї кількості дітей, які брали участь у дослідженнях).

Серед супутніх захворювань у 90 % дітей виявлено клінічні порушення постави (сколіоз, кругла спина, кругло-увігнута спина, плоска спина, плоскостопість, Х-подібні нижні кінцівки, клишоногість), 21 % – мають дитячий церебральний параліч, у 14 % – парези і парепарези верхніх і нижніх кінцівок, у 8 % – захворювання шлунково-кишкового тракту, у 20 % – патологічні стани зорових органів.

Особливістю фізичного розвитку даного контингенту дітей є дисгармонійність. Так, 97 % дітей відстають від здорових в показниках маси тіла, 22,5 % дітей мають зайву вагу, 31,2 % дітей – недостатню вагу. За показниками індексу Ерісмана 62,5 % учнів з відхиленнями розумового розвитку мають нормальну ширину грудної клітини, а у 37,5 % учнів виявлено вузькогрудість. Аналіз показників масо-ростового індексу Кетле показав, що 85 % дітей мають низький рівень фізичного розвитку і 15 % – нижче за середній.

Вивчення функціонального стану розумово відсталих учнів молодшого шкільного віку свідчить, що показник індексу Робінсона, який відображає економізацію роботи серця у спокої, у 64,4 % хлопчиків і 64,9 % дівчаток знаходився нижче рівня безпечного здоров'я. Показники ЧСС та АТ у хворих дітей на 10 % вищі за показники здорових дітей. Були розраховані індекси: Кердо (у хлопчиків – 0,93 ум.од, у дівчаток – 0,85 ум.од) що наближений до норми, життєвий індекс у хлопчиків на низькому рівні – (43,34 мл · кг<sup>-1</sup>), у дівчаток на рівні нижче за середній – (43,30 мл · кг<sup>-1</sup>), коефіцієнт економізації кровообігу у хлопчиків дорівнює 2433,82, що наближений до норми, а у дівчаток – 2712,50, що відображає певні ускладнення у роботі серцево-судинної системи. Показники ЖЄЛ у дітей з вадами розумового розвитку на 350–550 мл нижче, ніж у здорових дітей.

При оцінюванні психомоторних здібностей за тестовим завданням «Стискання та розтискання рук» у 55 % хворих дітей спостерігалися сінкінезії, під час завдання «Стрибок з поворотом на 360°» у 90 % дітей спостерігалися порушення координації: так, на 360° не стрибнув жоден учень, на 90° стрибнули 65 % хлопчиків і 35 % дівчаток. Під час проведення завдання «Перехід із положення сидячи на підлозі у положення стоячи без допомоги рук» всі учні мали ускладнення: 65 % дітей допомагали собі руками, 15 % – іншими способами, 20 % – допомагали собі однією рукою. Мімічний тест виконали 100 % учнів. Швидкість локальних дій у хлопчиків з розумовою відсталістю краща, ніж у дівчаток, однак у тесті на статичну координацію результати краще у дівчаток (55 % дівчаток і 40 % хлопчиків утримували стійку на одній нозі за 3 с). При визначенні ритмічних здібностей 49,1 % дівчаток частково виконали завдання, 26,6 % не виконали, 24,3 % із завданням справилися, тоді, як 45,2 % хлопчиків частково виконали завдання, 26,4 % – не виконали, 28,4 % – із завданням справилися.

Дослідження рівня наочно-образного мислення свідчать, що хлопчики з завданням справилися краще, ніж дівчата: відповідно 38,4 % хлопчиків і 19,3 % дівчаток виконали завдання, 40,6 % хлопчиків та 51,5 % дівчат частково виконали

завдання, 21 % хлопчиків і 29,2 % дівчаток не виконали завдання. У тесті на виявлення короткочасної пам'яті і хлопчики і дівчатка показали майже однакові результати, тільки 40,3 % хлопчиків і 37,5 % дівчаток виконали завдання.

Для визначення впливу рухливих ігор на емоційний стан учнів була використана методика емоційно-кольорової аналогії. Результати свідчать, що до проведення рухливої гри у 78,1 % дітей був веселий настрій, у 13 % – сумний, у 8,8 % – незадоволення, а після рухливої гри у 91,4 % учнів спостерігався добрий веселий настрій і тільки у 8,6 % дітей лишалося незадоволення.

Аналіз рівня розвитку рухових якостей учнів молодших класів з відхиленнями розумового розвитку і порівняння їх з результатами здорових школярів відрізняються в сторону суттєвого відставання, особливо у тестах, які вимагають прояву координаційних та швидкісних якостей.

Опитування працівників дитячого будинку-інтернату свідчать, що діти погано володіють навиками самообслуговування, орієнтації у довкіллі, мають порушення поведінки, не завжди адекватно реагують на природні явища.

Отримані дані свідчать про необхідність вивчення та урахування показників фізичного та психоемоційного стану молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку для подальшого обґрунтування та розробки технологій та методичних умов процесу адаптивного фізичного виховання з використанням засобів рухливих ігор, які викликають в них позитивні емоції.

У четвертому розділі **«Відбір і технологія проведення рухливих ігор для дітей з відхиленнями розумового розвитку»** розроблено модифіковану класифікацію рухливих ігор для дітей з відхиленнями розумового розвитку, яка враховує напрямок рухових дій, завдання, що вирішуються, сюжетність, сезонність, вікові особливості, організацію тощо. Обґрунтована та розроблена технологія рухливих ігор складалася з мети, завдань, критеріїв відбору рухливих ігор, модифікованої класифікації, оцінки фізичного та психоемоційного станів, теоретичних та практичних знань, визначення ефективності технології рухливих ігор.

Всі ігри, які використовувались під час проведення експерименту, були розподілені на 7 категорій, залежно від тематичних та психоемоційних завдань, які вони вирішували.

1. У категорії «Природа» вирішувались завдання з розвитку мови, адаптації до природних умов та явищ, розвитку уваги, поліпшення психофізичного стану. Використовувались такі рухливі ігри як: «Вовк та кози», «Голуби», «Веселі пташки», «Зайці», «Ведмедики», «Лисиця та курчата» та ін.

2. У категорії «Спорт» вирішувались завдання з удосконалення рухових якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості. Використовувались такі рухливі ігри як: «Ми весела дітвора», «Рибалка», «Картопелька», «Пробіжки крізь обруч» та ін.

3. У категорії «Транспорт» вирішувались завдання з ознайомлення з правилами дорожнього руху, розвитку уваги, розвитку орієнтації у просторі.

Використовувались такі рухливі ігри як: «Світлофор», «Потяг», «Перегони на візочках», «Тягачи», «Парами через дорогу» та ін.

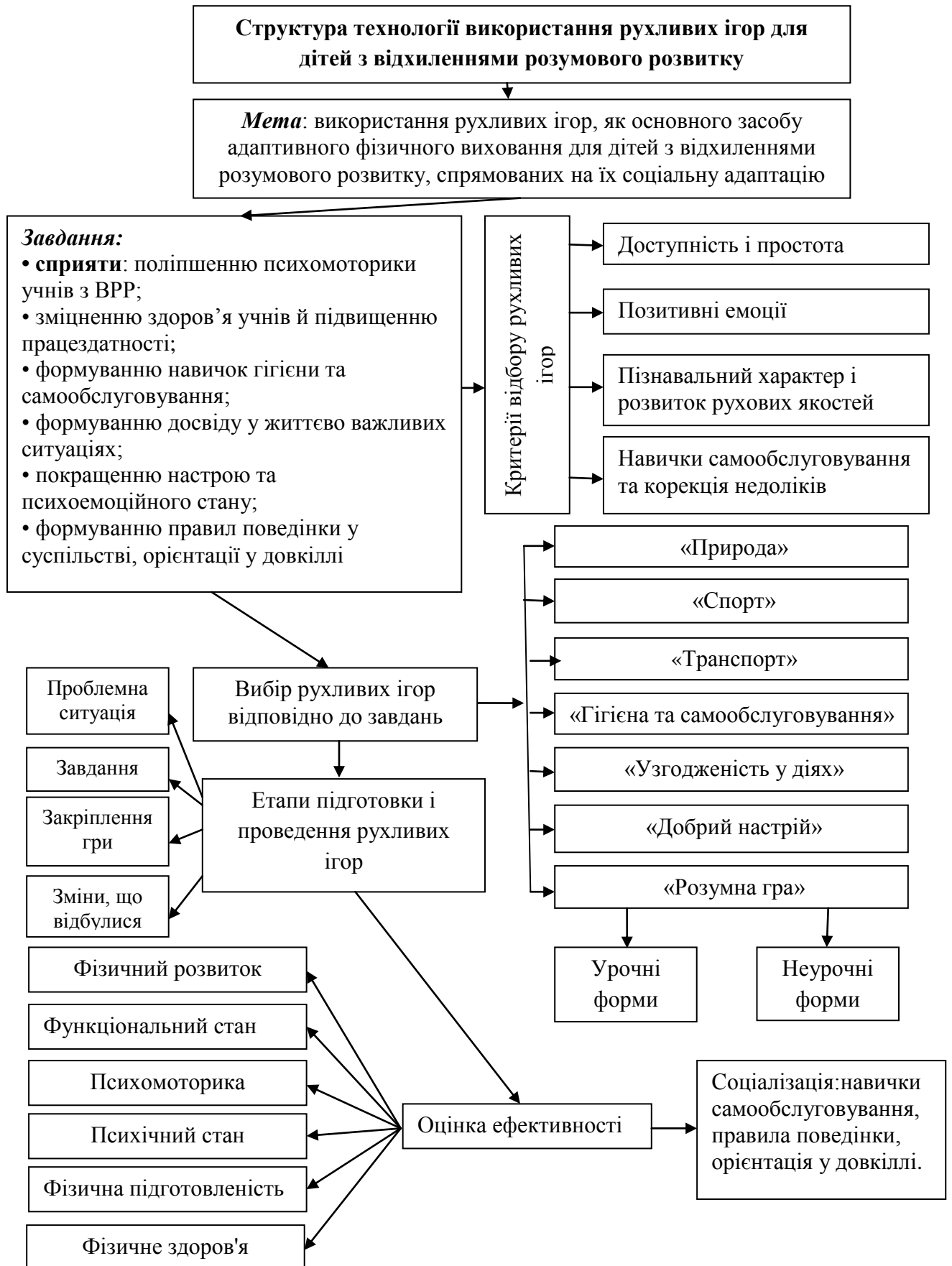


Рис. 1. Структура технології проведення рухливих ігор для молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку

4. У категорії «Гігієна та самообслуговування» вирішувались завдання з формування та удосконалення навичок самообслуговування. Використовувались такі рухливі як: «Мий до дірок», «Хто нам допоможе?», «Швидкі черевички», «Хто швидше помиє руки?» та ін.

5. У категорії «Узгодженість в діях» вирішувались завдання з удосконалення координаційних здібностей, виконання ускладнених рухів. Використовувались такі, рухливі ігри як: «Совеня», «Встигни перестрибнути перепону», «Зміни обруч», «Тримай предмет» та ін.

6. У категорії «Добрий настрій» вирішувались завдання з виховання дружніх стосунків між учнями, поліпшення настрою, поліпшення емоційного фону та настрою. Використовувались такі рухливі ігри як: «Карлики та велетні», «Дзвіночки», «Літаки», «Злови м'яч» та ін.

7. У категорії «Розумна гра» вирішувались завдання з виховання ініціативи, формування загальних уявлень про довкілля, розвиток пам'яті.

Проведення ігор у кожній категорії здійснювалось етапами на підставі знань про особливості фізичного, психічного та емоційного стану дітей.

Перший етап – постановка проблемної ситуації у вигляді завдання дітям і пояснення правил гри. Другий етап – робота з завданням, діти пробують грати, але у них не виходить або виходить частково. На цьому етапі вони активно використовують свій попередній руховий досвід. Третій етап – учні набули певних навичок у проведенні даної гри, засвоїли правила, усвідомили, що їм необхідно грати, закріпили вивчений матеріал і мають бажання розпочати ігрову діяльність. Не грають тільки ті діти, психічний стан яких не адекватний у конкретний час проведення гри і вимагає медичної допомоги. Четвертий етап – педагог визначає, які зміни (позитивні або негативні) настрою, стану здоров'я, поведінки, фізичного стану виникли у дітей після проведення запропонованої гри, і тоді приймає рішення, про повторення попередньої гри або пропозицію дітям про нову ігрову діяльність.

Були встановлені умови успішного проведення рухливих ігор для молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку у всіх категоріях: доступність гри, цікавий та легкий сюжет, поетапне навчання, індивідуальний підхід, використання доступного інвентарю та обладнання, рівень підготовки та педагогічної майстерності викладача, знання особливостей психофізичного стану тих, хто займається.

Встановлено, що найкраще всього діти сприймають ігрову діяльність після безпосереднього перегляду гри – 50 %, після особистої участі вчителя у грі – 35 % і гірше всього після усних пояснень – 15 %.

Для перевірки розробленої технології проведення рухливих ігор з молодшими школярами з відхиленнями розумового розвитку помірного ступеня був проведений перетворювальний експеримент.

Всі учні були розподілені на дві групи: експериментальну, до якої входило 18 учнів, з них 9 хлопчиків і 9 дівчаток, і контрольну 22 – учня, з них 11 хлопчиків і 11 дівчаток 2–3-х класів. Експеримент продовжувався протягом року.

Учні у контрольній групі займалися за загальноприйнятою програмою з фізичної культури у цьому навчальному закладі. Учням із експериментальної групи була запропонована технологія використання рухливих ігор.

Застосована нами технологія рухливих ігор позитивно вплинула на психічний стан як хлопчиків, так і дівчаток з відхиленнями розумового розвитку, особливо на тих, які в більшому обсязі займалися ігровою діяльністю, тобто на учнів із експериментальної групи (табл. 1). Так, показники наочно-образного мислення в ЕГ як у хлопчиків так і у дівчаток збільшились відповідно на 50-55 %, в той час, як у КГ на 29,7 % і 30,9 % ( $p < 0,05$ ). Те ж спостерігається і у показниках короткочасної пам'яті, де приріст у балах в ЕГ склав 56–64 %, а у КГ – 24,2–28,8 % ( $p < 0,05$ ). Встановлено зміни на краще у психічному та емоційному стані дітей після проведення рухливих ігор у запропонованому нами обсязі, що є запорукою покращення фізичного та функціонального стану, психомоторного розвитку молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку.

Таблиця 1

**Показники наочно-образного мислення та короткочасної пам'яті до і після експерименту учнів з відхиленнями розумового розвитку (бали)**

Стать	Групи		Наочно-образне мислення тест «Побудуй будиночок»			Короткочасна пам'ять тест «5 предметів»		
			До	Після	Приріст, %	До	Після	Приріст, %
Хлопчики	ЕГ (n=9)	$\bar{x}$	1,31	2,11	50	2,56	4,0	56
		S	0,62	0,47		0,62	0,81	
	КГ (n=11)	$\bar{x}$	1,21	1,57	29,7	2,23	2,77	24,2
		S	0,97	0,51		0,73	0,52	
Дівчата	ЕГ (n=9)	$\bar{x}$	1,36	2,12	55	2,31	3,8	64
		S	0,61	0,47		0,44	0,43	
	КГ (n=11)	$\bar{x}$	1,26	1,65	30,9	2,29	2,77	28,8
		S	0,41	0,49		0,56	0,45	

Залежно від поставлених завдань, ми використовували кольородіагностику, яка відображала емоційний стан перед фізкультурним заняттям або проведенням рухливої гри і після.

Дана методика зручна для педагога тим, що дає можливість простежити настрій вихованців у колективі, дозволяє оцінити психологічну атмосферу в колективі, визначити загальний характер емоційного стану всього колективу, простежити за настроєм кожного вихованця. Можемо констатувати, що в наших дослідженнях під час перетворювального експерименту, порівняно з констатувальним, після проведення рухливої гри покращився емоційний стан та настрої хворих дітей, найбільше, веселість і радість (рис. 2).

Розумово відсталі діти молодшого шкільного віку характеризуються істотними відхиленнями у розвитку моторики. Рухи розумово відсталих школярів відрізняються поганою спритністю, координацією, надмірною заторможеністю або, навпаки, імпульсивністю і непосидючістю. Це служить однією з причин, що

ускладнює оволодіння найпростішими, життєво необхідними руховими вміннями та навиками.

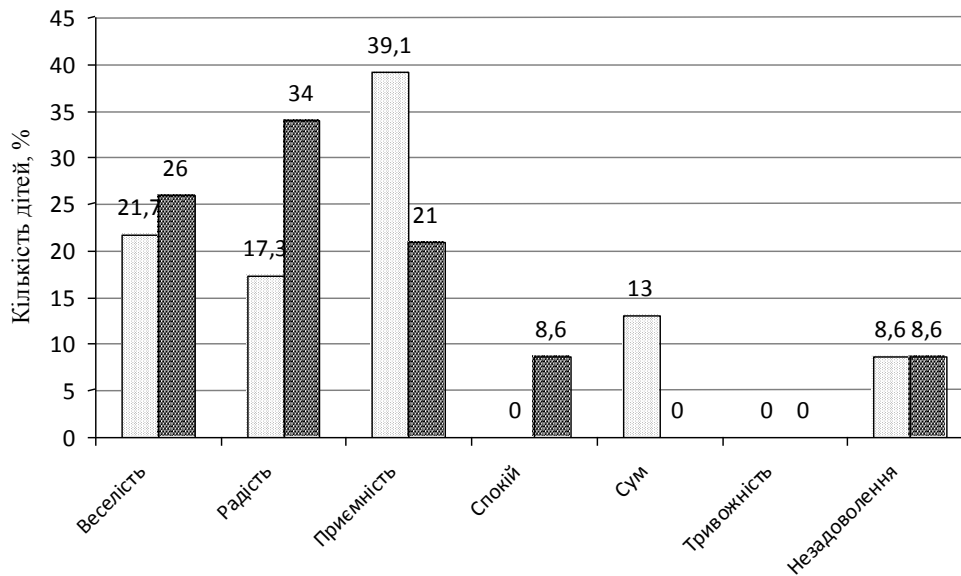


Рис. 2 Кольородіагностика психоемоційного стану дітей з відхиленнями розумового розвитку до і після початку рухливої гри:

▨ – до, ■ – після

Практично в усіх учнів були помічені різні порушення координації, але при цьому в усіх учнів експериментальної групи простежується позитивна динаміка розвитку психомоторних якостей після застосованої технології рухливих ігор.

Показники одночасності рухів покращилися на 13,3 % порівняно з початком експерименту, показники динамічної координації – на 15,1 %, показники ритмічності рухів на – 4,7 %. Середньостатистичні показники мімічного тесту (почергове закривання правого та лівого ока) покращилися на 13,2 % ( $p < 0,05$ ). Що стосується статичної координації, то можемо спостерігати незначні покращення проведення тесту Є.Я. Бондаревського як в учнів експериментальної групи так, і в учнів контрольної.

Покращилися показники одночасності рухів на 3,6 %, динамічної координації на – 11,3 % (стрибок з поворотом на  $360^\circ$ ), ритмічність рухів на – 1,3 %, динамічної координації (сидячі на підлозі піднятися без допомоги рук) на 1,6 %, мімічного тесту – на 3,9 %.

Підкреслимо, що показники психомоторного розвитку учнів експериментальної групи, які в більшому обсязі займалися ігровою діяльністю, мають значно кращі позитивні результати, ніж учні контрольної групи. Це говорить про те, що ми підібрали адекватні рухливі ігри і в такій кількості, яка відповідає психоемоційному і фізичному стану здоров'я учнів з вадами розумового розвитку і які мали свій позитивний ефект.

На підтвердження отриманих даних на підставі опитування 21 особи (вчителів, вихователів, медпрацівників, обслуги) даного будинку-інтернату було

з'ясовано, що 98 % працівників вважає, що поведінка дітей покращилася, 76 %, що покращився настрій учнів, 86 %, що діти стали менш агресивними, 74 %, що у дітей покращились дружні стосунки, 57 % помітили, що знизився рівень захворюваності, 89 % звернули увагу на той факт, що діти почали проявляти цікавість до фізкультурних занять, 95 % працівників вважають, що у дітей покращилися навички самообслуговування. Це свідчить про ефективність розробленої технології підбору і проведення рухливих ігор за тематичною спрямованістю на вирішення оздоровчих завдань адаптивного фізичного виховання дітей з відхиленнями розумового розвитку.

У п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів дослідження» висвітлено ступінь повноти вирішення досліджуваної проблеми, також узагальнено і проаналізовано отримані результати досліджень.

Узагальнення даних дало можливість розподілити їх на три групи: дані, які підтверджують, доповнюють наявні дані та абсолютно нові дані з проблеми дослідження.

Таким чином, у нашому дослідженні підтверджено дані вітчизняних та зарубіжних вчених (І.Ю. Горської, 2001; С.П. Євсєєва, 2007; Джозефа П. Вінника, 2010; Ю.А. Антропова, 2011; А.І. Апелянського, 2011; С.Б. Нарзулаєва, 2012) про те, що учні з відхиленнями розумового розвитку відстають від своїх здорових однолітків за рівнем фізичного розвитку, основним функційним показникам, мають відставання в розвитку основних рухових якостей та показників психомоторного розвитку, мають «стерту» емоційно-вольову сферу.

Результати експериментальної роботи доповнюють теоретичні положення (Л.В. Шапкової, 2009; О.В. Башмаковой, 2010; Л.Н. Ростомашвілі, 2012–2013; Н.Н. Снесарь, 2013; Н.В. Москаленко, 2014; А.І. Альшиної, 2015) про вплив рухливих ігор на психічний та фізичний стан розумово відсталих учнів молодших класів.

Абсолютно новою являється розробка та апробування технології використання рухливих ігор у семи категоріях відповідно до їх змістової та емоційної спрямованості для учнів молодших класів з відхиленнями розумового розвитку, спрямованої на їх подальшу адаптацію у суспільство, представлені етапи проведення гри у кожній категорії, визначені критерії оцінки успішності даної технології, розподілено програмовий матеріал з використання рухливих ігор для учнів молодших класів.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз даних спеціальної літератури з проблем адаптивного фізичного виховання свідчить про те, що спрямованість занять адаптивним фізичним вихованням учнів молодших класів з відхиленнями розумового розвитку на сучасному етапі не забезпечує належного рівня збереження здоров'я, обсягу рухової активності та вивчені частково, тому виникає необхідність в їх змінах на більш ефективні, доступні та цікаві. Одна з тенденцій сучасного адаптивного фізичного виховання, більшою мірою, пов'язана з орієнтацією на аналіз і корекцію моторних і пізнавальних здібностей дітей з даною нозологією і недостатньо уваги приділяється



розробці технологій використання рухливих ігор спрямованих на соціалізацію учнів у сучасному суспільстві, що є актуальною проблемою наукових досліджень.

2. У результаті констатувального експерименту було встановлено, що всі учні, мають відставання у фізичному розвитку, порівняно з їх здоровими однолітками. Були визначені особливості фізичного розвитку розумово-відсталих учнів і здійснено порівняння цих показників з антропометричними стандартами здорових дітей цих вікових груп. З'ясовано, що 97 % дітей відстають у показниках довжини тіла, 22,5 % – мають надлишкову масу тіла, 31,2 % – мають недостатню масу тіла, у 95 % учнів обсяги грудної клітини перевищують допустимі норми для учнів молодшого шкільного віку. На підставі вивчення та аналізу медичних карт і особистих справ учнів у 90 % дітей виявлені порушення постави (сколіози, кругла спина, кругло-увігнута спина, плоска спина, плоскостопість).

Функціональний стан дихальної системи за показниками ЖЄЛ у хворих дітей нижчий, ніж у здорових однолітків на 350–550 мл, відповідно до цього спостерігається і низькі показники життєвого індексу, які становлять у хлопчиків  $43,34 \text{ мл} \cdot \text{кг}^{-1}$  і у дівчаток  $43,32 \text{ мл} \cdot \text{кг}^{-1}$ . Низький рівень розвитку основних рухових якостей спостерігався у 42 % хлопчиків і 58 % дівчаток.

3. Дослідження показників психічного та емоційного стану свідчать про низький рівень наочно-образного мислення, короткочасної пам'яті, емоційного стану учнів з відхиленнями розумового розвитку. Соціологічне опитування працівників дитячого закладу (вчителів, вихователів, медпрацівників, обслуги) виявило той факт, що учні молодших класів мають певні психоемоційні та психомоторні відхилення: неадекватність поведінки та настрою, агресивні стани, певні ускладнення у стосунках одне з одним, розсіяну увагу, підвищену дратливість, не зацікавленість у заняттях. Всі ці чинники обумовили вибір засобів адаптивного фізичного виховання, які найбільше підходять для використання у навчально-виховному процесі учнів з даною нозологією, особливо це стосується рухливих ігор та розваг.

4. На підставі отриманих даних було визначено, що обсяг рухової активності, який існував у даному навчальному закладі, є недостатнім для нормальної життєдіяльності розумово-відсталі дитини та зміцнення її здоров'я, що сприяло розробці технології рухливих ігор. З урахуванням функціональних показників основних органів та систем організму учнів представили модифіковану класифікацію рухливих ігор для дітей з вадами розумового розвитку, яка врахувала напрямок рухових дій, завдання, які вирішувалися, сезонність, вікові особливості, складність сюжету гри стосовно віку дитини, інтенсивність та напруженість рухливих ігор тощо. Розподілено ігри за категоріями відповідно до їх змістової та емоційної спрямованості: «Природа», «Спорт», «Транспорт», «Гігієна і самообслуговування», «Узгодженість у діях», «Гарний настрій», «Розумна гра».

5. Обґрунтовано структуру технології впровадження рухливих ігор в адаптивне фізичне виховання молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку, яка характеризується метою, завданнями, критеріями відбору рухливих ігор, етапами підготовки проведення ігор, оцінкою ефективності, соціалізацією. Розподілено програмовий матеріал при навчанні рухливим іграм учнів 1–4 класів,

який вміщував в себе два розділи: теоретичні знання та практичні завдання. Обґрунтовано організаційно-методичні умови та критерії успішності запропонованої технології згідно з чотирма типологічними групами сприйняття навчального матеріалу дітьми з вадами розумового розвитку: учні, які виконують завдання самі; учні, які припускаються помилок і вимагають допомоги педагога; учні, які насилу засвоюють завдання і учні, які навчанню піддаються погано. Визначено роль, значення та особливості діяльності педагога в роботі з розумово-відсталими дітьми. Особливістю запропонованої технології рухливих ігор для молодших школярів з вадами розумового розвитку є розробка, апробування та впровадження системи таких заходів, які сприяють більш активній і усвідомленій участі дитини з даною нозологією в ігровій діяльності та її подальшій соціалізації. Таким чином, із 100 запропонованих рухливих ігор на початку дослідження було обрано лише 50, які найбільш сподобалися дітям і які були для них легшими для сприйняття і зрозумілішими. З'ясовано, що 35 % ігрової діяльності діти найкраще сприймають після побаченого, 50 % після особистого прикладу педагога, 15 % після усних пояснень. Розроблена технологія рухливих ігор мала свій суттєвий позитивний вплив практично на всі досліджувані параметри: фізичний розвиток, функціональні системи організму учнів, психічний стан, психомоторний розвиток.

6. На підставі неодноразового повторення запропонованих рухливих ігор було зафіксовано, що під час проведення експерименту протягом року з учнями 2–3 класів з використання нових і вже відомих рухливих ігор у дітей зменшилася кількість епілептичних випадків, нервових зривів, депресивних станів, стресових ситуацій. Ігри допомогли також урізноманітнити повсякденний режим життя дітей та поліпшити їх настрій. Покращився психо-емоційний стан учнів, що підтверджує проведена кольородіагностика. В експериментальній групі до проведення ігор веселість і радість була у 71,5 % дітей, а після – у 94,5 %; в контрольній групі до проведення ігор гарний настрій був у 62,8 % дітей, а після – у 81,7 %. Застосована нами технологія рухливих ігор позитивно вплинула на психічний стан як хлопчиків, так і дівчаток з відхиленнями розумового розвитку, особливо на тих, які в більшому обсязі займалися ігровою діяльністю, тобто на учнів із експериментальної групи. Так, показники наочно-образного мислення в експериментальній групі, як у хлопчиків так і у дівчаток зросли відповідно на 50–55 %, в той час як в контрольній групі – на 29,7 % і 30,9 %. Те ж саме спостерігається і у показниках короткочасної пам'яті, де приріст в балах в експериментальній групі склав 56–64 %, а в контрольній групі – 24,2–28,8 %.

7. Опитування вчителів, вихователів та медичних працівників допомогло з'ясувати, що відбулися позитивні зміни щодо соціальної адаптації дітей. Було з'ясовано що 98 % працівників вважає, що поведінка дітей покращилася, 76 %, що покращився настрій учнів, 86 %, що діти стали менш агресивними, 74 %, що у дітей покращились дружні стосунки, 57 % помітили, що знизився рівень захворюваності, 89 % звернули увагу на той факт, що діти почали проявляти цікавість до фізкультурних занять, 95 % працівників вважають, що у дітей покращилися навички самообслуговування.

Запропоновані рухливі ігри можна використовувати під час розвивальних і фізкультурних занять як результативний засіб терапевтичного впливу при деяких психічних відхиленнях, як ефективний не медикаментозний засіб. Це позитивно впливає на фізичний і психоемоційний стан учнів з помірним ступенем розумової відсталості і може бути застосовано у процесі адаптивного фізичного виховання.

8. Експериментально встановлено, що адаптивне фізичне виховання учнів з вадами розумового розвитку на підставі розробленої нами технології використання рухливих ігор, а також при дотриманні певних педагогічних умов, принципів, рекомендованих загальновідомих та креативних засобів і методів фізичного виховання для даного контингенту, тих хто займається, відповідного до лікарсько-педагогічного контролю сприяє підвищенню рівня фізичної підготовленості, фізичного і психомоторного розвитку учнів, а також зміцненню здоров'я та успішній соціалізації. З'ясовано, що значення запропонованої нами технології рухливих ігор, спрямованої на соціальну адаптацію учнів з вадами розумового розвитку, у всій системі адаптивного фізичного виховання конкретного навчального закладу актуальне і може бути рекомендоване у практиці адаптивного фізичного виховання спеціальних навчальних закладів для дітей з відхиленнями розумового розвитку.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні ефективності даної технології для дітей з вадами розумового розвитку середнього та старшого шкільного віку.

## СПИСОК ПРАЦЬ ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації

1. Кузнецова Л. І. Оцінка рівня розвитку психічних якостей дітей з вадами розумового розвитку перед проведенням рухливих ігор / Л. І. Кузнецова // Фізична культура, спорт та здоров'я нації – 2013. – № 15. – С. 555–559.

2. Кузнецова Л. І. Вплив занять рухливими іграми на фізичний розвиток та рухові якості дітей молодшого шкільного віку з вадами розумового розвитку / Л. І. Кузнецова, Т. В. Павлова // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2013. – № 16. – С. 46–52. *Особистий внесок здобувача полягає у дослідженні впливу рухливих ігор на фізичний розвиток та рухові якості дітей з вадами розумового розвитку.*

3. Кузнецова Л. И. Подвижные игры как средство адаптивного физического воспитания младших школьников с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Теорія і методика фізичного виховання. – 2013. – № 4. – С. 29–33. Видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus.

4. Кузнецова Л. И. Характеристика функционального состояния детей с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. – 2014. – № 4. – С. 66–70.

5. Кузнецова Л. И. Психомоторное развитие учащихся младших классов с умеренной степенью умственной отсталости / Л. И. Кузнецова // Науковий часопис

Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. – 2014.– № 12. – С. 61–64.

6. Класифікація рухливих ігор для дітей з вадами розумового розвитку / Л. І. Кузнецова // Молода спортивна наука України. – 2015. – № 19. – С. 132–136.

7. Кузнецова Л. И. Оценка уровня психомоторного развития младших школьников с умственной отсталостью для проведения подвижных игр / Л. И. Кузнецова // ŞTIINŢA CULTURII FIZICE. – Молдова, 2014. – № 18/2. – С. 78–82. Видання включено до переліку видань ВАК МОН Молдови.

### **Опубліковані праці апробаційного характеру**

1. Кузнецова Л. И. Адаптивное физическое воспитания для детей с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Материалы III Междунар. науч.-практ. конф. «Актуальные проблемы физической культуры и спорта» : сб. науч. трудов. – Чебоксары : ЧГПУ им. И. Я. Яковлева, 2012. – С. 51–54.

2. Кузнецова Л. И. Адаптивное физическое воспитания детей с отклонениями умственного развития в Украине / Л. И. Кузнецова // XVIII Междунар. конгр. «Олимпийский спорт и спорт для всех» : материалы конгр. – Алма-Аты, 2014. – Т. 3. – С. 362–363.

3. Кузнецова Л. И. Современные технологии реабилитации детей с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Материалы Междунар. науч.-практ. конф. «Современные технологии реабилитации, обучение и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья». – Липецк, 2014. – С. 49–50.

4. Кузнецова Л. І. Фізична реабілітація молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку / Л. І. Кузнецова // Матеріали VIII Всеукр. наук.-метод. конф. «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти». – К. : НАУ, 2013. – С. 103–104.

5. Кузнецова Л. И. Подвижные игры как средство адаптивно физического воспитания младших школьников с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції. – К. : НАУ, 2013.– Т. 2. – С. 104–105.

6. Кузнецова Л. І. Рухливі ігри, як основний засіб адаптивного фізичного виховання молодших школярів з вадами розумового розвитку / Л. І. Кузнецова // Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді». – Бердянськ, 2013.– С. 32–35.

7. Кузнецова Л. И. Средства и методы физического воспитания в физкультурных занятиях с учащимися младших классов с отклонениями умственного развития / Л. И. Кузнецова // Матеріали X Міжнародної науково-методичної конференції «Фізичне виховання в контексті сучасної освіти». – К. : НАУ, 2015. – С. 70–72.

### **АНОТАЦІЇ**

**Кузнецова Л. І. Рухливі ігри як основний засіб адаптивного фізичного виховання молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку. – На правах рукопису.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного

виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2015.

Дисертація присвячена впливу рухливих ігор як основного засобу адаптивного фізичного виховання на фізичний та психоемоційний стан молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку.

Метою роботи є обґрунтування і розробка технології використання рухливих ігор як основного засобу адаптивного фізичного виховання молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку для поліпшення їх психічного і фізичного стану і сприяння їх соціальній адаптації.

Розроблена модифікована класифікація рухливих ігор, технологія проведення рухливих ігор для молодших школярів з відхиленнями розумового розвитку, яка включає мету, завдання, критерії відбору, вибір рухливих ігор відповідно до завдань, етапів підготовки проведення ігор та оцінку ефективності. Проведено педагогічний експеримент, який підтвердив ефективність розробленої технології.

Результати досліджень впроваджені у практику адаптивного фізичного виховання Смілянського дитячого будинку-інтернату Черкаської області, дитячої юнацької спортивної школи для дітей інвалідів м. Черкаси, лекційний курс дисципліни «Адаптивне фізичне виховання» Національного університету фізичного виховання і спорту України. Впровадження підтверджено відповідними актами.

**Ключові слова:** рухливі ігри, технологія, молодші школярі, розумова відсталість, адаптивне фізичне виховання.

**Кузнецова Л. И. Подвижные игры как основное средство адаптивного физического воспитания младших школьников с отклонениями умственного развития.** – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2015.

Диссертация посвящена влиянию подвижных игр как основного средства адаптивного физического воспитания на физическое и психо-эмоциональное состояние младших школьников с отклонениями умственного развития.

Анализ специальной методической литературы и обобщение опыта ведущих специалистов показал, что в процессе адаптивного физического воспитания использование подвижных игр, направленных на социальную адаптацию, с детьми, которые имеют отклонения умственного развития на сегодняшний день остаются мало изученными и недостаточно разработанными.

Целью работы является обоснование и разработка технологии использования подвижных игр как основного средства адаптивного физического воспитания младших школьников с отклонениями умственного развития для улучшения их психического и физического состояния и способствованию их социальной адаптации.

Полученные в результате исследований данные позволили подтвердить и

расширить научные представления об изучаемой проблеме.

Так под технологией понимают разработки приемов оптимизации образовательного процесса путем анализа факторов, повышающих образовательную эффективность путем конструирования и применения приемов, а также, оценка применяемых методов. Это организационно-методический инструмент педагогического процесса, достижение планируемого результата обучения, продуманная во всех деталях модель совместной педагогической деятельности по проектированию, организации и проведению учебного процесса с безусловным обеспечением комфортных условий для учащихся и педагогов.

Предполагается, что разработка и внедрение технологии проведения подвижных игр для младших школьников с отклонениями умственного развития даст возможность специалистам по адаптивному физическому воспитанию, учителям физической культуры и родителям подобрать адекватные средства и методы для укрепления физического и психического здоровья детей с данной нозологией, их эмоционального состояния и настроения, повысит уровень социальной адаптации в повседневной жизни для решения социально-бытовых задач по обеспечению нормальной жизнедеятельности и ориентации в окружающем мире.

Разработана модифицированная классификация подвижных игр для детей с отклонениями умственного развития, в которой указана сезонность проведения игр, формы занятий, направленность подвижных игр на развитие двигательных качеств, интенсивность проведения, возрастное распределение игр, сложность сюжета, количественный состав играющих, наличие инвентаря и оборудования, место проведения. Представлена технология проведения подвижных игр для младших школьников с отклонениями умственного развития, включая цели, задачи, критерии отбора: доступность и простота игр, положительные эмоции, познавательный характер и развития двигательных качеств, навыки самообслуживания и коррекция недостатков. Выбор подвижных игр соответственно задачам, этапы подготовки проведения игр, распределение игр на семь категорий, которые направлены на социальную адаптацию умственноотсталых учащихся младших классов, оценка эффективности физического развития, психо-эмоционального и функционального состояния, уровня развития двигательных качеств, психомоторики, социализация: навыки самообслуживания, правила поведения, ориентация в окружающей действительности, знание правил дорожного движения, природных явлений. Проведен педагогический эксперимент, во время которого была получена информация о психическом и физическом состоянии учащихся младших классов и подтверждена эффективность разработанной нами технологии. Технология проведения подвижных игр для младших школьников с отклонениями умственного развития разрабатывалась с учетом показателей физического развития, функционального состояния, уровня развития двигательных качеств, психомоторики и психо-эмоционального состояния.

Данные исследования получили дальнейшее развитие в реализации основных методических принципов адаптивного физического воспитания и внедрены в учебно-воспитательный процесс Смелянского детского дома-интерната Черкасской

области, детской юношеской спортивной школы для детей-инвалидов г. Черкассы, лекционный курс дисциплины «Адаптивное физическое воспитание» Национального университета физического воспитания и спорта Украины. Внедрение подтверждено соответствующими актами.

**Ключевые слова:** подвижные игры, технология, младшие школьники, умственная отсталость, адаптивное физическое воспитание.

Kuznetsova L.I. **Active games as a primary means of adaptive physical education of primary school students with mental disabilities.** – With the rights of a manuscript.

Dissertation for the scientific degree of Candidate of sciences in physical education and sport, by speciality 24.00.02 – physical culture, physical education of different population groups.– National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2015.

The dissertation is focused on studying the impact of active games, as a primary means of adaptive physical education, on the physical and psycho-emotional state of primary school students with mental disabilities.

The dissertation is focused on studying the impact of active games, as a primary means of adaptive physical education of primary school students with mental disabilities, with a purpose of improving their physical and psycho-emotional state, and promoting their social adaptation.

The modified classification of active games was developed, along with the technology of active games for primary school students with mental disabilities, which includes the objective, tasks, selection criteria, selection of active games according to the tasks and the stages of preparation of playing games, and the assessment of effectiveness. Pedagogical experiment was carried out that confirmed the effectiveness of the developed technology.

The research results are applied in practice of adaptive physical education at Smila orphanage and boarding school of Cherkasy oblast, child youth sports school for children with disabilities in Cherkasy, lecture course of the course of study “Adaptive physical education” at the National university of physical education and sport of Ukraine.

**Keywords:** active games, technology, primary school students, mental retardation, adaptive physical education.

---

Підписано до друку 5.11.2015 р. Формат 60х90/16.  
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.  
Тираж 100. Зам. 91.

---

«Видавництво “Науковий світ”»<sup>®</sup>  
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.  
м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.  
200-87-15, 050-525-88-77  
E-mail: nsvit23@ukr.net  
Сайт: nsvit.cc.ua