

**ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧА РОБОТА ЗАСОБАМИ
БАСКЕТБОЛУ З УЧНЯМИ З ПОРУШЕННЯМИ
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ
В СПЕЦІАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Начинова О. В.

ВСТУП

Система освіти сучасної України переживає складний період пошуку власного шляху розвитку. Це обумовлено різкими змінами в соціокультурному житті, які викликали і численні перебудови в підході до освіти: її термінів, форм надання освітніх послуг, вимог до навченості, системи оцінювання знань, впровадженням інклюзивного підходу та інше. Поряд з соціально-економічними і політичними перебудовами формувались і державні стандарти освіти, як загальноосвітньої, так і спеціальної школи, які віддзеркалюють як вимоги суспільства до рівня освіченості його членів, так і євроінтеграційну спрямованість розвитку країни. Особливої уваги потребує удосконалення технологій педагогічного супроводу дітей, які мають відхилення та порушення розвитку, і в наслідку чого потребують спеціальних умов навчання та виховання¹³.

Проблема дитячої інвалідності є дуже хворобливою для більшості країн світу. За даними ВООЗ в різних країнах кількість дітей-інвалідів складає від 4% до 11% в залежності від якості медичних послуг та соціально-економічного розвитку країни. В різних регіонах показник кількості дітей з порушеннями інтелектуального розвитку серед дітей-інвалідів – різний. Він залежить від екологічних чинників, медичного супроводу вагітних жінок, своєчасності діагностування патології, наявності програм раннього втручання та багатьох інших складових. Але розумова відсталість завжди займає не нижче п'ятого місця серед причин дитячої інвалідності. На сьогодні кількість розумово відсталих осіб оцінюється як 20–30% від загальної кількості дітей – інвалідів. На Україні, серед осіб з особливими освітніми потребами, також велику кількість становлять діти з порушеннями інтелектуального розвитку, і на жаль кількість таких дітей з року в рік зростає.

Категорія учнів з порушенням інтелекту дуже різноманітна: по віку, по важкості і структурі патології, по часу його виникнення і характеру

¹³ Лещій Н. Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в умовах освітньо-реабілітаційного центру. 2020. 304с.

перебігу, по наявності і силі супутніх порушень, по медичному і соціально-педагогічному прогнозу, по іншим показникам. Загальним для усіх дітей з недоліками розумового розвитку є те, що їх розвиток супроводжується інтелектуальним недорозвиненням, яке сполучається з порушенням загальної та мілкої моторики. Саме ці порушення стають на заваді соціальної інтеграції даної групи осіб, утруднюють формування трудових умінь і їх подальше працевлаштування. Але суспільство зацікавлене в тому, щоб якомога більше громадян перетворювались із «соціально підопічних» у самостійних «людей можливостей». Вільна та незалежна особистість – це центральна фігура громадянського суспільства. На сучасному етапі гуманізації суспільства наявність порушення розвитку вже не є «відправним положенням» в визначенні життєвого шляху особи. Значно більше значення має рівень навченості та вихованості, сформованість комунікативних можливостей дітей з особливими потребами, їх соціалізаційний потенціал¹⁴.

Одним із ефективних засобів подолання і порушень розвитку, і вторинних відхилень в формуванні дитини, і мінімізації соціального випадіння є залучення дитини з особливими потребами до занять фізичною культурою і спортом. При різних дефектах у розвитку організм дітей знаходиться в несприятливих умовах не тільки через порушення тих чи інших функцій, які обумовлені патологічним процесом, але і внаслідок вимушеної гіпокінезії, що ще більше погіршує стан організму і сприяє поширенню захворювання. Вихід з цього може бути тільки один: своєчасне застосування фізіологічно обумовлених навантажень. Науковці галузі спеціальної педагогіки та адаптивної фізичної культури вважають, що аномальні діти мають більшу потребу у м'язовій діяльності, чим їх нормо типові однолітки (В. Синьов, М. Єфименко, Н. Байкіна, Б. Сермеєв, О. Хохліна, та ін.). Починати спрямований корекційно-педагогічний вплив, на думку фахівців, потрібно із самого раннього віку, інакше буде упущений час для активного розвитку з метою забезпечення компенсації порушених функцій. А в подальшому необхідно використовувати широке коло засобів і методів для підтримки і удосконалення сформованих умінь, профілактики вторинних відхилень і декомпенсації.¹⁵

¹⁴ Долинний Ю. Сутність реабілітаційної роботи з дітьми з обмеженими фізичними можливостями. Наукові праці I Міжнародної науково-практичної конференції. 2015. С.208–213.

¹⁵ Чернявська О. Особливості фізичного розвитку і рухових здібностей дітей з розумовими вадами. 2018. URL: http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/soc_gum/fvs/2008_3/1/Cherniavska.pdf

1. Вплив рухової активності на психофізичний розвиток дитини з інтелектуальними порушеннями

Потреба в руховій активності є базовою біологічною потребою, яка притаманна як дитині з типовим розвитком, так і дитині з порушеним розвитком. Використання фізичних вправ в комплексній педагогічній роботі визначається саме значущою біологічною роллю рухів у житті дитини. Рухова активність впливає на функціональний стан всіх основних систем організму, і в першу чергу на м'язову, котра відіграє основну роль при виконанні довільних рухів. Заняття фізичними вправами призводять до збільшення м'язової маси, удосконаленню функціональних можливостей м'язів, умінь диференціації м'язових зусиль. При активній м'язовій роботі відбуваються позитивні зміни й у кістково-суглобному апараті, що сприяє фізичному розвитку дитини, формуванню постави та основних рухів.

При систематичній руховій діяльності, як у дітей із нормою розвитку, так і у дітей з різними порушеннями, спостерігається поліпшення стану кардіо-респіраторної системи – зниження частоти серцевих скорочень і артеріального тиску у спокої, збільшення пульсового тиску, поліпшення реакції серцево-судинної системи на фізичні і розумові навантаження. Одночасно відбувається збільшення життєвої ємкості легень, екскурсії грудної клітки і рухливості діафрагми, підвищення хвилинного об'єму подиху і дифузійної здатності легень¹⁶.

Дуже сприятливий вплив має планована рухова активність на центральну нервову систему: сприяє підвищенню працездатності кліток кори головного мозку і їхньої стійкості до сильних подразників, поліпшенню аналітико-синтетичної діяльності ЦНС і взаємозв'язку двох сигнальних систем, більш швидкому формуванню позитивних умовних рефлексів, що супроводжується підвищенням інтенсивності і концентрації уваги, поліпшенням пам'яті. Цей вплив дуже важливий в загальній корекції порушень у осіб з інтелектуальними розладами.

Для дітей з порушенням інтелектуальної сфери притаманні низькі показники розвитку рухових якостей, відсутність потреби в русі, грі, емоціях, спілкуванні, що ускладнює процес їх навчання. В наслідок необоротних порушень центральної нервової системи подальший психофізичний розвиток таких дітей відбувається на дефектній основі. Недорозвинутими okazуються ні лише нервово-психічні, а й соматичні функції, сенсорні системи, ще більше ускладнюється розвиток таких вищих психічних функцій як увага, мовлення та мислення і як результат – значно погіршується розвиток особистість у цілому. Для цього

¹⁶ Лещій Н. Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в умовах освітньо-реабілітаційного центру. 2020. 304 с.

контингенту дітей фізична культура, адаптивний спорт, фізкультурно-рекреаційні заходи є не лише засобами фізичного розвитку та удосконалення, а й засобом становлення особистості. Заняття фізичними вправами для дитини з інтелектуальними порушеннями є багатогранним процесом: оволодіння руховими уміннями, розвиток фізичних якостей, розширення словникового запасу, освоєння, розуміння дитиною мови, соціальних цінностей і досвіду, культури, притаманній нашому суспільству, опанування поведінковими стандартами, засобом налагоджування соціальних зв'язків та опробування придбаного соціального досвіду.

Фізична культура та адаптивний спорт в ході яких реалізується потреба в руховій активності мають комплексний вплив на дитину з порушеним інтелектом. Він спрямований ні лише на досягнення певних успіхів рухової діяльності чи отримання спортивних досягнень, але має стимулюючу та нормалізуючу дію, трофічну дію, компенсаторний вплив та соціалізаційне значення¹⁷.

Стимулююча дія фізичних вправ пов'язана із розпадом при русі певних біохімічних структур і виділенням енергії, яка спрямована на відновлення енергетичного потенціалу людини, на позитивну перебудову функціональних схем систем кровообігу і дихання, нормалізацію гомеостазу, вегетативних реакцій і ритму діяльності внутрішніх органів і інших процесів. Нормалізація стану відбувається також в наслідку тренуючого впливу фізичних вправ на різні фізіологічні системи, які забезпечують м'язову роботу. Це проявляється в покращенні взаємодії окремих їх ланцюгів в середині функції, а також напрацюванні загальної координації в діяльності усіх життєзабезпечуючих систем (серцево-судинній, дихальній та ін.), збільшенням резервних функціональних можливостей, формуванням корисних компенсацій. Під впливом фізичних вправ знімаються патологічні рефлексії, відновлюються та формуються нормальні умовно рефлексорні реакції, стимулюються процеси їх відтворення. В результаті занять фізичними вправами встановлюється домінування парасимпатичної іннервації, що проявляється зниженням артеріального тиску, покращенням серцевих скорочень (зменшення частоти та посилення дії), економізацією енергетичних процесів, удосконалюється функціональна рухливість нервових процесів і як наслідок, випрацьовуються більш досконалі механізми узгоджувальної діяльності аналізаторів, забезпечуючи умови кращої взаємодії організму з довкіллям. Важливим показником нормалізації ні лише стану але і дій розумово відсталих учнів є факт позитивного переносу

¹⁷ Шевченко Ю. Особливості розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями в сучасному освітньому просторі. 2020, № 3, С. 36-46.

наявних рухових якостей на різні сфери діяльності дитини. Позитивний перенос має місце ні лише з однієї фізичної вправи на іншу, але і з фізичної вправи на трудову вправу, на побутову діяльність. Розвинута фізична якість та підвищені функціональні можливості будуть «використовуватись» розумово відсталою дитиною в різних напрямках діяльності: фізкультурній, спортивній, трудовій, рекреаційній, побутовій тощо. Між фізичними якостями існує тісний зв'язок. Розвиваючи швидкість бігу чи ігрових дій будемо мати можливість «пришвидшення» оволодіння та виконання і трудових дій. А як вторинний результат мати позитивний приріст якостей спритності, гнучкості, швидко-силових показників. На ці якості також можемо спиратися в подальшій корекційно-розвивальній роботі при формуванні трудових умінь у школяра.

Чим менше вік або нижче рівень розвитку рухових якостей дитини, тим тісніше позитивний зв'язок між руховими якостями, тим відчутнішим буде ефект від цілеспрямованого корекційного впливу на розвиток дитини.

Трофічна дія проявляється в загальній та спрямованій зміні обміну речовин в м'язах та внутрішніх органах. При цьому посилюються процеси регенерації, прискорюється ресорбція запальних процесів і має місце зворотній розвиток запалення в цілому. Активізація трофічних процесів під впливом фізичних вправ створює можливості посилення пластичного обміну, що призводить к функціональній гіпертрофії м'язів і збільшенню їх сили. А сила є необхідною якістю не лише для навчання трудовим діям, її достатній рівень є профілактикою виникнення різних порушень постави, умовою гармонійного фізичного розвитку дитини.

Компенсаторна дія засобами фізичних вправ виявляється в посиленні чи перебудові пристосувальних реакцій, спрямованих на заміщення втраченої чи порушеної функції. При цьому фізичні вправи сприяють більш швидкої перебудові виникаючих при патологічному процесі компенсацій, забезпечуючи життєздатність ушкоджених систем. Багаторічні спостереження в адаптивному спорті В. Платонова, С. Євсєєва підтвердили концепцію Л. Виготського о культурно-історичному походженні психіки людини. Отримані дані свідчать, що компенсація іде за рахунок посилення розвитку спортсмена, в результаті чого має місце ні лише покращення фізичного розвитку та активізація фізичної підготовленості аномальної особи, а відмічена якісна перебудова психіки, формуються «від компенсовані» вищі психічні функції, які в подальшому використовуються розумово відсталою особою у всіх сферах життя.

Дитина, яка займається фізичною культурою чи спортом підпадає під вплив чіткого регулювання поведінки (це вимагають правила ігор чи змагань), він долучається до активної участі в житті спортивного колективу. Сумісна спортивна колективна діяльність породжує позитивні мотиви діяльності, що дуже важливо для розумово відсталोї дитини. В силу інтелектуального дефекту у таких дітей слабо розвинути функції контролю та самоконтролю, тому програмування та мотивування діяльності не формується, а сама діяльність не цілеспрямована. Таким чином планована рухова діяльність поряд з покращенням морфо-функціональних показників розумово відсталोї дитини позитивно впливає на її психосоціальну сферу.

Рухова активність дітей з порушенням розвитком реалізується через організований педагогічний вплив в процесі фізичного виховання. На всіх освітніх ланках фізичне виховання є обов'язковим складовим корекційного навчально-виховного супроводу дітей з порушеннями інтелектуального розвитку. В ході проведення фізичного виховання відбувається як спрямований соціально-культурний вплив на дитину, так додержуються і біологічні чинники впливу на розвиток дитини з психофізичними обмеженнями, а саме висока біологічність і природна потреба в русі, як фактору розвитку усього живого; відсутність звикання до рухових дій, як до більшості лікувальних засобів; комплексний, функціональний і психомоторний розвиток особи з різною глибиною порушення при навчанні руховим діям; можливість позитивного переносу отриманого рухового досвіду на побутові та трудові дії.

Завданнями фізичного виховання осіб з особливими освітніми потребами є: загартування організму, формування правильної постави удосконалення рухових вмінь та навичок прикладного характеру, розвиток рухових якостей (сили, швидкості, гнучкості, витривалості, спритності); корекція та компенсація порушень фізичного розвитку та психомоторики; формування та виховання гігієнічних навичок при виконанні фізичних вправ; утримання стійкості та працездатності на досягнутому рівні; формування пізнавальних інтересів, передача доступних теоретичних відомостей з фізичної культури; виховання достатньо стійкого інтересу до занять фізичними вправами; виховання морально-вольових якостей наполегливості, сміливості, навичок культурної поведінки; розвиток особистісних якостей¹⁸.

Поставлені завдання досягаються при поєднанні різних форми фізичного виховання: навчальної фізкультурно-оздоровчої, поза навчальної фізкультурно-спортивної та спортивно-рекреаційної роботи.

¹⁸ Лещій Н. Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в умовах освітньо-реабілітаційного центру. 2020. 304 с.

Але враховуючи провідне порушення осіб з інтелектуальними недоліками, а саме недолік розумового розвитку, навчальний процес відіграє основну роль в формуванні і рухових умінь, і мотивації діяльності, і знань щодо додержання безпечних умов рухової діяльності. Базові рухові уміння і необхідні знання у дітей цього контингенту формуються лише на уроках (заняттях) з фізичної культури при активному впливі не лише на рухові, але і на пізнавальні можливості школярів.¹⁹

У спеціальних школах, дошкільних закладах для дітей з порушеннями психічного розвитку фізична культура є обов'язковим предметом. Три рази в тиждень діти займаються на уроках фізичної культури, однак сучасні дослідження переконують, що цей обсяг рухової активності задовольняє лише 30-35% природної потреби в рухах (Т. Круцевич). Фахівці вважають, що для задоволення біологічної потреби в рухах учням необхідно займатися фізичним вправами щодня. Тільки в цьому випадку діти фізично нормально розвиваються, зберігають і зміцнюють здоров'я²⁰.

Крім уроків фізичної культури для учнів з порушеннями інтелектуального розвитку як початкової школи, так і в середніх класах передбачені корекційно-розвиткові заняття лікувальною фізичною культурою та ритмікою.

Забезпечення дітей в спеціальних установах щоденними достатнім рівнем рухової діяльності можливо при раціональному сполученні навчальних і позакласних форм занять фізичною культурою і спортом, чому сприяє створення комплексної програми по фізичному вихованню. Це дозволить установити єдиний гігієнічно обґрунтований фізкультурно-оздоровчий режим школи, що допомагає рішенням оздоровчих, корекційних, розвивальних, виховних і навчальних завдань, трудової і професійної підготовки школярів.

Комплексна програма фізичного виховання має враховувати не лише необхідність фізичного удосконалення, а й містити матеріал, що сприяє розвитку професійно значущих рухових здібностей і психофізіологічних функцій, необхідних у трудовій діяльності.

Прогностично програма має складатись з чотирьох частин, де:

1 частина – об'єднує фізкультурно-оздоровчі заходи: гімнастику перед заняттям, фізкультурні хвилини під час уроків, фізичні вправ і рухливі ігри на перервах та в групі подовженого дня (ігрова година).

¹⁹ Гончаренко Г. Обґрунтування експериментального дослідження особливостей пізнавальної активності розумово відсталих учнів на уроках фізкультури. II Міжнародна наук.-практ. конф. 2016. С. 350–259.

²⁰ Круцевич Т., Безверхня Г. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навчальний посібник. К., 2010. 370с.

2 частина – визначається навчальною програмою по фізичній культурі, передбаченим нею обсягом та змістом і корекційно-розвитковим компонентом, включає варіативний (заняття по ритміці і ЛФК) та інваріантний компоненти (уроки фізичної культури);

3 частина – включає позакласні форми фізичного виховання в кружках фізичної культури, спортивних секціях, групах загальної фізичної підготовки.

4 частина – передбачає організацію загальношкільних фізкультурно-масових і спортивних заходів: щомісячних днів здоров'я і спорту, шкільних змагань, туристичних походів, заходів вихідного дня тощо.

У позаурочний час діти, як правило, удосконалюють рухові дії, раніше вивчені на обов'язкових заняттях фізичною культурою. При раціональній організації позакласних форм занять фізичною культурою обсяг рухової активності збільшується більш ніж у два рази. Спортивні ігри більш за інші засоби фізичного виховання підходять для позакласного використання. Діти із інтелектуальними порушеннями із задоволенням, без додаткового мотивування, долучаються до рухової діяльності засобами ігор. В спортивних іграх удосконалюються основні рухи (ходьба, біг, стрибки, кидки м'яча), підвищується рівень фізичної підготовленості, відбуваються колективні взаємодії, спілкування. Рухові уміння і знання правил, сформовані на достатньому рівні, дають змогу дітям із особливими освітніми потребами долучатись до спортивно-ігрової діяльності на інтегрованій основі з нормотиповими однолітками.

2. Методика організації роботи по впровадженню спортивних ігор в освітній процес учнів з інтелектуальними порушеннями середнього шкільного віку

Основний контингент учнів спеціальної школи для дітей з психічними порушеннями – це діти з наслідками дифузних, органічних уражень центральної нервової системи, однак, у залежності від причини виникнення порушень, їхній психоневрологічний статус, соматичний стан і фізичний розвиток істотно відрізняються один від одного. З метою оптимального фізичного розвитку і розвитку рухових здібностей учнів з порушеннями інтелектуального розвитку необхідно систематичне застосування індивідуально дозованих фізичних навантажень, додержання принципів як спеціально педагогічних (корекційно-компенсаторної та соціально-адаптованої спрямованості навчання, діяльнісного підходу та ін.), так і принципів фізичного виховання, а саме: поступовості збільшення навантаження і ускладнення завдань, систематичності і системності занять фізичним

вихованням, врахування синзетивних періодів в розвитку якостей людини. Задля покращання фізичних і функціональних показників учнів з порушеннями інтелектуального розвитку, частина занять по фізичній культурі, особливо в середніх та старших класах школи, повинна мати характеристику не тільки корекційно-оздоровчої, але і спортивно-розвивальної спрямованості.

Фахівці рекомендують використовувати в заняттях по фізичному вихованню елементи різних видів спорту, рухливі і спортивні ігри, спеціальні вправи на точність, координацію рухів, нетрадиційні засоби і підходи, що формує варіативні уміння²¹. Учні спеціальних шкіл, як наголошують дослідники, можуть адаптуватися до високих фізичних навантажень без негативних наслідків при відповідному змісті фізичних вправ, їхньому дозуванні з урахуванням індивідуальних показників розвитку, що сприяють корекції і розвитку рухових здібностей.

Дослідження виявило, що діти із порушеннями в розвитку мають потребу в спеціальних методах, формах і засобах навчання, у спеціальних прийомах, у створенні спеціальних умов, що симулюють рухливість дітей, у цілеспрямованому підведенні до можливості освоєння нової й ускладнення попередньої рухової навички. Цей висновок має дуже важливе значення для розробки індивідуальних програм адаптивного фізичного виховання з використанням ігрових засобів впливу²².

Науково обґрунтована можливість використання змагань, як складової частини спортивно-тренувальних занять з учнями, які мають інтелектуальні порушення. З одного боку, змагальна діяльність має пряме відношення до підвищення тренуваності, з іншого боку – вона є логічним завершенням циклів, або етапів навчально-розвивального, тренувального процесу.

Рухова ігрова діяльність учня з інтелектуальними порушеннями передбачена навчальною програмою починаючи з початкової школи. «Рухливі ігри» в програмі «Фізична культура» передбачені на протязі 6-ти років навчання з першого по шостий клас. Рухливі ігри мають настільки широкий діапазон впливу на організм і особистість дитини, що створюються необмежені можливості розвитку усіх сфер життєдіяльності дітей і підлітків. Цілеспрямовано підібрані рухливі ігри розвивають у дітей з інтелектуальними порушеннями дрібну

²¹ Алферова Г. Нетрадиційні методи фізичного виховання дітей з порушенням інтелекту. *Виховання та навчання дітей з порушенням розвитку*. 2003, №1. С.40-43.

²² Чернявська О. Особливості фізичного розвитку і рухових здібностей дітей з розумовими вадами. 2018. URL: http://www.nbuv.gov.ua/old_jm/soc_gum/fvs/2008_3/1/Chemivaska.pdf

моторику, рівновагу, координацію і точність рухів, поліпшують якість уваги, допомагають освоєнню елементарних математичних уявлень про величину, відстань, швидкість, вагу, тобто стимулюють розвиток фізичних, психомоторних і розумових здібностей дітей.

Крім того, ігри створюють сприятливі умови для залучення дітей з обмеженими можливостями здоров'я до систематичних занять фізичними вправами, що є найважливішим чинником їх інтеграції у спільноту нормотипових однолітків.

Проведення ігрових уроків в умовах спеціальних закладів вимагає всебічної підготовки як учнів, так і вчителів. Враховуючи підвищений емоційний стан учнів на таких уроках, необхідно ретельно продумати організаційні моменти, навантаження, послідовність вправ, спрогнозувати можливий психофізіологічний вплив, вести поточний моніторинг стану учнів.

На жаль, на сучасному етапі розвитку спеціальної школи будова і зміст програми з фізичної культури в більшості дублює загальноосвітню школу. Сьогодні по програмі НУШ навчаються вже учні 7-го класу, але діти з інтелектуальними порушеннями не завжди можуть опановувати пропоновані рухові ігри, виконати нормативи та рухові дії у зв'язку з особливостями їхнього розвитку. Крім того, запропоновані рухові вправи та завдання не відображують повною мірою соціально-адаптивних та професійно-трудова потреб учнів з порушенням інтелектуального розвитку, не сприяють розвитку їхньої пізнавальної сфери.

Аналізуючи програми фізичної культури спеціальної школи України відмічаємо:

- на уроки фізичної культури відведено по 3 години на тиждень в усіх типах шкіл;
- всі програми фізичної культури мають інваріантний і варіативний компоненти;
- такі розділи як гімнастика, легка атлетика, рухливі ігри, спортивні ігри, лижна підготовка передбачені у всіх навчальних програмах, але в різних компонентах і обсягах ;
- для усіх типів шкіл існують вимоги до знань (теоретичні) і вимоги до вмінь (практичні), але не надано методик їх комплексного врахування в загальному оцінюванні навчальних досягнень;
- в більшості рівень вмінь та навичок оцінюється по показникам рухової підготовленості (по фізичним якостям), а не по рівню оволодіння руховим навиком. Так бігом оцінюється швидкість та витривалість, стрибками швидко-силові можливості, підтягуванням – силу, човниковим бігом – спритність;

- для усіх класів спеціальної школи для дітей з порушенням інтелектуального розвитку не передбачені вимоги до оцінювання рівня якості виконання навіть основних локомоцій;

- в розділі програми «Рухливі ігри» пропонується на 70% однаковий добір рухливих ігор для учнів початкових класів усіх типів шкіл;

- в програму фізичної культури спеціальної школи для дітей з інтелектуальними порушеннями не включено матеріал по розвитку пізнавальної сфери дітей так, як наприклад, надано для глухих учнів мовний матеріал.

Наукові дані свідчать, що розумово відсталі діти розвиваються по загальним законам біологічного розвитку і не дивлячись на наявні порушення, вони в змозі оволодіти життєво-необхідним обсягом умінь і навичок. Але враховуючи особливості психічного розвитку дітей з порушенням інтелектом необхідно створити передумови для їх навчання та розвитку. На думку Шептицького Д., вже в перших класах школи, по рівню фізичної підготовленості, дитина з інтелектуальними порушеннями значно поступається нормотиповому однолітку практично по усім фізичним якостям, а фізична якість спритності є найбільш ураженою. Саме в ігровій діяльності ця психофізична якість підлягає корекції і розвитку.

Аналіз наукової літератури з проблем фізичного виховання в спеціальних школах взагалі, і особливостям навчання спортивним іграм зокрема, дозволив виділити основні проблеми в процесі фізичного виховання школярів з інтелектуальними порушеннями:

- відсутність методично обґрунтованого та експериментально перевіреного алгоритму викладання різних видів спортивних ігор у системі спеціальних закладів;

- відсутність науково-методичного обґрунтування використання занять спортивно-розвивальної спрямованості в педагогічному процесі, як одного з можливих методів подолання рухових порушень і як засобу розвитку рухових здібностей;

- не підготовленість фахівців до проведення спортивно-тренувальних занять з дітьми-олігофренами та не обладнаність місць занять (залів, майданчиків) відповідним устаткуванням;

- не розроблена, відсутня система науково-методичних основ спортивно-розвивальних занять у структурі навчального року спеціальної школи для учнів з інтелектуальними порушеннями;

- перевантаженість варіативного модуля навчальної програми спортивними іграми. Так, наприклад, в 5 класі варіативна складова пропонує спортивні ігри: футбол, волейбол, баскетбол, бадмінтон, настільний теніс, рухливі ігри. На нашу думку, в цьому віці доречно

було спрямувати увагу на «школу» рухів, яка забезпечує формування постави та руховий досвід, і пропонувати поряд з рухливими іграми ще дві спортивні гри.

Починаючи з середнього шкільного віку, відповідно до програми «Фізична культура», передбачено опанування учнем з порушеним інтелектом спортивних ігор. Баскетбол пропонується для оволодіння варіативним модулем, але не передбачено підготовки учнів до опанування цією грою в ході рухливих ігор на початковій ланці навчання. Спортивні ігри вимагають від школярів володіння певним обсягом рухових вмінь, достатнього рівня розвитку якості швидкості і спритності, сили та витривалості. Без належно сформованих базових вмінь навчити розумово відсталу дитину грати в баскетбол неможливо, тому що крім взаємодії з м'ячем учень повинен взаємодіяти з партнером, правильно пересуватись, додержуватись правил, уважно слідкувати за діями команди-суперника, чути та реагувати на суддівські вказівки. Таке психологічне навантаження завелике для дитини з порушеним інтелектом.

Як розділ програми баскетбол – один з складних видів навчальної програми для опанування розумово відсталими дітьми. Незважаючи на те, що ця гра складається з природних рухів, опанування ними у зв'язку з невмінням диференціювати зусилля, відсутністю здібності до варіативних рухів, нездатністю переключитися з одного виду руху (біг) на інший (зловити м'яч) для дітей з порушеним інтелектом утруднено. Ці фактори призводять до того, що більшість вчителів фізичного виховання не проводять ігрових уроків засобами баскетболу. Разом з цим, слід відмітити, що баскетбол являється універсальним засобом вдосконалення силової та просторової точності, швидкості, спритності. У баскетболі нема складно координаційних рухів (як у волейболі), чи їх можна уникнути. Ця гра не вимагає через мірного прояву витривалості, вона менше травмонебезпечна (порівняно з футболом), чисельність учасників команди відповідає наповненості класів – 5-8 школярів. Саме ця гра має прикладний характер, удосконалювати її можна на протязі усього року, як у залі, так і на відкритих майданчиках, в парках та у літніх таборах. Проведення урочних та позаурочних занять засобами баскетболу дали б можливість підвищити фізичну підготовленість дитини з порушеним інтелектом через вдосконалення її координаційних здібностей, зростання показників сили та витривалості; сприяли б підвищенню комунікативних здібностей, умінь взаємодії, колективній діяльності.

Заняття баскетболом з корекційною метою, чи з метою досягнень результатів (спортивно-розвивальною) мають позитивний вплив на усі сфери діяльності розумово відсталих осіб. Підтвердженням тому є той

факт, що баскетбол, як вид спорту, входить до програми Параолімпійських ігор. Програма ігор удосконалювалась, деякі дисципліни вилучались з неї під впливом різноманітних чинників. Лише п'ять видів спорту, в тому числі і баскетбол, проводились на всіх Параолімпійських іграх починаючи з 1960 року.

Баскетбол займає своє чинне місце на Спеціальній олімпіаді. Програма ігор Спеціальних олімпіад характеризується постійним збільшенням видів спорту, але баскетбол має провідні позиції і як самостійна дисципліна проводиться з 1970 року.

Програми змагань з баскетболу різні для осіб з різним ступенем інтелектуальної обмеженості та рухових можливостей. Так спортсмени з самим низьким рівнем можливостей змагаються лише у веденні м'яча, кидках м'яча у кошик. Спортсмени зі збереженими руховими можливостями та вищим показником інтелекту змагаються в командній грі в баскетбол по спрощеним правилам. В рамках Спеціальної Олімпіади можуть проводитись змагання більш ніж по 5 програмах, що дає можливість кожному учаснику показати свій найкращий результат. Тому, на наш погляд, доречним є активне впровадження баскетболу в спеціальних школах для дітей з розладами інтелектуального розвитку.

Оцінювання якості опанування учнями вправ баскетболіста проведені на базі спеціальної школи № 75 I–II ступенів Одеської міської ради Одеської області показали, що більшість учнів з інтелектуальними порушеннями не достатньо володіють провідними елементами гри: ведення м'яча, передача м'яча в парах, пересування приставним кроком, кидання м'яча в кошик. Так серед учнів 5 класу жоден учень не продемонстрував високого рівня володіння уміннями баскетболіста у межах програмних вимог. Достатній рівень володіння демонструє, по різних вправам, лише 10-25% учнів. Основна маса школярів засвідчила середній і низький рівень оволодіння баскетбольними уміннями. По різних вправам цей показник становив 75-100%. Складними для учнів цього віку виявились пересування приставним кроком, ведіння м'яча, парні вправи з м'ячем в русі.

В 6 класі високий рівень сформованості умінь баскетболіста у відповідності до програми не продемонстрував жоден учень. Достатній рівень виявили від 10% до 40% школярів. Середній результат показали майже половину учнів по різних завданням, а низький рівень володіння уміннями баскетболіста засвідчило від 10% до 50%. Складнощі викликали кидання м'яча в кошик двома руками знизу з місця і виконання зупинки кроком.

Учні 7-го класу у 10% випадків показують високий рівень володіння уміннями в баскетболі. Достатній рівень підготовленості засвідчили 10-30% школярів, а на середньому рівні знаходяться 15–40%.

Найбільша кількість учнів демонструє низький рівень – до 80% по окремим вправам. Найбільш якісно учні виконують ведіння м'яча на місті і ловлю та передачу м'яча в парах на місті та в русі. Утруднення виникають у взаємодії, при ігрових ситуаціях, в ігровій орієнтації «де наш» кошик.

Такий низький рівень володіння баскетбольними уміннями не дає можливості організації ігрової взаємодії, спортивної діяльності, в наслідку чого втрачається мотиваційна складова щодо опанування ігровими уміннями. Вчитель моделює фрагменти гри, враховуючи можливості учнів, «розробляє» правила задля підвищення інтересу і зацікавлення дітей до опанування баскетболу.

Враховуючи вище наведене вважаємо, що навчання дитини з інтелектуальними порушеннями баскетболу має опосередковано починатись з початкової школи. Саме на рухливих іграх учень знайомиться з елементами баскетболу, «відчуває» вагу м'яча, його розміри, особливість відскоку, навчається прокочувати, кидати та ловити м'яч, працювати в парах та трійках. Важко переоцінити виняткове значення техніки спортивних рухів, економічного витрачання енергії в ході спортивної боротьби, вміння переборювати значні зміни, які трапляються у внутрішньому середовищі організму спортсменів у процесі гри. Але опанувати техніку учень в змозі лише при тривалій навчально-корекційній роботі. Для цього необхідно так спланувати навчальний процес, щоб зміст розділу програми фізичного виховання «Рухливі ігри» стали початковою ланкою в опануванні учнями баскетболу. Такий пролонгований період навчання руховим діям, формування рухових якостей, оволодіння ігровою лексикою, взаємодія створюють якісне підґрунття розвитку спеціальних баскетбольних умінь, розуміння правил і послідовності ігрових дій, стійкості психоемоційних проявів в ігрових ситуаціях.

Важливим елементом є оцінювання навчальних досягнень учнів в процесі ігрових занять. В модульній навчальній програмі «Фізична культура» для 5-6 класів спеціальних закладів загальної середньої освіти для дітей із порушенням інтелектуального розвитку запропоновано проводити комплексне оцінювання навчальних досягнень, а саме: знань учнів, практичних навичок, рівня пізнавальної активності, дотримання правил поведінки в тому числі гігієнічної та по техніки безпеки, активність на уроці та на фізкультурно-оздоровчих заходах, рівень здатності до співпраці. Вважаємо, що в оцінюванні учнів варто враховувати і показники фізичної підготовленості, що буде стимулювати школярів до їх покращення. Знання варто оцінювати з урахуванням якості словникового запасу учнів, що буде корегувати

мовлення дитини, сприяти формуванню комунікативних умінь і сприяти розширенню соціальних зв'язків дитини.

В процесі оцінювання особистих досягнень учнів необхідно враховувати умотивованість школярів до самовдосконалення, до ведення здорового способу життя, що особливо важливе для дітей з порушеннями інтелектуального розвитку. Підхід до оцінювання рівня їхніх навчальних досягнень повинен бути всебічним і складатись із таких компонентів (Таблиця 1). Пропонуємо таке співвідношення складових навчальних досягнень в оцінюванні учнів:

Таблиця 1

Складові навчальних досягнень учнів

№ п/п	Компонент оцінювання	% в загальн. показнику	Спосіб оцінювання
1.	Ставлення до уроків, відвідування, підготовленість до уроку, активність на уроці.	15%	Спостереження вчителя
2.	Знання та їх застосування на практиці(основні поняття, визначені програмою, правила ігор, розуміння процесів, що відбуваються в організмі під час виконання вправ тощо)	15%	Спостереження вчителя, само оцінювання(починаючи з 4-5 класу), тестування
3.	Навички і вміння, визначені навчальною програмою, вміння застосовувати їх в побутових та ігрових ситуаціях	25%	Об'єктивне тестування, спостереження вчителя, само оцінювання (починаючи з 4-5 класу)
4.	Особистий прогрес учня у показниках фізичної підготовленості	20%	Моніторинг показників фізичної підготовлен.
5.	Дотримання правильної поведінки при виконанні навчальних завдань, побутових, трудових, ігрових дій	10%	Спостереження вчителя, взаємне оцінювання серед учнів, само оцінювання (починаючи з 4-5 класу)
6.	Поведінка: соціальна поведінка, відвідування спортивної секції, участь в фізкульт.-оздоровчих заходах і змаганнях, дотримання правил безпечної поведінки і збереження здоров'я на уроках та позаурочній роботі.	15%	Спостереження вчителя, взаємне оцінювання серед учнів, само оцінювання (починаючи з 4 класу)
	Усього:	100%	

Таким чином оцінювання навчальних досягнень школярів в ході навчання спортивним іграм має враховувати не тільки рівень досягнень по результату (спортивний результат), а й освітні і соціально значущі показники. Такі підходи в фізкультурно-освітній і спортивно-розвивальній роботі з учнями, які мають недоліки інтелектуального

розвитку дозволяють не тільки реалізувати завдання корекційно-навчальної роботи, але й сприяють соціальній адаптації, розширюючи життєві компетенції дитини, виховують відповідальність, підвищуючи рівень її соціалізації.

Для підвищення якості володіння руховими вміннями з розділу програми фізичної культури «Баскетбол» рекомендуємо дотримання таких організаційно-методичних моментів:

- основи володіння м'ячем необхідно закладати з 2 класу в розділі «Рухливі ігри» виконуючи естафети і з баскетбольними м'ячами які вагою і розміром більше ніж інші м'ячі;

- варіативний модуль «Баскетбол» і «Рухливі ігри» мають бути пов'язані між собою, доповнювати один одного по змісту задля удосконалення необхідних умінь;

- уникати одночасного включення в навчальний процес на протязі одного року більше ніж двох спортивних ігор;

- в ході корекційно-освітнього процесу на уроках фізичної культури висувати вимоги до рівня володіння руховими вміннями диференційовано, базуючись на індивідуальних можливостях учнів з інтелектуальними порушеннями;

- оцінювання навчальних досягнень школярів має відбуватись комплексно з урахуванням усіх складових навчальної діяльності (таблиця 1), що сприяє формуванню поведінкових стандартів, розвитку мовлення і загалом дозволить покращити соціалізаційний потенціал уроків фізичної культури;

- рухові вимоги(елементи гри) та поступовість їх опанування розподіляється по їх значущості для оволодіння грою. Пропонуємо такий обсяг рухових навчальних вимог в розділі програми «Баскетбол» для учнів середнього шкільного віку:

- 5-ий клас – переміщення бігом, приставним кроком; ловля і передача в парах і трійках м'яча на місті, ловля і передача м'яча в парах у русі, кидки м'яча у кошик вільним способом двома руками (знизу, від грудей, від плеча);

- 6-ий клас – при переміщенні вільний перехід з ходьби на біг, на приставний крок, зміна напрямку руху; ведіння м'яча на місці правою та лівою рукою, кидок у кошик двома руками від грудей, виконувати зупинку кроком;

- 7-ий клас – зміна темпу переміщення відповідно до завдання, переміщення з поворотами на 180*, ведіння м'яча у русі, ведіння м'яча з наступною передачею партнеру, виконувати зупинку у два кроки і стрибок, кидати у кошик однією рукою від плеча;

- починаючи з 5-го класу (2-й рік навчання баскетболу) включати в урок навчальну гру в баскетбол. У 5– му класі на 1/2 баскетбольного

майданчика на один кошик, без ведіння, але з м'ячем робити не більше 2-х кроків; у 6-му класі – ті ж умови вже на усю площадку і на 2 кошика; у 7 класі – грати з ведінням, але не вважається помилкою подвійне ведіння та відскік м'яча від ніг.

Такій підхід дозволяє більш тривало формувати рухові уміння, сприяє можливості організації спортивно-ігрової діяльності учнів, залучення їх до змагальної ігрової практики, їх мотивації та зацікавленості в результатах ігрової діяльності. В позакласній роботі можна удосконалювати наявні уміння, організовувати змагання між класами, долучати нормо типових дітей до спортивно-ігрової діяльності на інтегрованій основі, що сприятиме опануванню учнями з інтелектуальними порушеннями гри у баскетбол, удосконаленню їх психофізичного розвитку і підвищить рівень їх соціалізації.

ВИСНОВКИ

Спостереження за школярами середнього шкільного віку в процесі уроків фізичної культури та аналіз їх діяльності засвідчили бажання дітей з інтелектуальними порушеннями оволодіти спортивними ігровими уміннями. Саме ігрові уроки викликали зацікавленість дітей, активізували їх пізнавальну, рухову, мовленнєву діяльність. Учні не потребували додаткового заохочення, демонстрували позитивні зрушення в утриманні уваги, уміння швидкого налагодження міжособистісних взаємодій, бажання спілкування та комунікації. На уроках фізичної культури з елементами баскетболу, при додержанні запропонованих методичних підходів, створювались умови підтримання такого рівня навантаження, яке оказувало розвивальнотренувальний вплив на функціональні системи організму школярів, сприяло не лише покращанню фізичної підготовленості та формуванню ігрових умінь, але й оздоровленню учнів, вихованню правильних поведінкових проявів, удосконаленню мовленнєвого розвитку. Уроки фізичної культури із використанням засобів баскетболу виявили високі організаційні, корекційно-виховні та корекційно-розвивальні можливості.

В процесі ігрової діяльності, а саме гри в баскетбол, дитина з інтелектуальними порушеннями ні лише навчається, розвивається та укріплює здоров'я, але й соціалізується, самовизначається, формує своє розуміння, бачення, та відчуття світу, у відповідності з цим створює та будує особисту діяльність та соціальне оточення. Допомогає створенню цього якісно інша самосвідомість, яка формується в процесі взаємодії з оточенням. В ході занять спортивними іграми компенсуються та «вирівнюються» не лише інтелектуальні процеси. Значні зрушення відбуваються в емоційній та чутливій сфері дітей. «Емоції збідніли та

мало диференційовані» такий фрагмент є обов'язковим в діагнозі школяра з порушеннями інтелектуального розвитку. А у дитини яка займається спортивними іграми, адаптивною фізичною культурою та спортом, яка відчула гордість за перемогу, яку підтримали друзі при поразці, яка раділа за своїх друзів, яка мотивовано тренувалась і навчалась рухам і перемогла – емоції ніяк не збіднілі, вони дуже яскраві і зрозумілі дитині. Вона і надалі буде працювати, дослуховуватись до порад, намагатись зрозуміти, що необхідно зробити, що б пережити такі яскраві емоції ще.

АНОТАЦІЯ

В роботі висвітлюється питання застосування засобів баскетболу в фізичному вихованні учнів з порушеннями інтелектуального розвитку середнього шкільного віку. Розглядається місто та значення рухової активності в корекційній навчально-виховній роботі учнів з недоліками інтелектуального розвитку. Діти з інтелектуальними порушеннями розвиваються за загальними закономірностями, тому рухова активність є базовою біологічною потребою, яка, з данною групою школярів, може реалізовуватись лише в процесі планованої, спеціально організованої рухової діяльності. Наголошується, що контингент школярів з порушеннями інтелектуального розвитку не однородний, але всім дітям цієї групи притаманні порушення загальної та мілької моторики. При організації фізкультурно-спортивної діяльності з використанням спортивних ігор є нагальна потреба диференціації засобів, методів та навантаження в процесі фізичного виховання відповідно до стану та можливостей дітей. Проведене дослідження сформованості ігрових умінь з учнями спеціальної школи середнього шкільного віку засвідчило низький та задовільний рівень володіння ними ігровими навичками. Запропоновано підходи до оцінювання навчальних досягнень учнів, організаційні та методичні умови, які дозволяють сформувати ігрові уміння, удосконалити корекційно-навчальний процес, спрямований на розвиток фізичних якостей, пізнавальних процесів школярів середнього шкільного віку з інтелектуальними порушеннями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Алферова Г.В. Нетрадиційні методи фізичного виховання дітей з порушенням інтелекту. *Виховання та навчання дітей з порушенням розвитку*. 2003, №1. С.40-43.
2. Гончаренко Г.М. Обґрунтування експериментального дослідження особливостей пізнавальної активності розумово відсталих учнів на уроках фізкультури. *Педагогіка і сучасні аспекти фізичного*

виховання. II Міжнародна наук.-практ. конф. Краматорськ : ДДМА, 2016. С. 350–259.

3. Гуменюк В. О. Здоров'язбережувальні технології як умова формування культури здоров'я школярів спеціальної школи-інтернату. *Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи*. II Всеукраїнська науково-практичної інтернет-конференції. Полтава: ПолтНТУ ім. Юрія Кондратюка, 2016. С. 86–88.

4. Долинний Ю. О. Сутність реабілітаційної роботи з дітьми з обмеженими фізичними можливостями. *Педагогіка і сучасні аспекти фізичного виховання*. Наукові праці I Міжнародної науково-практичної конференції. Краматорськ : ДДМА, 2015. С.208–213.

5. Круцевич Т., Безверхня Г. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навчальний посібник. К., 2010. 370с. ISBN 978-966-8708-28-2

6. Лещій Н.П. Теоретико-методичні основи фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми зі складними порушеннями розвитку в умовах освітньореабілітаційного центру: монографія. Одеса:ПНПУ, 2020. 304 с. ISBN 978-617-7790-11-1

7. Потапова, А. Є. Особливості фізичного виховання дітей з обмеженими можливостями. *Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи*. Праці II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції. Полтава : ПолтНТУ ім. Юрія Кондратюка, 2016. С. 182–184.

8. Чернявська О. Особливості фізичного розвитку і рухових здібностей дітей з розумовими вадами. 2018 [Електронний ресурс] URL:

http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/soc_gum/fvs/2008_3/1/Cherniavska.pdf

9. Шевченко Ю. Особливості розвитку дітей з інтелектуальними порушеннями в сучасному освітньому просторі. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2020, № 3, С. 36-46.

Information about the author:

Nachynova Olena Vasilivna,

Ph. D. in Pedagogical Sciences,

Associate Professor at the Department of Specialized
and Inclusive Pedagogy

State Institution «South Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky»

24, Staroportofrankovska str., Odesa, 65020, Ukraine