

Особливості покращення психомоторного розвитку розумово відсталих дітей засобами рухової активності

Simko A.V. Improving features of psychomotor development of mentally retarded children by means of physical activity / A.V. Simko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufriieva. – Issue 34. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2016. – P. 504–512.

А.В. Сімко. Особливості покращення психомоторного розвитку розумово відсталих дітей засобами рухової активності. У статті розглянуто можливість застосування фізичних вправ, як універсального засобу рухової активності для покращення порушень психомоторного розвитку розумово відсталих дітей дошкільного віку. Здійснено теоретичний аналіз наукових досліджень щодо проблеми психомоторного розвитку та рухової активності дітей з відхиленнями в інтелектуальній сфері.

Встановлено, що фізичний розвиток і рухова підготовленість дитини з інтелектуальною недостатністю багато в чому визначають її загальну дієздатність у навчанні та праці, утворюють компенсаторні резерви організму для подолання відхилень у розвитку. Для розуміння механізмів взаємозв'язку рухової активності та функціональних можливостей організму велике значення мають дослідження, що розкривають значущість м'язового масиву в становленні та формуванні вегетативних функцій організму, механізми взаємодії моторики та вегетатики.

Визначено вплив рухової активності на психомоторний розвиток розумово відсталих дітей дошкільного віку та особливості її застосування у здійсненні корекційної роботи. Водночас, психомоторика – це не тільки цілісна, вікова картина рухової структури, яка відображає вроджені тілесні особливості, набуті звички, навички, а й сукупність анатомо-фізіологічних і психологічних механізмів, що забезпечують реалізацію простих і складних рухових реакцій та дій.

Доведено, що недостатня рухова активність розумово відсталих дітей негативно впливає на їх організм, але необхідно враховувати, що зайва рухова активність веде до негативних функціональних змін в сер-

цево-судинній системі дошкільника, тому необхідно враховувати індивідуальні особливості рухових можливостей кожної дитини.

Ключові слова: рухова активність, психомоторний розвиток, розумово відсталі діти, фізичні вправи.

А.В. Симко. Особенности улучшения психомоторного развития умственно отсталых детей средствами двигательной активности. В статье рассмотрена возможность применения физических упражнений, как универсального средства двигательной активности для улучшения нарушений психомоторного развития умственно отсталых детей дошкольного возраста. Осуществлён теоретический анализ научных исследований по проблеме психомоторного развития и двигательной активности детей с отклонениями в интеллектуальной сфере.

Установлено, что физическое развитие и двигательная подготовленность ребёнка с интеллектуальной недостаточностью во многом определяют его общую дееспособность в учёбе и труде, образуют компенсаторные резервы организма для преодоления отклонений в развитии. Для понимания механизмов взаимосвязи двигательной активности и функциональных возможностей организма большое значение имеют исследования, раскрывающие значимость мышечного массива в становлении и формировании вегетативных функций организма, механизмы взаимодействия моторики и вегетатики.

Определено влияние двигательной активности на психомоторное развитие умственно отсталых детей дошкольного возраста и особенности её применения в осуществлении коррекционной работы. В то же время, психомоторика – это не только целостная, возрастная картина двигательной структуры, которая отражает врождённые телесные особенности, приобретённые привычки, навыки, но и совокупность анатомо-физиологических и психологических механизмов, обеспечивающих реализацию простых и сложных двигательных реакций и действий.

Доказано, что недостаточная двигательная активность умственно отсталых детей негативно влияет на их организм, но необходимо учитывать, что излишняя двигательная активность ведёт к негативным функциональным изменениям в сердечно-сосудистой системе дошкольника, поэтому необходимо учитывать индивидуальные особенности двигательных возможностей каждого ребёнка.

Ключевые слова: двигательная активность, психомоторное развитие, умственно отсталые дети, физические упражнения.

Постановка проблеми. Рух – природна потреба організму людини, що має величезне пристосувальне значення. Рух як локомоторний акт переміщення або зміни положення тіла і його частин у просторі лежить в основі рухової активності. Під терміном «рухова активність» прийнято розуміти поєднання різноспрямованих рухових дій, виконуваних у повсякденному житті, в процесі організованих і самостійних занять фізичними вправами.

Універсальним засобом і методом підвищення рухової активності людини виступають фізичні вправи – процес неодноразового відтворення рухових дій або їх сукупності, який організовується відповідно до методичних принципів фізичного виховання і спрямований на вирішення його оздоровчих, виховних та освітніх завдань [5].

Фізіологічна потреба людини в русі – є однією з особливостей організму, яка відіграє дуже важливу роль в його життєдіяльності. Рухова активність розумово відсталих дітей та стан їх психомоторного розвитку взаємопов'язані і нероздільні. В.В.Парін відзначав, що рухова активність належить до основних чинників, що визначають рівень обмінних процесів організму і стан його кісткової, м'язової, і серцево-судинної систем. За словами А.М. Шлеміна рухова функція проявляється в управлінні дитиною своєю моторикою. Вона забезпечує рухову діяльність, без якої неможливе повноцінне життя дітей і їх нормальний розвиток.

Для розуміння механізмів взаємозв'язку рухової активності та функціональних можливостей організму велике значення мали дослідження, що розкривають значущість м'язового масиву в становленні і формуванні вегетативних функцій організму, механізми взаємодії моторики і вегетатики [1].

Злагодженість і впорядкованість рухів в часі і просторі, які забезпечують доцільний характер рухових актів, з давніх-давен привертала увагу фізіологів і вивчалися такими вченими як І.М. Сеченов, О.О. Ухтомський, М.О. Бернштейн, Л.А. Орбелі, М.І. Виноградов, Д.Д. Донський та ін. Рухова діяльність – ні що інше, як поліструктурна функціональна система руху, що є основою психомоторних актів.

Мета статті – охарактеризувати вплив рухової активності на психомоторний розвиток розумово відсталих дітей дошкільного віку та особливості її застосування у корекційній роботі.

Психомоторика відображає різні сторони рухової діяльності дитини, формуючи в кінцевому результаті особистість. Тому, під психомоторикою прийнято розуміти не тільки цілісну, вікову картину рухової структури, яка відображатиме вроджені тілесні особливості, набуті звички, навички, а й сукупність анатомо-фізіологічних і психологічних механізмів, що забезпечують реалізацію простих та складних рухових реакцій і дій [4].

Оптимальна рухова активність виконує роль своєрідного регулятора розвитку молодого організму, є необхідною умовою для

становлення та формування дитини як біологічної істоти та соціального суб'єкта (Н.Т. Лебедева, А.А. Маркосян, І.В. Муравов та ін.).

Різниця, яка існує в структурі моторних порушень при різних ступенях інтелектуальної недостатності не дозволяє виділяти етіологію захворювання як єдиний визначальний фактор в клініці рухових проявів. Рухова сфера розумово відсталих дітей в більшій мірі обумовлена рівнем ураження ЦНС, ступеня тяжкості інтелектуального дефекту, особливостями емоційно-вольової сфери. Причину можливості виконання дитиною з розумовою відсталістю більш складного за зовнішніми ознаками рухового акту та невиконання менш складного необхідно шукати не тільки в її руховій недостатності. Мабуть, відповідь на це питання лежить і в структурі самого рухового акту, і в психофізіологічних механізмах його організації з позицій рівневої теорії побудови рухів. Намагаючись термінологічно визначити рухові порушення дітей з різним ступенем інтелектуальної недостатності, можна використати поняття «неузгодженість рухових актів» [3].

Досліджуючи рушійні сили і умови розвитку психомоторики дитини психологи віддають перевагу таким факторам, як спадковість, довкілля, власні інтенції психіки, або відстоюють їх конвергенцію. Проблему умов та рушійних сил розвитку психомоторики дитини вирішують також з метафізичних, ідеалістичних або діалектико-матеріалістичних позицій.

Послідовне підвищення рухових можливостей і корекція рухової діяльності розумово відсталих дітей дошкільного віку, з урахуванням їх фізичних і психічних особливостей як в рамках окремо взятих занять з фізичної культури, так і в системі фізичного виховання в цілому, можливі за рахунок розширення арсеналу доступних їм фізичних вправ, що в кінцевому підсумку дозволяє вирішувати все складніші освітні завдання. Зокрема, О.М.Леонтьєв підкреслює, що психіка не просто «проявляється» в русі, а у певному смислі рух формує психіку. Адже саме рух здійснює безпосередньо той практичний зв'язок людини з навколишнім світом, який лежить в основі розвитку її психічних процесів. У процесі дошкільного навчання та виховання, вдосконалення нервово-психічних функцій дитини та її здатності керувати власними психічними процесами рух впливає на ступінь дозрівання певних мозкових структур. У здійсненні соціальної адаптації як мети виховання дітей з інтелектуальною недостатністю фізичні вправи виступають не тільки як джерело здоров'я,

праездатності і трудової активності, але і як фактор розвитку сприйняття, уваги, мислення, пам'яті [6].

Вивчаючи особливості психомоторики розумово відсталих дітей, М.П. Вайзман зазначає, що звичайні клінічні методики не дають можливості зрозуміти механізми порушень їх рухової активності. Визначення недорозвиненості та пошкодження окремих мозкових систем і порушень в узгодженості їх роботи автор запропонував здійснювати на основі теорії рівнів побудови рухів, розробленої М.О.Бернштейном. Такий підхід дозволяє, з одного боку, систематизувати діагностичні завдання, а з іншого – підібрати шляхи до розвитку психомоторики.

Морфофункціональні зміни опорно-рухового апарату пов'язані з особливостями включення різних груп м'язів у психомоторну активність дитини. Залежно від того, які нові рухи, пози, дії засвоює дитина, в діяльність включаються різні групи м'язів. Найбільш швидко розвиваються ті групи м'язів, які забезпечують прямостояння і ходьбу. Досить інтенсивно формуються м'язи кисті, а м'язи живота значно поступаються їм.

Коригувати і вдосконалювати психомоторний розвиток можна тільки шляхом використання рухової активності в умовах, які постійно змінюються, починаючи з раннього дитинства. Така штучно створена варіативність просторових, тимчасових, динамічних і топологічних характеристик дій стимулюватиме орієнтовно-дослідницьку активність дитини. Особливо корисними для розвитку психомоторики дітей можуть бути варіації смислових завдань дій.

Особливо велика роль рухів в онтогенезі. Оптимально організований корекційний вплив і руховий режим стимулює процеси обміну в тканинах і таким чином впливає на ріст і розвиток організму. Доведено, що функції всіх його систем взаємопов'язані і залежать від стану рухового апарату. Організм дитини здатний працювати злагоджено тільки при високому рівні його функціонування. При гіподинамії знижується його опірність до різноманітних стресових впливів, обмежуються його робочі можливості, зменшуються функціональні резерви різних систем, їх робота стає менш економною. Перебудова діяльності всіх органів і систем здійснюється завдяки реакції ЦНС на всі зміни в зовнішньому середовищі і в самому організмі. Корекційно-розвивальний ефект фізичних вправ як засобів рухової активності базується на механізмах морфофункціональних зрушень, що відбуваються під їх впливом у ЦНС людини. Зміни діяльності ЦНС характеризуються посиленням її регулюючих функцій, прискоренням

процесів прийому та обробки інформації про м'язову роботу і процесів передачі інформації виконавчим органам (скелетним м'язам, м'язам серця, легенів) і як підсумок – підвищенням тону м'язів, почастішанням роботи і зростанням продуктивності серця, збільшенням глибини та частоти дихання, більшим захопленням кисню [1]. Крім цього, фізичні навантаження, спрямовані на підвищення загального і емоційного тону, підсилюють функціональну активність нервової системи. У процесі корекційної фізичної роботи змінюються тонус м'язів, їх напруження і хімічний склад. Цей стан вловлюється пропріорецепторами і передається в лобову частину головного мозку. Центри останньої оцінюють ступінь організації відповіді організму на навантаження і формують нові команди органам – виконавцям, посилюючи або послаблюючи функції. Виникає замкнений контур регулювання: мозок-м'яз. Мозок стимулює роботу м'язів, вони тонізують стан мозку, серця, легень. Функціональні зміни, що відбуваються під час виконання фізичних вправ, стимулюють подальші процеси відновлення й адаптації, підвищуючи функціональні можливості та вдосконалюючи структурні властивості організму. Систематичне виконання вправ веде до підвищення працездатності клітин кори головного мозку та їх стійкості до сильних подразників, прискорює аналітико-синтетичну діяльність ЦНС і взаємодію двох сигнальних систем, залучаючи в роботу раніше не діючі нервові механізми, забезпечує більш швидке формування позитивних умовних рефлексів, підвищує інтенсивність і концентрацію уваги та мислення, покращує пам'ять [2].

Універсальним засобом поліпшення психомоторного розвитку дітей дошкільного віку виступають фізичні вправи – процес неодноразового відтворення рухових дій або їх сукупності, який організовується відповідно до методичних принципів фізичного виховання і спрямований на вирішення його оздоровчих, виховних та освітніх завдань [5].

Застосування фізичних вправ у руховій активності не має на меті досягти повного відновлення втрачених м'язових відчуттів у дітей з органічними порушеннями пізнавальної діяльності, але вони можуть і повинні допомогти дитині збільшити можливості регуляції тону м'язових напружень шляхом розвитку збереженої пропріоцептивної чутливості та її включення в управління діями.

Цілеспрямовано і педагогічно грамотно організована рухова активність розумово відсталих дітей дошкільного віку не тільки

здійснює оздоровчий вплив на організм, збагачує рухову сферу дитини, а й позитивно впливає на інтелектуальні здібності, стимулює пізнання і розширює кругозір, формує позитивні емоції, має величезне виховне значення .

Позитивний вплив фізичних вправ, які несуть в собі корекційний вплив на організм, досягається за рахунок психомоторного навантаження при виконанні різних видів рухових дій. Переміщення у вигляді ходьби, бігу, подолання предметних перешкод, плавання, катання на санчатах, лижах і т.д., а також у вигляді різних гімнастичних вправ: присідань, нахилів, статичних і динамічних напружень різних м'язових груп, спрямовані на корекцію психомоторики розумово відсталого дитини, дають позитивний результат лише тоді, коли фізичні вправи оптимально підібрані. Для ефективної корекції та розвитку психомоторики дітей дошкільного віку необхідні педагогічно доцільні з позицій біомеханіки та психофізіології фізичні вправи [6].

Отже, підвищуючи і дозуючи рухову активність дітей дошкільного віку з відхиленнями в інтелектуальній сфері в різних видах діяльності ми сприяємо поліпшенню їх психомоторного розвитку в цей віковий період.

Висновки

1. Від рухової активності дітей з порушеннями інтелекту багато в чому залежать розвиток психомоторики, стан здоров'я, працездатність, успішне засвоєння матеріалу з різних предметів, нарешті, настроїв та інші форми переживання почуттів.

2. Недостатня рухова активність негативно впливає на організм дитини. Але слід застерегти і від зайвої рухової активності, яка веде до негативних функціональних змін в серцево-судинній системі дошкільника. Потрібно враховувати індивідуальні особливості рухових можливостей кожної дитини.

3. Систематичне виконання вправ веде до підвищення працездатності клітин кори головного мозку та їх стійкості до сильних подразників, прискорює аналітико-синтетичну діяльність ЦНС, забезпечує більш швидке формування позитивних умовних рефлексів, підвищує інтенсивність і концентрацію уваги та мислення, покращує пам'ять

4. Суттєву роль у розвитку психомоторики розумово відсталих дітей дошкільного віку та залучення їх до рухової активності відіграє: організація роботи вихователя; вміння організувати самі заняття; уміння підбирати необхідні вправи для проведення занять.

Список використаних джерел

1. Аршавский И. А. Скелетная мускулатура и основные закономерности онтогенеза / И. А. Аршавский // Двигательная активность и старение. – Киев, 1969. – С. 50–71.
2. Барков В. А. Физкультурно-оздоровительная работа в начальных классах вспомогательной школы : учеб.-метод. пособие / В. А. Барков, А. М. Полещук, Д. В. Тихон; под ред. В. А. Баркова. – Гродно : ГрГУ, 2003. – 107 с.
3. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность / Н. А. Бернштейн. – М. : Наука, 1990. – 496 с.
4. Вайзман Н. П. Психомоторика детей-олигофренов / Н. П. Вайзман. – М. : Педагогика, 1976. – 104 с.
5. Вильчковский Э. С. Развитие двигательной функции у детей / Э. С. Вильчковский. – К. : Здоров'я, 1983. – 208 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1975. – 302 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Arshavskij I.A. Skeletnaya muskulatura i osnovnye zakonomernosti ontogeneza / I.A. Arshavskij // Dvigatel'naya aktivnost' i starenie. – Kiev, 1969. – S. 50–71.
2. Barkov V.A. Fizkul'turno-ozdorovitel'naya rabota v nachal'nyh klassah vspomogatel'noj shkoly: Ucheb.-metod. posobie / V.A. Barkov, A.M.Poleshchuk, D.V.Tihon; Pod red. V.A. Barkova. – Grodno : GrGU, 2003. – 107 s.
3. Bernshtejn N.A. Fiziologiya dvizhenij i aktivnost' / N.A. Bernshtejn. M. : Nauka, 1990. – 496 s.
4. Vajzman N. P. Psihomotorika detej-oligofrenov / N.P.Vajzman. – M. : Pedagogika, 1976. – 104 s.
5. Vil'chkovskij E.H.S. Razvitie dvigatel'noj funkcii u detej / E.H.S.Vil'chkovskij. – K. : Zdorov'ya, 1983. – 208 s.
6. Leont'ev A. N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' / A.N.Leont'ev. – M. : Politizdat, 1975. – 302 s.

A.V. Simko. Improving features of psychomotor development of mentally retarded children by means of physical activity. The article deals with the possibility of using exercise as a universal means of motor activity to improve psychomotor development of disorders of mentally retarded preschool children. It is done the theoretical analysis of researches concerning the problem of psychomotor development and motor activity of children with disabilities in the intellectual sphere.

It is established that physical development and motor fitness of a child with mental disabilities largely determine his/her overall capacity in edu-

cation and work, constitute compensation body reserves to overcome deviations in development. Studies revealing the importance of solid muscle in the establishment and formation of autonomic functions, mechanisms of interaction between motor skills and vegetative system are important to understand the mechanisms of interrelation of motor activity and functional capacity of the organism.

The influence of motor activity on psychomotor development of mentally retarded preschool children and especially its usage in carrying out remedial work are defined. However, psychomotor is not only integral age period of motor structure that reflects the innate physical characteristics, acquired habits, skills, but also a set of anatomical and physiological and psychological mechanisms that ensure implementation of simple and complex motor responses and actions.

It is proved that lack of physical activity of mentally retarded children negatively affects their bodies, but be aware that excessive physical activity leads to negative functional changes in the cardiovascular system of preschooler, so you must take into account the individual characteristics of motor capabilities of each child.

Key words: physical activity, psychomotor development, mentally retarded children, exercise.

Received July 08, 2016

Revised August 22, 2016

Accepted September 28, 2016

УДК 159.943

Р.Т. Сімко

7kort@ukr.net

Психологічні особливості вияву особистісних рис працівників патрульної поліції

Simko R.T. Psychological characteristics of display of patrol police officers' personality traits / R.T. Simko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufrieva. – Issue 34. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2016. – P. 512–521.

Р.Т. Сімко. Психологічні особливості вияву особистісних рис працівників патрульної поліції. У статті розкрито проблеми психомоторної підготовленості працівників патрульної поліції та її вплив на їх особис-