

ВІКОВІ ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ ЗДАТНОСТІ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ ДИНАМІЧНОЇ РІВНОВАГИ В УЧНІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ З ВАДАМИ ЗОРУ

Рядова Л. О., Шестерова Л. Є., к. фіз. вих., доцент

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. У статті висвітлені показники розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги у дітей середнього шкільного віку з вадами зору. Здійснено порівняння отриманих показників у віковому та статевому аспектах.

Ключові слова: вади зору, координаційні здібності, середній шкільний вік, фізичне виховання.

Вступ. Рівновага є однією зі складних функцій організму. У реакціях підтримки стійкого положення тіла, рефлексорно взаємодіючи, беруть участь зоровий, вестибулярний, руховий і тактильний аналізатори. Зорова сенсорна система відіграє важливу роль в цих реакціях [7].

Динамічна рівновага проявляється при збереженні спрямованості переміщень людини при безупинно мінливих позах [1, 6]. Вона сприяє виконанню робочих операцій при навчанні, ігровій та трудовій діяльності.

У дітей з вадами зору спостерігаються порушення динамічної рівноваги, що знижує можливості регулювання діями власного тіла та залежить від стану зорового контролю за його положення в просторі. Особливо це потрібно слабозорим для формування динамічного стереотипу [8].

Л. Є. Шестерова [11], І. О. Кузьменко [3, 4, 5] досліджували показники здатності до збереження динамічної рівноваги у здорових школярів середніх класів в залежності від віку.

У дітей середнього шкільного віку з вадами зору питання розвитку

координаційних здібностей вивчали Б. В. Сермеев [9], Л. В. Харченко [10], І. Ю. Горська [2] та ін. При цьому вікова динаміка показників здатності до збереження динамічної рівноваги у дітей 10–16 років з вадами зору залишається дослідженою недостатньо, що й зумовило актуальність дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дослідження проводилося згідно Тематичному плану науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури на 2013–2015 рр. за темою «Теоретичні та прикладні основи побудови моніторингу фізичного розвитку, фізичної підготовленості та фізичного стану різних груп населення» та на 2016–2020 рр. за темою «Вдосконалення процесу фізичного виховання в навчальних закладах різного профілю» (№ держреєстрації 0115U006754).

Мета дослідження: дослідити вікову динаміку показників розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги у школярів середніх класів з вадами зору.

Матеріали і методи дослідження. Дослідження проводилося на базі комунального закладу «Харківська спеціальна загальноосвітня школа-інтернат І–ІІІ ступенів № 12» Харківської обласної ради для дітей з вадами зору. В ньому брали участь 117 учнів середніх класів.

Для досягнення мети дослідження використовувалися наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Досліджуючи показники розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги у школярів середніх класів з вадами зору, які визначалися за результатами обертів на гімнастичній лаві за 20 с, виявлено найвищі показники у хлопців 7-го та у дівчат 8-го класів. Слід відмітити, що у хлопців та дівчат 10-го класу результати майже однакові.

Розглядаючи показники здатності до збереження динамічної рівноваги у хлопців у віковому аспекті, слід відмітити, що з віком вони змінюються

різноспрямовано. Найкращі результати обертів на гімнастичній лаві за 20 с зафіксовано в учнів 7-го класу (рис. 1). Відмінності в показниках, здебільшого, достовірні ($p < 0,05$). Виняток становлять результати хлопців 5-го та 8-го класів, 7-го та 9-го класів, 10-го та 7, 8, 9-го класів, де достовірності відмінностей не має ($p > 0,05$).

Вікова динаміка результатів обертів на гімнастичній лаві за 20 с у дівчат носить хвилеподібний характер: з 5-го по 6-й клас показники розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги суттєво знижуються, в період з 6-го по 8-й клас значно підвищуються, а потім, з 8-го по 9-й клас, знов знижуються (рис. 1). Відмінності в результатах, здебільшого, достовірні ($p < 0,05$), за винятком показників школярок 7-го та 5, 9-го класів, між результатами яких достовірності відмінностей не спостерігається ($p > 0,05$).

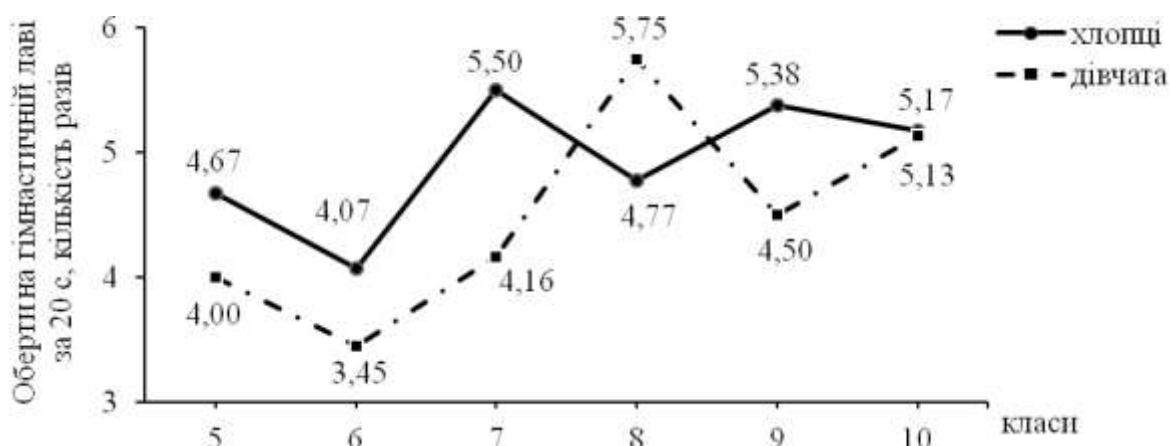


Рис. 1 Вікова динаміка показників розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги у хлопців і дівчат середнього шкільного віку з вадами зору

Вважаємо, що різке підвищення показників розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги у хлопців 7-го та дівчат 8-го класів пов'язане з включенням компенсаторних механізмів, зокрема вестибулярного аналізатора.

Порівняння результатів обертів на гімнастичній лаві за 20 с у школярів середніх класів з вадами зору за гендерною ознакою, виявило, що у хлопців вони, здебільшого, кращі, ніж у дівчат. Виняток становлять показники розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги в учнів 8 класу, де переважають результати дівчат. Достовірність відмінностей ($p < 0,05$) спостерігається в результатах школярів 5, 6, 7, 8-го та 9-го класів. Найбільш значні показники зафіксовано у хлопців 7-го класу, у дівчат 8-го класу.

Висновки

1. Найкращі показники розвитку здатності до збереження динамічної рівноваги спостерігалися у хлопців 12–13 років та у дівчат 13–14 років.

2. Показники здатності, що досліджувалася як у хлопців, так і у дівчат середнього шкільного віку з вадами зору з віком змінюються хвилеподібно.

3. Найбільш значні показники розвитку динамічної рівноваги зафіксовано в учнів 7-го та в учениць 8-го класів, що дорівнюють у хлопців 5,5 раз, у дівчат 5,75 раз.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у дослідженні вікової динаміки показників розвитку інших видів координаційних здібностей у дітей середнього шкільного віку з вадами зору.

Список використаної літератури

1. Альошина А., Бичук І., Гайдук О. Формування координаційних здібностей молодших школярів у процесі фізичного виховання. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Серія: Фізичне виховання і спорт: журнал. Уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. Вип. 11. С. 42–48.

2. Горская И. Ю. Теоретические и методологические основы совершенствования базовых координационных способностей школьников с различным состоянием здоровья: автореф. дисс. на соискание учёной степени д-ра пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания,

спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». Омск, 2001. 47 с.

3. Кузьменко И. А. Возрастные особенности развития координационных способностей школьников средних классов. Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики: материалы V международной научно-практической конференции, 19–23 апреля 2012 г. Орел. Под ред. д-ра пед. наук профессора В. С. Макеевой. Орел: Госуниверситет-УНПК, 2012. С. 25–30.

4. Кузьменко І. О. Розвиток координаційних здібностей школярів середніх класів з урахуванням функціонального стану сенсорних функцій: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків: ХДАФК, 2013. 20 с.

5. Кузьменко І. О. Рівень розвитку статичної та динамічної рівноваги школярів 5–9-х класів. Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичної культури, спорту і здоров'я людини. Вип. 19: у 4-х т. Л.: ЛДУФК, 2015. Т. 2. С. 137–140.

6. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры: учеб. для ин-тов физ. культ. М.: Физкультура и спорт, 1991. 543 с.

7. Практикум по общей физиологии и физиологии спорта: пособие для институтов физической культуры. Под общей ред. А. Б. Гандельсмана. М.: Физическая культура и спорт, 1973. С. 111–121.

8. Рядова Л. О. Дослідження показників розвитку здатності до збереження статичної і динамічної рівноваги школярів середніх класів з вадами зору. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Вип. 139. Чернігів: ЧНПУ, 2016. Т. II. С. 144–147.

9. Сермеев Б. В. Физическое воспитание детей с нарушением зрения. К.: Здоров'я, 1987. 112 с.

10. Харченко Л. В. Совершенствование базовых координационных

способностей школьников 8–12 лет с нарушением зрения: автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры». Омск, 1999. 19 с.

11. Шестерова Л. Є. Вплив рівня активності сенсорних функцій на удосконалення рухових здібностей школярів середніх класів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків : ХДАФК, 2004. 20 с.