

можливостями. Аналіз стану проблеми за літературними джерелами свідчить про активну увагу фахівців до різних її аспектів. Однак, потребують наукового обґрунтування засоби корекції і оптимізації фізичного та функціонального розвитку дітей молодшого шкільного віку з порушенням слухової функції [1].

Дослідженнями Грибовської І., 1997-1998 виявлено зниження рівня фізичної працездатності на 28% дітей з порушенням слухової функції. Доведено зниження кількісних і якісних показників переробки зорової інформації. Разом з тим, функціональний стан серцево-судинної та центральної системи характеризується підвищенням метаболічних процесів у міокарді, перевагою гальмівних процесів, що вказує на затримку дозрівання мозкових структур [2].

Застосування засобів фізичної культури у навчально-виховному процесі спеціальної школи-інтернату дало змогу покращити показники динамічної рівноваги, що вірогідно знизилася, у 9-річному віці та становили 72,6±4,3см у хлопчиків і 73,7±5,7см у дівчат, що свідчить про покращення здатності контролювати напрям руху. Застосування фізичних вправ також позитивно вплинуло на розумову і фізичну працездатність глухих дітей.

Висновок. В зв'язку з цим, проведення подальших досліджень з вивчення функціонального стану систем організму глухих дітей буде актуальним і соціально вагомим.

Література:

1. Безруких М.М. *Возрастные особенности организации двигательной активности у детей 6-16лет // Физиол. человека.* -2000. -Т.26, №3. -С.100-107.
2. Грибовська І. *Корекція функціонального стану вестибулярної сенсорної системи в глухих школярів засобами фізичного виховання //Дефектологія.* -N4.-1997.-С.21-22.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДОШКІЛЬНЯТ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ

ТЕТЯНА ЦЮПАК, ЮРІЙ ЦЮПАК

Волинський державний університет імені Лесі Українки

На сучасному етапі життя до всіх якостей людської особистості висуваються високі вимоги. Зросли навантаження на всі органи чуттів, і в першу чергу на зір. А це привело до появи великої кількості людей із порушеннями зору (короткозорість, далекозорість, ністагм та ін.). Серед них найбільше дітей дошкільного віку, яких потрібно підготувати до школи.

В системі фізичного виховання дітей дошкільного віку велике значення має розвиток основних рухів [1,3]. Численними дослідженнями доведено, що вироблення навичок і життєво важливих рухів найбільш ефективно відбувається в дошкільний період життя дитини. 6-річний вік дитини вважають

найбільш важливим для розвитку рухового аналізатора. У цей період значно покращується аналіз тактильно-кінетичних сигналів і посилюється концентрація нервових процесів. Однією з важливих особливостей вищої нервової системи старших дошкільників є те, що системи умовних зв'язків сформовані в цей віковий період, відрізняються значною міцністю і зберігаються протягом всього подальшого життя людини. Таким чином, враховуючи анатомо-фізіологічні і психологічні особливості дітей, можна констатувати, що в старшому дошкільному віці створюються всі передумови для формування стійких навичок в основних рухах [2, 4, 5].

Для вивчення фізичної підготовленості дошкільнят використовувалися тести, за допомогою яких визначалися найбільш важливі рухові якості дітей, які необхідні для навчання у школі.

Результати наших досліджень свідчать про те, що рівень розвитку основних фізичних якостей молодших школярів, які мають вади зору вірогідно відрізняється від здорових ровесників.

Відомо, що будь-які рухові дії людини є результатом узгодженої діяльності центральної нервової системи та периферичних відділів рухового апарату, зокрема, скелетно-м'язової системи.

Рівень м'язової сили в усіх групах (окрім дівчаток без вад зору) - середній, що вказує на недостатність розвитку сили у дошкільнят.

На думку багатьох фахівців відмічено, що розвиток швидкісно-силових якостей доцільно починати в дитячому та підлітковому віці.

Рівень розвитку швидкісно-силових якостей визначався за допомогою тесту – "стрибок у довжину з місця". Так, середні величини стрибка у довжину, хлопчиків, які мають вади зору, становлять $99,83 \pm 0,81$ см, а в здорових хлопчиків становить $101,87 \pm 1,24$ см. Рівень їх швидкісно-силової підготовки оцінюється як нижче середнього. Дівчатка, які мають вади зору в середньому стрибнули у довжину $87,45 \pm 2,17$ см, а здорові дівчатка відповідно – $96,53 \pm 2,25$ см ($P < 0,05$).

У своїй роботі ми досліджували загальну витривалість, як рухову якість людини – здатність виконувати м'язову роботу помірної інтенсивності, за допомогою тесту "Стрибки зі скакалкою до втоми".

Хлопчики, які мають вади зору, стрибали в середньому $6,81 \pm 1,87$ разів, а здорові діти відповідно $11,43 \pm 1,95$ разів, що на 5 разів більше, ніж хлопчики із вадами зору ($P < 0,05$). Аналогічна картина спостерігається і у дівчаток. Дівчатка, які мають вади зору стрибали в середньому $5,74 \pm 1,68$ разів, а їх однолітки відповідно - $16,07 \pm 2,85$, що на 10 разів більше, ніж дівчатка із вадами зору ($P < 0,05$).

Аналіз показників рівня розвитку м'язів тулуба у дошкільнят вказує, що він знаходиться на низькому рівні. Порівнюючи рівень розвитку м'язів тулуба у дітей із вадами зору, з рівнем розвитку м'язів тулуба здорових дітей, наше дослідження не виявило статично вірогідної різниці як у хлопчиків, так і у дівчаток ($P > 0,05$).

Таким чином, результати наших досліджень вказують на більш низьку фізичну підготовку дошкільнят з дефектами зору, ніж здорових дошкільнят такого ж віку, що свідчить про необхідність спеціального оздоровчого тренування з цими дітьми.

Література:

1. Акімова А.К. *Коррекционная работа над недостатками физического развития слабослыдящих детей средствами лечебной физкультуры.* – Алма-Ата, 1993. – 80 с.
2. Вертугіна В.М. *Особливості розвитку, виховання і навчання дітей дошкільного віку з вадами зору // Бібліотечка вихователя дитячого садка.* – 1999. – № 19.
3. Денисенко Н. *Гартуємо тіло і дух (сучасні підходи до фізичного виховання та оздоровлення дошкільнят із вадами зору // Дошкільне виховання.* – 2001. – № 4 4. Ермаков В.П., Якушин Г.А. *Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения.* – М., 1990. – 223 с.
5. Свиридюк Т.П. *Подготовка слабослыдящих детей к школе.* – К., 1984. – 103 с.
6. Сермеев Б.В. *Физическое воспитание слабослыдящих и слепых школьников.* – Л., 1990. – 170 с.