

УДК 796.012.2-053.5

## СПІВВІДНОШЕННЯ РІВНЯ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ З ВЕСТИБУЛЯРНОЮ СТІЙКІСТЮ У ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Маріна ДУРМАНЕНКО

*Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка*

**Анотація:** стаття присвячена дослідженню рівня вестибулярної стійкості дітей старшого дошкільного віку та вивченню впливу вестибулярної стійкості дітей на рівень розвитку їх координаційних здібностей.

**Ключові слова:** координаційні здібності, вестибулярна стійкість, рухова активність, фізичне виховання дошкільників.

**Постановка проблеми.** Дошкільний вік є дуже важливим періодом у розвитку життєво важливих та побутових навичок, зміцненні здоров'я та підготовці до навчання у школі. В цьому періоді виникає особливо велика потреба в рухах, рухова діяльність є одним знайважливіших шляхів пізнання дитиною навколишнього світу і таким чином впливає на його психічний розвиток. В процесі рухової активності у дітей виховуються увага та спостережливість, розвиваються вольові якості, розвивається характер. Від того, наскільки повноцінно здійснюється фізичне виховання в дошкільному періоді, в значній мірі залежить не лише фізичний, але й розумовий розвиток у наступні роки. Кожній дитині в дошкільному віці необхідно оволодіти базовими руховими навичками, які будуть допомагати оволодінню більш складними руховими діями в подальшому [1; 3; 4].

В процесі фізичного виховання дітей даної вікової групи дуже важливо виділити фактори, які впливають на розвиток тієї чи іншої фізичної якості. Дослідження таких факторів є необхідною умовою для підвищення ефективності процесу фізичного виховання дошкільників, для покращення їх фізичного розвитку, для кращого засвоєння ними програми навчання.

Серед всіх фізичних якостей найактуальнішим для цієї вікової групи є розвиток координаційних здібностей. По-перше, саме розвиток координації впливає на покращення моторики дитини та засвоєння нею багатьох рухових актів і дій. По-друге, на старший дошкільний вік припадає сенситивний період для розвитку координаційних здібностей [1].

В свою чергу управління руховою діяльністю здійснюється спільною роботою ЦНС та аналізаторних систем організму. Провідна роль в складній нейродинаміці, що лежить в основі реакцій рівноваги, орієнтації у просторі і координації рухів в динамічних умовах, належить вестибулярному аналізатору і складній системі безумовних вестибуло-соматичних та вестибуло-вегетативних рефлексів. Вестибулярний апарат пов'язаний з нервовими центрами і еффлекторними органами, в результаті чого утворюється складна система управління положенням всього тіла в просторі [6; 7]. Тому виникла потреба дослідження вестибулярної стійкості як фактора, який може впливати на розвиток координаційних здібностей дітей.

**Мета дослідження** – дослідити вплив вестибулярної стійкості на рівень розвитку координаційних здібностей дітей старшого дошкільного віку.

**Завдання дослідження:**

1. Визначити середній рівень вестибулярної стійкості у дітей 5-6 років.
2. Дослідити зв'язок між розвитком вестибулярної стійкості дітей і ступенем оволодіння ними системою різних рухів координаційної спрямованості.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури за проблематикою дослідження, педагогічний експеримент, тестування, методи математичної обробки результатів.

**Організація дослідження.** Дослідження проводилося в два етапи на базі дошкільного навчального закладу № 28 «Ювілейний» м. Сум.

На I етапі вивчалася науково-методична література, досліджувався стан проблеми на сьогоднішній день.

На II етапі проводився педагогічний експеримент, в ході якого визначався середній рівень вестибулярної стійкості дітей 5-6 років та вивчався вплив вестибулярної стійкості на рівень розвитку координаційних здібностей дітей цієї вікової групи. Також була здійснена обробка отриманих результатів і зроблено висновки.

В експерименті приймали участь 40 дітей 5-6 років.

#### **Результати дослідження та їх обговорення.**

Вестибулярний апарат – це складна функціональна система, яка інформує ЦНС про положення голови і тіла в просторі, про напрямок і зміну прискорення при поступальних і обертових рухах голови і вібрації тіла.

Природнім подразником вестибулярної системи є найважливіший компонент фізичних вправ – рух. При подразненні та збудженні рецепторних утворень вестибулярного апарату виникає ряд безумовних рухових рефлексів, які забезпечують збереження нормальної пози, рівновагу, узгоджують позу з положенням голови по відношенню до тулуба та ін. Тому низький рівень розвитку вестибулярної стійкості може бути однією з причин недостатнього володіння системою основних рухів і фізичних вправ, особливо тих, які потребують прояву координації [5; 6].

Дослідження вестибулярної стійкості дітей проводилось за допомогою двох функціональних проб:

1) проба Яроцького (в. п. – основна стійка, руки на пояс, очі заплющені. Дитина виконує обертові рухи головою в один бік, один оберт за секунду. Після чого реєструється час утримання рівноваги) – оцінка здібності до утримання рівноваги після вестибулярного подразнення.

2) проба Бірюк (досліджуваному пропонують зафіксувати зімкнуту стійку на носках, руки вгору-назовні, очі заплющені. Реєструється час утримання рівноваги) – оцінка здібності до утримання статичної рівноваги (оцінка функції балансування).

Для дітей 5-6 років нормою в обох пробах є фіксація рівноваги на протязі 5-6 секунд [2].

За результатами тестування вестибулярної стійкості діти були умовно поділені на три групи: з *нормальними показниками*; з *середніми показниками*; з *низькими або нульовими показниками*.

Після обробки результатів тестування за пробою Яроцького були отримані наступні дані: кількість дітей у відсотках з *нормальними показниками* склала 35 %, з *середніми показниками* – 40 % і з *низькими або нульовими показниками* – 25 %.

За пробою Бірюк кількість дітей з *нормальними показниками* склала 20 %, з *середніми* – 35 % і з *низькими або нульовими показниками* – 45 %.

З вище приведених даних видно, що рівень вестибулярної стійкості більшості дітей не досягає тієї норми, яка визначена фізіологічно для даної вікової категорії. Знижені функціональні можливості вестибулярного аналізатора можуть бути поміхою для нормального формування повноцінної системи рухів у дітей.

Для оцінки рівня розвитку координаційних здібностей дітей використовували наступні вправи:

1. Метання в ціль з відстані 2 м м'яча.
2. Ходьба навшпиньки по колоді шириною 20 см руки на пояс, руки в сторони, руки вгору (в балах).
3. Асиметричні рухи руками (в балах).

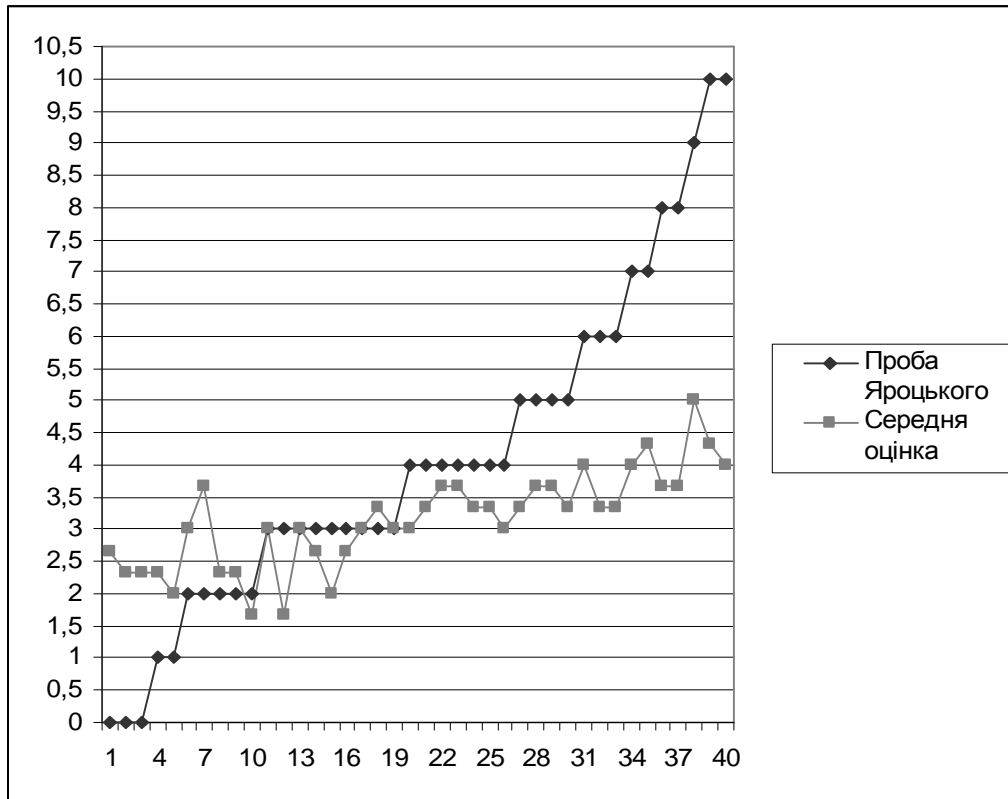


Рис. 1. Співвідношення результатів тестування за пробою Яроцького та середніх оцінок за виконання вправ на координацію.

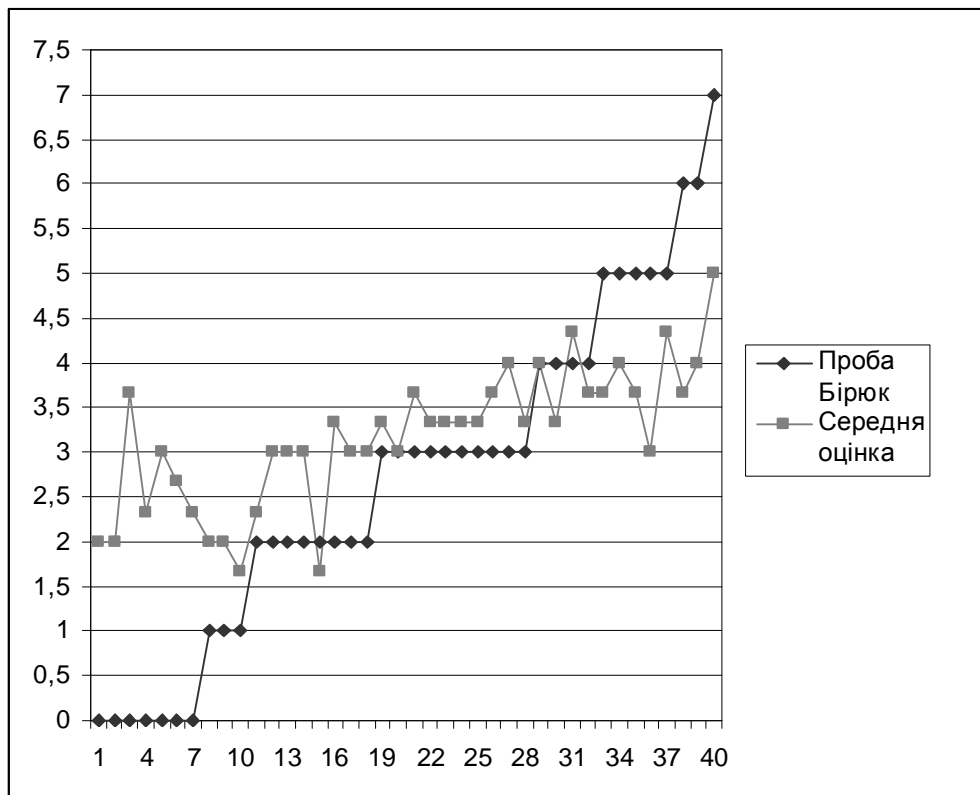


Рис. 2. Співвідношення результатів тестування за пробою Бірюк та середніх оцінок за виконання вправ на координацію.

Зіставивши результати тестування вестибулярної стійкості з середніми оцінками за виконання вправ, спостерігали зростання середніх оцінок в залежності від зростання показників вестибулярної стійкості. Візуально це співвідношення можна спостерігати на графіках (рис. 1, рис. 2).

### Висновок

В ході проведеного дослідження було з'ясовано, що рівень вестибулярної стійкості більшості дітей 5-6 років знаходиться на рівні нижчому за середній і лише у невеликій кількості дітей він досягає фізіологічної норми для цього віку. Причиною цього може бути насамперед недостатність рухової активності, адже рух надає всебічний вплив на органи людини і цей вплив неодмінно вище для дитячого організму, що росте та розвивається. Отже необхідно звернути особливу увагу на те, чи достатньо приділяється уваги фізичному вихованню дітей в сім'ї, а також на зміст тих програм з фізичного виховання, за якими сьогодні працюють дошкільні навчальні заклади.

Крім того, було з'ясовано, що рівень вестибулярної стійкості в певній мірі впливає на засвоєння і виконання дітьми вправ координаційної спрямованості. Тому однією з причин недостатнього розвитку координаційних здібностей дітей старшого дошкільного віку може бути недостатній розвиток вестибулярного аналізатору дітей. Цей факт також необхідно враховувати при здійсненні процесу фізичного виховання дітей даної вікової групи.

### Перспективи подальших досліджень.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на пошук, розроблення та обґрунтування нових методик, які будуть сприяти підвищенню ефективності процесу фізичного виховання в сім'ї та дошкільних закладах.

### Список літератури

1. *Ашмарин Б.А.* Теория и методика физического воспитания. – М.: Просвещение, 1979. – 356 с.
2. *Болобан В.Н.* Спортивная акробатика. – К.: Выща шк. Головное изд-во, 1988. – 163 с.
3. *Вільчковський Е.С.* Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. – 336 с.
4. *Дворкина Н.И.* Взаимосвязь силовых и психических качеств дошкольников 3-6 лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – № 3. – С. 7-10.
5. *Коренберг В.Б.* Проблемы физических и двигательных качеств // Теория и практика физ. культуры. – 1995. – №7. – С. 2-5.
6. *Стрелец В.Г., Горелов А.А.* Теория и практика управления вестибуло-моторикой человека в спорте и профессиональной деятельности // Теория и практика физ. культуры. – 1996. – №5. – С. 13-16.
7. *Фомин Н.А.* Физиология человека. – М.: Просвещение, 1982. – 319 с.

**СООТНОШЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ С ВЕСТИБУЛЯРНОЙ УСТОЙЧИВОСТЬЮ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Марина ДУРМАНЕНКО**

*Сумской государственной педагогической университет им. А.С. Макаренко*

**Аннотация:** статья посвящена исследованию уровня вестибулярной устойчивости детей старшего дошкольного возраста и изучению влияния вестибулярной устойчивости детей на уровень развития их координационных способностей.

**Ключевые слова:** координационные способности, вестибулярная устойчивость, двигательная активность, физическое воспитание дошкольников.

**THE CORRELATION OF THE LEVEL DEVELOPMENT OF THE COORDINATIONAL ABILITIES WITH VESTIBULAR STABILITY OF SENIOR PRE-SCHOOL CHILDREN**

**Marina DURMANENKO**

*Sumy State Pedagogical University by A.S. Makarenko*

**Abstract.** The article is based on the investigation of senior pre-school children's level of vestibular stability and on the study of the influence of children's vestibular stability on the level of development of their coordinational abilities.

**Key words:** coordinational abilities, vestibular stability, movable activity, physical education of pre-school children.