

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ЛЕСЬКО Орест Михайлович

УДК 796.11:376.42

**ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ
ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР У ФІЗИЧНОМУ
ВИХОВАННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ
ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ**

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Львів – 2004

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі біологічних основ фізичної культури у Львівському державному інституті фізичної культури Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту.

Науковий керівник – кандидат біологічних наук, доцент
ТРАЧ ВОЛОДИМИР МИХАЙЛОВИЧ,
Львівський державний інститут фізичної культури, завідувач
кафедри біологічних основ фізичної культури.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
ВІСКОВАТОВА ТЕТЯНА ПАВЛІВНА,
Одеський національний університет імені І.І. Мечнікова,
професор кафедри клінічної психології інституту
інноваційної післядипломної освіти;

кандидат педагогічних наук, доцент
ЗАВАЦЬКА ЛІДІЯ АРХИПІВНА,
Міжнародний університет „Рівненський економіко-
гуманітарний інститут” імені академіка Степана Дем’янчука,
декан факультету здоров’я, фізичної культури і спорту,
професор кафедри біологічних і педагогічних основ
фізичного виховання і оздоровчої роботи;

Провідна установа – Харківська державна академія фізичної культури, кафедра біологічних основ фізичного виховання і спорту, Державний комітет України з питань фізичної культури і спорту, м. Харків.

Захист відбудеться 11 грудня 2004 року о 10 годині 30 хвилин під час засідання спеціалізованої вченої ради К 35.829.01 Львівського державного інституту фізичної культури за адресою: 79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Львівського державного інституту фізичної культури (79000 м. Львів, вул. Костюшка, 11).

Автореферат розіслано 10 листопада 2004 року.

Учений секретар спеціалізованої вченої ради

О.М. Вацеба

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність. Турбота про здоров'я дітей є одним із найважливіших завдань українського суспільства. У Державній національній програмі „Освіта” (Україна ХХІ століття, 1994) визнано за необхідне удосконалення освітнього процесу дітей із психофізичними вадами, забезпечення умов для їх повноцінного життя та розвитку.

Проблеми дітей із затримкою психічного розвитку (ЗПР) на сучасному етапі розвитку суспільства спільно з медичною наукою намагаються вирішувати вчені та практики в галузі фізичної культури, психологи, педагоги-дефектологи (Т.П. Вісковатова, 2003; В.И. Лубовский, 1994; Е.С. Слепович, 1990; У.В. Ульєнкова, 1990 та ін.). Однією з психолого-педагогічних особливостей дітей із затримкою психічного розвитку є їхній недостатній фізичний розвиток (Т.П. Вісковатова, 2000; М.О. Козленко, 1993; В.И. Лубовский, 1994 та ін.).

Позитивний вплив рухливих ігор на фізичний стан дітей відзначали багато дослідників: Э.С. Вильчковский (1989), В.І. Левків (1998), С.Б. Мудрик (1999), Є.Н. Приступа (1999), А.В. Цюсь (1994).

Дослідження впливу рухливих ігор на організм дітей з різноманітними вадами є нечисленні. Це, зокрема, роботи С. Демчук, О. Куца (2003), В.І. Грицюк (2000), В.Л. Страковской (1987). У роботах Л.Є. Шевченко (1999), С.Ю. Максимової (2002), С. Гвоздецької (2004) описано вплив різних засобів фізичної культури на психофізичний та функціональний розвиток дітей із затримкою психічного розвитку, але автори не розглядають впливу рухливих ігор на фізичний, морфо-функціональний та психічний розвиток молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Ігрова діяльність у молодших школярів із затримкою психічного розвитку домінує практично до закінчення початкової школи. Тому вважаємо за доцільне розробити і експериментально апробувати організаційно-методичні основи використання рухливих ігор у їх фізичному вихованні. Це покращило б психофізичний та функціональний розвиток цих дітей. Саме потреба у цьому, а також оптимізація процесу їх фізичного виховання зумовлює актуальність теми нашого дослідження: „Організаційно-методичні основи використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку”.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційну роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи з фізичного виховання та спорту на 2001-2005 рр. Державного комітету молодіжної політики, спорту і туризму України за темою 2.2.3 “Психофізична реабілітація неповносправних дітей засобами фізичного виховання” (номер державної реєстрації 0102U002646).

Роль автора у виконанні теми полягала у розробці та впровадженні програми використання рухливих ігор в процесі фізичного виховання з молодшими школярами із затримкою психічного розвитку.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Предмет дослідження – організація та методика використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Мета дисертаційного дослідження – розробити й обґрунтувати організаційні та методичні підходи до використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку та визначити їх ефективність.

Завдання дослідження:

- Узагальнити досвід організації та методики використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку та здорових дітей.

- Вивчити рівень фізичної підготовленості, фізичної працездатності, морфофункціонального та психічного розвитку молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

- Розробити, теоретично обґрунтувати та впровадити авторську програму використання рухливих ігор у процес фізичного виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

- Перевірити ефективність авторської програми використання рухливих ігор для поліпшення фізичної підготовленості, фізичної працездатності, морфофункціонального та психічного розвитку молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, анкетування, педагогічне спостереження, психолого-педагогічне тестування, педагогічний експеримент (констатуючий і формуючий), медико-біологічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Наукова новизна дослідження:

- розроблено науково-обґрунтовану програму використання рухливих ігор у процесі фізичного виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку;

- уперше вивчено стан симпато-адреналової системи молодших школярів із затримкою психічного розвитку;

- доповнено дані про особливості фізичної підготовленості, фізичної працездатності, морфофункціонального розвитку та психічних функцій молодших школярів із затримкою психічного розвитку Львівської області.

Практичне значення результатів дисертаційних досліджень:

- вдосконалено організаційні підходи до занять фізичною культурою з дітьми молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку, а саме: заміна засобів фізичного виховання на уроках фізичної культури та в позаурочних заходах; введено третій, додатковий урок фізичної культури ігрового спрямування;

- удосконалено процес фізичного виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку;

- створено банк рухливих ігор різної інтенсивності, для дітей різного віку та з різним рівнем розвитку фізичних якостей;

- визначено функціональний стан дітей із затримкою психічного розвитку за показниками симпато-адреналової системи.

Авторську програму, спрямовану на поліпшення організації та методики використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку, рекомендовано для застосування у спеціальних школах-

інтернатах і впроваджено у процес фізичного виховання навчально-реабілітаційного центру „Мрія” м. Львова, отримані матеріали даного дисертаційного дослідження впроваджено у навчальний процес Львівського державного інституту фізичної культури, про що свідчать відповідні акти впровадження (від 29.08.2003; 1.09.2003; 1.09.2003; 1.09.2003; 22.01.2004; 9.09.2004).

Матеріали дослідження можуть бути використані для викладання дисциплін „Адаптивне фізичне виховання”, „Теорія і методика фізичного виховання”, „Фізична реабілітація”, „Педагогіка”, „Психологія” для студентів спеціалізованих ВНЗ.

Особистий внесок здобувача полягає у визначенні напрямку, мети, завдань дослідження, нагромадженні теоретичного та експериментального матеріалів, в організації та проведенні дворічного формуючого педагогічного експерименту, аналізі отриманих даних.

У роботах, виконаних у співавторстві, дисертантові належать результати досліджень, що стосуються змісту, методики занять із молодшими школярами із затримкою психічного розвитку, розробки програми організації та методики використання рухливих ігор у фізичному вихованні.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні положення, експериментальні дані та висновки були представлені й обговорювалися на міжнародних наукових конференціях „Молода спортивна наука України” (Львів, 2001-2004), на Міжнародній науковій конференції „Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні” (Рівне, 2003), на Всеукраїнській науково-методичній конференції „Оздоровча і спортивна робота з неповносправними” (Львів, 2003), на II Міжрегіональній науково-практичній конференції „Здоровий спосіб життя” (Славута, 2002), на засіданнях наукового гуртка аспірантів та пошукувачів ЛДІФК (Львів 2002-2004), на засіданнях методичних об’єднань учителів фізичної культури і лікувальної фізичної культури спеціальних шкіл-інтернатів Львівської області (Львів, 2000-2004), на засіданнях методичних об’єднань учителів початкових класів Львівського навчально-реабілітаційного центру інтенсивної педагогічної корекції „Мрія” (Львів, 2000-2004).

Публікації. Результати дисертаційної роботи відображені у дев’яти публікаціях, з них чотири опубліковано в наукових фахових виданнях ВАК України. З дев’яти публікацій шість одноосібних та дві праці серед яких навчально-методичний посібник та програма використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Структура й обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, переліку умовних скорочень, п’яти розділів, загальних висновків, практичних рекомендацій, списку використаної літератури та п’яти додатків. Загальний обсяг дисертаційної роботи 268 сторінок друкованого тексту, з них 156 сторінок основного тексту. Список використаної літератури містить 294 джерела, з них 27 праць іноземних авторів. Робота проілюстрована 70 рисунками, 15 таблицями і 5 додатками.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, визначено об’єкт, предмет, мету, завдання дослідження та їх методологічні засади; розкрито

наукову новизну і практичне значення наукових результатів, особистий внесок здобувача; зазначено місця апробації результатів дослідження і кількість публікацій; подано структуру та обсяг дисертації.

У першому розділі **“Сучасні погляди на фізичне виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку”** викладено науково-теоретичні передумови педагогічного експерименту; зроблено огляд науково-методичної літератури з означеної проблеми; проаналізовано значення фізичного виховання, і зокрема рухливих ігор, як важливого чинника у житті молодших школярів; визначено роль і місце фізичного виховання, зокрема рухливих ігор, у навчанні та вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

У другому розділі **“Методи та організація досліджень”** подано характеристику використаних наукових методів, організацію педагогічного експерименту та висвітлено етапність виконання науково-методичних досліджень.

Для вирішення поставлених завдань застосовували педагогічні методи досліджень: для визначення фізичної підготовленості використали методику „Єврофіт”; з метою вивчення інтелектуальних та психічних особливостей молодших школярів із ЗПР використовували комплексну психодіагностичну методику проф. Т.П. Вісковатової; визначення психічних станів проводили за методикою САН (самопочуття, активність, настрій); для визначення рівня фізичного розвитку та функціонального стану обстежуваних застосовували медико-біологічні та інструментальні методи; для обробки отриманих даних та їх перевірки у дослідженні психофізичного стану молодших школярів із ЗПР під впливом авторської програми використовували методи математичної статистики.

Перевірка запропонованої гіпотези та вирішення поставлених завдань передбачали чотири етапи проведення дослідження.

Перший етап (2000-2001 рр.) було присвячено вивченню і теоретичному усвідомленню проблеми, аналізу наявних програм з фізичного виховання, нагромадженню банку рухливих ігор різної інтенсивності для молодших школярів із ЗПР.

На другому етапі (2001 р.) було проведено констатуючий експеримент. Його мета полягала у зборі інформації про психофізичний стан, рухову підготовленість і функціональні можливості організму молодших школярів із ЗПР. У дослідженнях було задіяно 64 учні віком 7-9 років із ЗПР, з них 30 дівчаток і 34 хлопчики.

Констатуючий і формуючий експерименти проводилися на базі навчально-реабілітаційного центру “Мрія” м. Львова для дітей із затримкою психічного розвитку (директор Г.І. Пирч).

Мета третього етапу (2001-2003 рр.) полягала у впровадженні експериментальної авторської програми використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із ЗПР у навчально-реабілітаційному центрі “Мрія” для розвитку основних фізичних якостей та покращення інтелектуальних і функціональних можливостей дитячого організму, яка базувалася на використанні рухливих ігор.

На цьому етапі дослідження у формуючому педагогічному експерименті брали участь 64 учні віком 7-9 років, з них 30 дівчаток і 34 хлопчики із ЗПР, яким на 1 вересня 2001 р. виповнилося 7, 8 і 9 років. Нашу програму ми розглядаємо як осно-

ву в організації і методиці використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із ЗПР.

Четвертий етап (2003-2004 рр.) передбачав перевірку ефективності розробленої програми шляхом порівняння вихідного та кінцевого показників психофізичного стану школярів експериментальної групи, а також апробації основних положень дисертації на наукових конференціях, упровадження результатів дослідження у практику, оформлення дисертаційної роботи.

У третьому розділі **“Фізичний, морфо-функціональний та інтелектуальний стан молодших школярів із затримкою психічного розвитку”** представлено основні положення методики дослідження психофізичного та функціонального стану молодших школярів із ЗПР у порівнянні з їх однолітками; виявлено відставання молодших школярів із ЗПР від своїх одноліток за всіма показниками фізичної підготовленості, фізичного розвитку та окремими компонентами функціонального стану.

Дівчатка із ЗПР у початкових класах відстають за показниками від однолітків без ЗПР за всіма досліджуваними фізичними вправами. Спостерігається відставання дівчаток початкових класів із ЗПР у показниках фізичної підготовленості: силі кисті – на 36,2% ($P < 0,05$); у стрибку у довжину з місця – на 34,9 % ($P < 0,05$); у висі на перекладині – на 47,4 % ($P < 0,05$); у човниковому бігу 5x10м – на 22,5 % ($P < 0,05$); у підніманні тулуба – на 76,2 % ($P < 0,05$), у нахилі тулуба – на 23,1 % ($P > 0,05$); у стійці на одній нозі – на 67,1 % ($P < 0,05$); у частоті рухів руками – на 16,6 % ($P < 0,05$); у човниковому бігу з нарощуванням швидкості – на 38,6 % ($P < 0,05$).

За показниками відставання серед хлопчиків за більшістю вправ є дещо меншим, ніж у дівчаток. Сили кисті спостерігається відставання на 39,2 % ($P < 0,05$); стрибків в довжину з місця – на 21,6 % ($P < 0,05$); вису на перекладині – на 41,6 % ($P < 0,05$); човникового бігу 5x10м – на 20,1 % ($P < 0,05$); піднімання тулуба – на 69,9 % ($P < 0,05$), нахилу тулуба – на 43,2 % ($P < 0,05$); стійки на одній нозі – на 75,5 % ($P < 0,05$); частоти рухів руками – на 18,1 % ($P < 0,05$); човникового бігу з нарощуванням швидкості – на 31,3 % ($P < 0,05$).

Узагальнення результатів фізичної підготовленості молодших школярів із ЗПР показало, що переважна більшість з них відстають за розвитком таких фізичних якостей, як спритність і швидкість, які досить повільно піддаються корекції, на відміну від інших, оскільки вони є найбільш близькі до психічного розвитку, який у цих дітей затримується.

За результатами наших досліджень можна зробити висновок про значне відставання молодших школярів із ЗПР у фізичній підготовленості порівняно із здоровими однолітками. Крім цього, ми зауважили, що у першокласників відставання у фізичній підготовленості є менші, ніж у третьокласників, хоча абсолютні показники, звичайно, вищі у третьокласників. Це говорить про досить повільні темпи корекції фізичної підготовленості молодших школярів із ЗПР і значно повільніший ріст результатів фізичної підготовленості на відміну від однолітків.

Дівчатка початкових класів із ЗПР відстають від однолітків без ЗПР за показниками фізичної працездатності, тобто за індексом Гарвардського степ-тесту, на 9,9 %, а хлопчики – на 9,2 % ($P < 0,05$, $P < 0,05$). Під час проведення Гарвардського

степ-тесту частина дітей мали проблеми з попаданням у ритм, навіть після двох-трьох навчальних спроб.

У фізичному розвитку молодших школярів із ЗПР спостерігається незначне відставання за показниками довжини тіла: на 4 % у дівчаток і на 6 % у хлопчиків ($P>0,05$, $P>0,05$). Показники маси тіла дівчаток і хлопчиків із ЗПР нижчі від маси тіла однолітків без ЗПР на 10 і 12 % відповідно ($P<0,05$, $P<0,05$). Показники обводу грудної клітки є нижчі від показників однолітків без ЗПР на 4 % у дівчаток і на 2 % у хлопчиків ($P>0,05$, $P>0,05$).

Показники життєвої ємності легень у хлопчиків із ЗПР початкових класів перебувають в межах 1412,5-1929,2 мл, а у дівчаток – 1279,0-1818,8 мл ($P>0,05$). Щодо характеристик показників частоти серцевих скорочень і артеріального тиску, то вони практично знаходяться в межах норми: частота серцевих скорочень у хлопчиків – 89,3-82,0 уд/хв, у дівчаток – 85,2-78,5 уд/хв ($P>0,05$); артеріального тиску (сист.) відповідно – 99,8-110,3 і 107,6-112,5 мм рт. ст. ($P>0,05$), артеріального тиску (діаст.) – 69,6-74,6 і 71,7-78,4 мм рт. ст. ($P>0,05$).

Ми вперше дослідили стан симпато-адреналової системи (САС) для визначення рівня функціонального стану дітей із ЗПР.

Результати досліджень стану симпато-адреналової системи молодших школярів із ЗПР та їх однолітків без ЗПР представлені на рисунку 1.

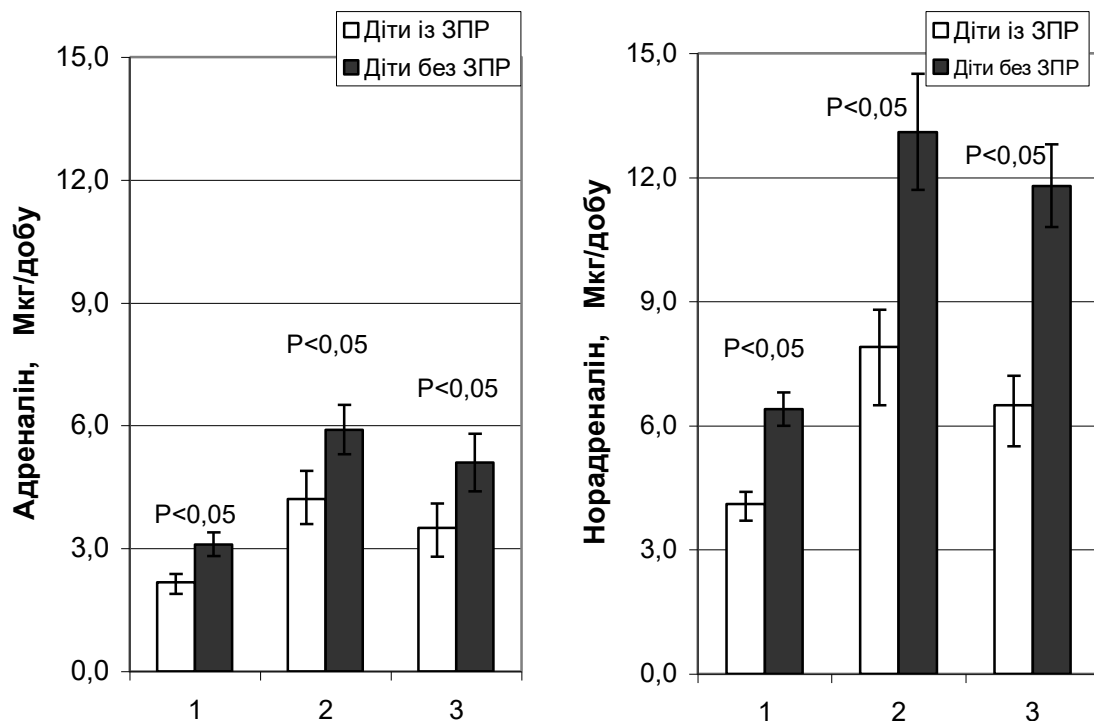


Рис. 1. Показники екскреції адреналіну та норадреналіну школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку та дітей без затримки психічного розвитку.

Примітка: 1 – у стані відносного спокою; 2 – після ігрового уроку; 3 – після уроку фізкультури.

З рисунку 1 видно, що в молодших школярів із ЗПР кількість адреналіну у стані відносного спокою є нижчою порівняно з однолітками без ЗПР на 0,9 Мкг/добу

($P > 0,05$), що становить 29,7 %; після ігрового уроку – на 1,7 Мкг/добу ($P < 0,05$), що складає 28,8 %; після уроку фізкультури показник рівня адреналіну є нижчим на 1,6 Мкг/добу ($P < 0,05$), що становить 31,4 %. У молодших школярів із ЗПР вміст норадреналіну у стані відносного спокою (до уроку) є нижчим порівняно з однолітками без ЗПР на 2,3 Мкг/добу ($P > 0,05$), що становить 35,9 %; після ігрового уроку – на 5,2 Мкг/добу ($P < 0,05$), що складає 39,7 %; після уроку фізкультури показник норадреналіну є нижчим на 5,3 Мкг/добу ($P < 0,05$), що становить 44,9 % (рис. 1).

Рівні симпатико-адреналової системи у дітей із затримкою психічного розвитку у стані відносного спокою та при фізичних навантаженнях різного роду є значно нижчі порівняно з однолітками без ЗПР.

Вивчення інтелектуального розвитку молодших школярів із ЗПР 7-9 років за психодіагностичною батареєю Т.П. Вісковатової довело, що між хлопчиками і дівчатками є незначна та недостовірна різниця у результатах. Вивчення психічного стану молодших школярів із ЗПР 7-9 років показало, що особливістю психіки особистості вищезгаданих школярів є емоційно-вольова незрілість. Саме затримка психічного розвитку зумовлює відставання фізичного розвитку у 7-9-річних школярів із ЗПР.

Отримані результати досліджень ми враховували під час розробки експериментальної програми комплексного використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із ЗПР.

Таким чином, проведені дослідження психічних функцій та емоційної сфери дають об'єктивну характеристику функціонального стану дітей із ЗПР. Цю методику ми розглядаємо як діагностичну, яка дозволяє уникнути суб'єктивності при діагностиці ЗПР.

У четвертому розділі **“Авторська програма організації та методики використання рухливих ігор та її вплив на психофізичний розвиток і морфофункціональний стан молодших школярів із затримкою психічного розвитку”** подано підходи створення та організаційно-методичні основи авторської програми використання рухливих ігор у фізичному вихованні. Представлено показники психофізичного і функціонального стану молодших школярів із ЗПР до і після педагогічного експерименту. Доведено ефективність впливу нашої програми для корекції психофізичного та функціонального стану дітей із ЗПР 7-9 років.

Аналіз програми з фізичної культури (М.О. Козленко, 1994) для спеціальних загальноосвітніх шкіл та навчально-реабілітаційних центрів (для дітей із ЗПР та класів вирівнювання для таких самих дітей при масових загальноосвітніх школах) показав, що в ній не повною мірою реалізуються можливості формування психофізичного розвитку за допомогою фізичної культури. Варто зауважити, що жодне із завдань цієї програми не спрямоване на корекцію фізичних якостей і психічних функцій засобами рухливих ігор. Перелічені у програмі дидактично-методичні положення, які є основою корекційно-направленого навчання, не розглядають рухливі ігри як один з методів корекції фізичного, психічного розвитку та морфо-функціонального стану.

Для дітей із ЗПР, однією з психолого-педагогічних характеристик яких є фізична ослабленість, непереносимість монотонії (монотонних дій і вправ), відведена кількість годин у програмі з фізичної культури (М.О. Козленко, 1994) є недостатня.

Недоліком цієї програми, на наш погляд, є те, що ігри наведені без урахування інтенсивності їх навантаження на дитину, хоча в науковій літературі ці дані висвітлені.

На сьогоднішній день відсутні дослідження, які б науково обґрунтовували використання рухливих ігор для молодших школярів із ЗПР, організацію та методику їх проведення з цією категорією дітей. Це створює певні труднощі у практичній роботі вчителів початкових класів спеціальних шкіл, зокрема під час проведення рухливих ігор з дітьми із ЗПР, та зумовлює необхідність розробки авторської програми використання рухливих ігор з молодшими школярами із ЗПР, яка включала б у себе організаційно-методичні основи їх використання.

Розробляючи програму використання рухливих ігор з молодшими школярами із затримкою психічного розвитку, ми дотримувалися наступних принципів:

- принцип організації і підтримання позитивного психологічного клімату молодших школярів із затримкою психічного розвитку;
- принцип систематичного розвитку та зміцнення, формування правильної постави під час занять рухливими іграми;
- принцип застосування автогенного тренування після завершення ігрового уроку;
- принцип проведення рухливих ігор різного рівня інтенсивності навантаження з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку і сенситивних періодів їх розвитку;
- принцип часового підходу до використання рухливих ігор;

Підбір рухливих ігор та апробацію їх використання у процесі фізичного виховання молодших школярів із ЗПР ми здійснили на прикладі навчально-реабілітаційного центру інтенсивної педагогічної корекції „Мрія” м. Львова (інтернатівського типу, де діти перебувають 24 год. на добу). Рухливі ігри використовували в режимі дня:

- під час ранкових прогулянок;
- на уроках фізичної культури;
- на уроках лікувальної фізичної культури;
- на додаткових уроках фізичної культури ігрового спрямування;
- під час рухливих перерв;
- під час позаурочних прогулянок.

На спеціальних ігрових заняттях, спрямованих на формування дрібної моторики, ми застосовували спеціальні вправи-ігри для розвитку рухів пальців рук. Такі рухи розвивали за допомогою наклеювання дрібно нарізаних кольорових ниток (які використовували для створення зображень тварин, геометричних фігур), ліплення з пластиліну, малювання, вирізування з паперу й аплікації, конструювання.

Експериментальна авторська програма, яку ми запропонували і яка базується на рухливих іграх, була покликана реалізувати такі завдання:

- сприяти розвитку швидкості, спритності (тренування координаційних якостей та рівноваги), сили, витривалості та гнучкості;
- сприяти розвитку дрібної моторики;
- сприяти активному розвитку інтелектуальної сфери;
- формувати життєво важливі уміння і навички;

- формувати правильну поставу;
- виховувати потребу систематичних занять фізичними вправами-іграми;
- виховувати моральні цінності;
- збільшувати загальну рухову активність;
- зміцнювати та покращувати здоров'я;
- покращувати функціональні можливості організму дітей із ЗПР;
- підготовка до інтеграції дітей із ЗПР у суспільне життя.

У режимі дня, враховуючи інтенсивність ігор, рекомендуємо використовувати рухливі ігри такої інтенсивності:

- на уроках фізичної культури:
 - у *підготовчій частині* – ігри середньої інтенсивності;
 - в *основній частині* – ігри високої (великої) та середньої інтенсивності залежно від поставлених завдань;
 - у *заклучній частині* – ігри низької інтенсивності для того, щоб наблизити показники серцево-судинної та дихальної систем до вихідного рівня.
- у позаурочний час:
 - *під час ранкових прогулянок* – ігри низької або середньої інтенсивності;
 - *на перервах* – ігри низької та середньої інтенсивності;
 - *на уроках ЛФК* – тільки низької інтенсивності (в окремих випадках з дозволу вчителя або інструктора з ЛФК для окремих дітей можна дозволити ігри середньої інтенсивності);
 - *на позаурочних прогулянках* – середньої та високої інтенсивності.

Враховуючи набутий досвід (В.В. Волков, 1980; М.М. Линець, 1997; Є.Н. Приступа, 1999), анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого шкільного віку (В.І. Завацький, 1994; Фомин Н.А.; 1991 А.Г. Хрипкова, 1990;) та вимоги програми з фізичної культури спеціальних шкіл для дітей із ЗПР (М.О. Козленко, 1994), рухливі ігри доцільно використовувати для дітей із ЗПР усіх класів початкової школи. Але при цьому треба враховувати певні особливості дітей 1-2-х класів, де повинні переважати рухливі ігри, спрямовані на розвиток спритності та швидкості, а решта ігор мають розвивати силу, витривалість та гнучкість. У 3-4-х класах варто звернути увагу на розвиток спритності, сили, швидкості, витривалості та меншою мірою – на розвиток гнучкості.

Важливим моментом нашого дослідження є те, що за часом рухова активність в учнів контрольних та експериментальних груп була практично однакова. Однак треба зазначити, що в експериментальних групах ми проводили спеціальноорганізовану роботу з використанням окремих засобів фізичного виховання (рухливих ігор), а в контрольних групах це відбувалося у довільно-спонтанній формі (з ініціативи вихователів та вчителів або ж активніших учнів у період дозвілля).

Результати досліджень фізичної підготовленості молодших школярів із ЗПР представлені на рисунку 2.

Приріст сили кисті молодших школярів із ЗПР в ЕГ становить 36,3 % ($P < 0,05$), а в КГ – 24,7 % ($P < 0,05$). У стрибку в довжину з місця діти ЕГ покращили свій результат на 16,1 % ($P < 0,05$), а КГ – на 11,2 %. У висі на перекладині приріст показників серед дітей в ЕГ складає 69,6 % ($P < 0,05$), у КГ – 60,8 % ($P < 0,05$). У човниковому

бігу 5х10м молодші школярі із ЗПР ЕГ показали час, кращий на 7,5 % ($P<0,05$), а КГ – на 4,8 % ($P<0,05$). У підніманні тулуба спостерігається покращення результативності на 60,5 % ($P<0,05$) в ЕГ, а в КГ – на 39,1 % ($P<0,05$). Приріст у вправі нахил тулуба у дітей ЕГ складає 19,2 % ($P<0,05$) на відміну від КГ, де приріст становить 20,1 % ($P<0,05$), оскільки відомо, що гнучкість у більшості випадків розвивають елементами гімнастики, а рухливі ігри в основному спрямовані на розвиток швидкості, спритності, сили та витривалості. У вправі на статичну рівновагу учні ЕГ покращили свій результат на 40,4 % ($P<0,05$), КГ – на 36,2 % ($P<0,05$). При частоті рухів руками діти в ЕГ показали час на 12,5 % ($P<0,05$) кращий, а в КГ – на 7,5 % ($P<0,05$). У човниковому бігу з нарощуванням швидкості на витривалість учні ЕГ покращили результат на 25,7 % ($P<0,05$), а КГ – на 17,5 % ($P<0,05$). Фізичну працездатність учні ЕГ покращили на 11,1 % ($P<0,05$), а КГ – на 6,8 % ($P<0,05$).

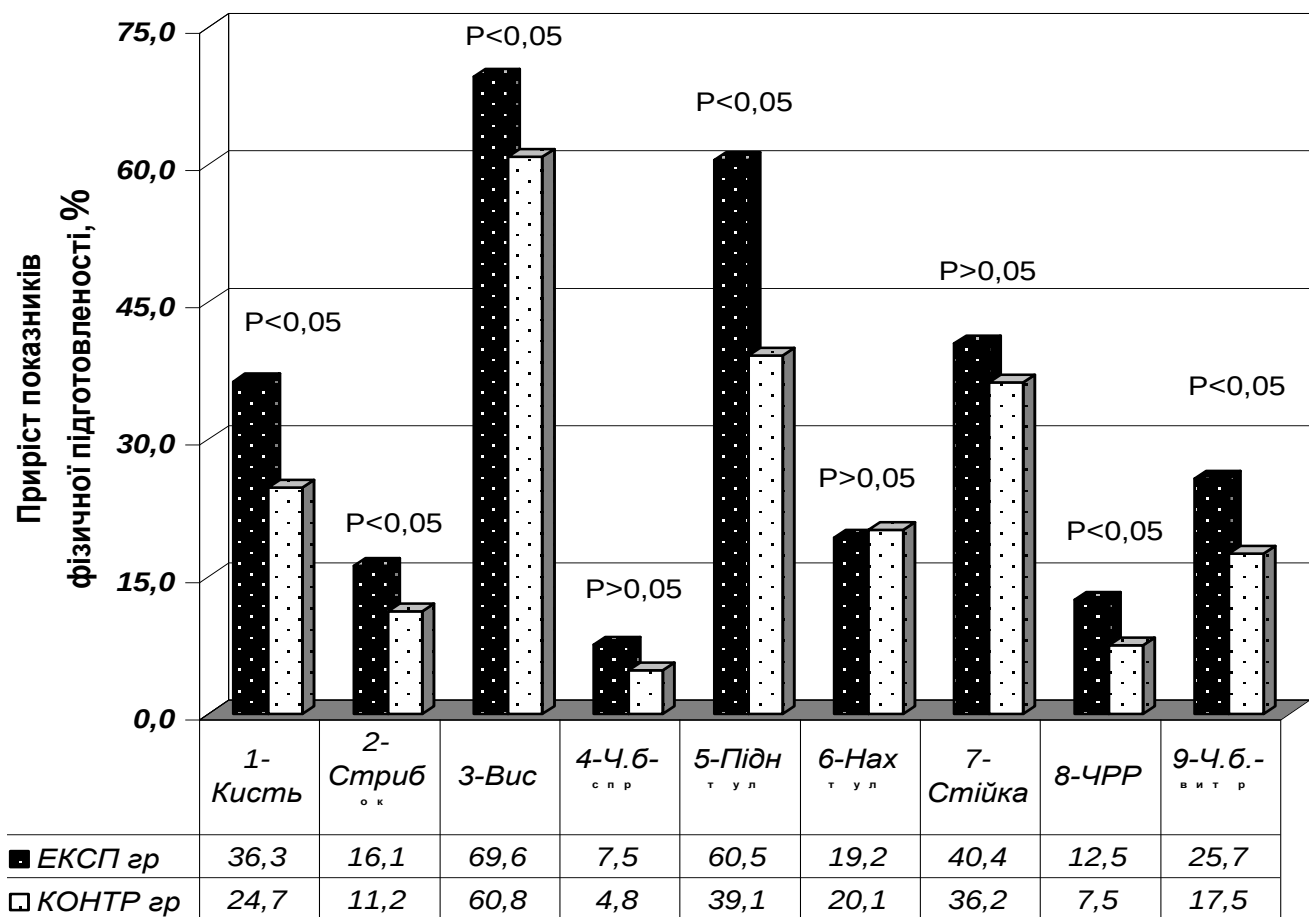


Рис. 2. Відносний приріст показників фізичної підготовленості школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку за період педагогічного експерименту.

Отже, в більшості виконуваних вправ за показниками фізичної підготовленості учні експериментальної групи з достовірною різницею переважають учнів контрольної групи, що доводить ефективність запропонованої програми.

Результати досліджень фізичного розвитку молодших школярів із ЗПР представлені на рисунку 3.

За період педагогічного експерименту виявлено зміни у фізичному розвитку та функціональному стані дітей із ЗПР (рис. 3). За абсолютними даними тотальні розміри тіла школярів, які займалися за авторською програмою, збільшилися. Довжина тіла в учнів ЕГ збільшилася на 4,3 % ($P > 0,05$) та на 3,9 % у КГ; маса тіла в ЕГ зросла на 14,7 %, у КГ – на 13,0 % ($P > 0,05$); обвід грудної клітки збільшився в ЕГ на 11,3 % ($P > 0,05$), а у КГ – на 9,1 % ($P > 0,05$).

За показниками фізичного розвитку учні експериментальної групи практично не відрізняються від учнів контрольної групи, що говорить про те, що запропонована програма практично не впливає на результати фізичного розвитку молодших школярів із ЗПР.

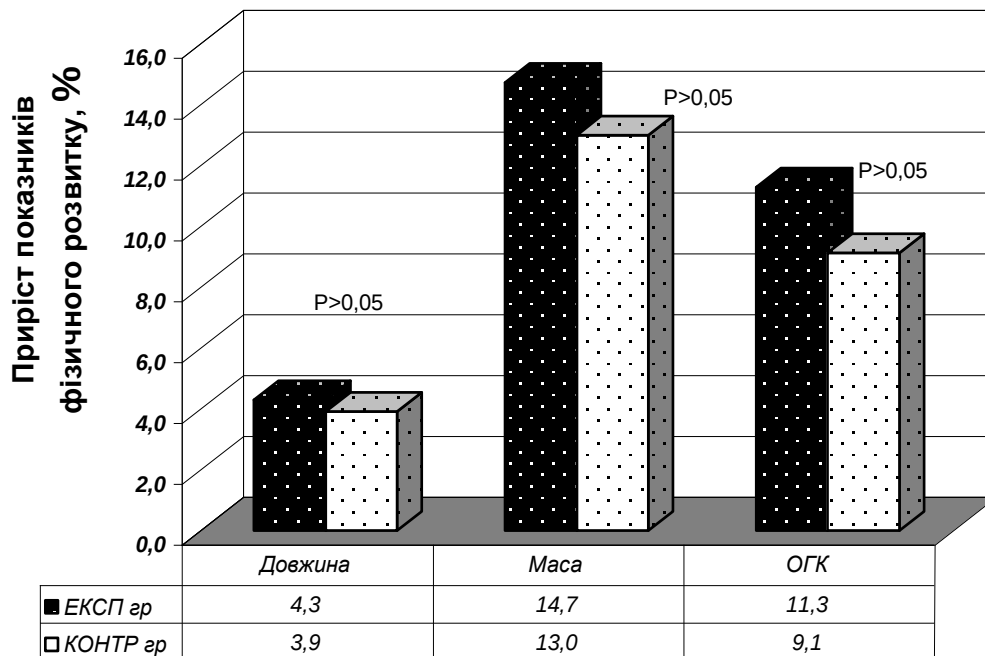


Рис. 3. Відносний приріст показників фізичного розвитку школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку за період педагогічного експерименту.

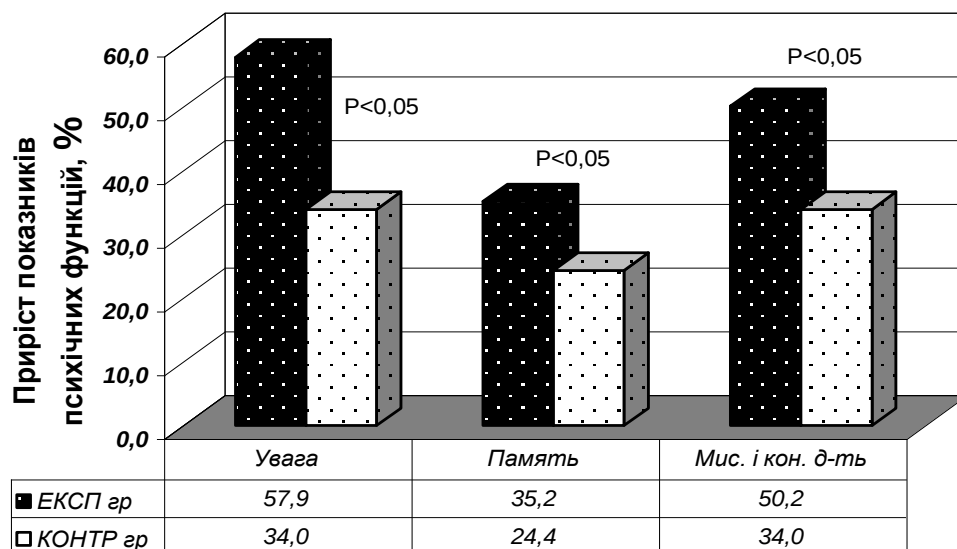


Рис. 4. Відносний приріст показників психічних функцій школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку за період педагогічного експерименту.

Результати досліджень психічних функцій молодших школярів із ЗПР представлені на рисунку 4. З рисунку 4 видно, що показники уваги в учнів ЕГ зросли на 57,9 % ($P<0,05$), в учнів КГ на 34,0 % ($P<0,05$). Рівень пам'яті в учнів ЕГ покращився на 35,2 % ($P<0,05$), а в учнів КГ на 24,4 %. Показники мислення і конструктивна діяльність в учнів ЕГ покращилися на 50,2 % ($P<0,05$), у КГ – на 41,0 % ($P<0,05$).

Отже, за всіма показниками психічних функцій учні експериментальної групи з достовірною різницею переважають учнів контрольної групи, що доводить ефективність запропонованої програми і для інтелектуального розвитку.

Результати досліджень симпато-адреналової системи молодших школярів із ЗПР представлені на рисунках 5 і 6.

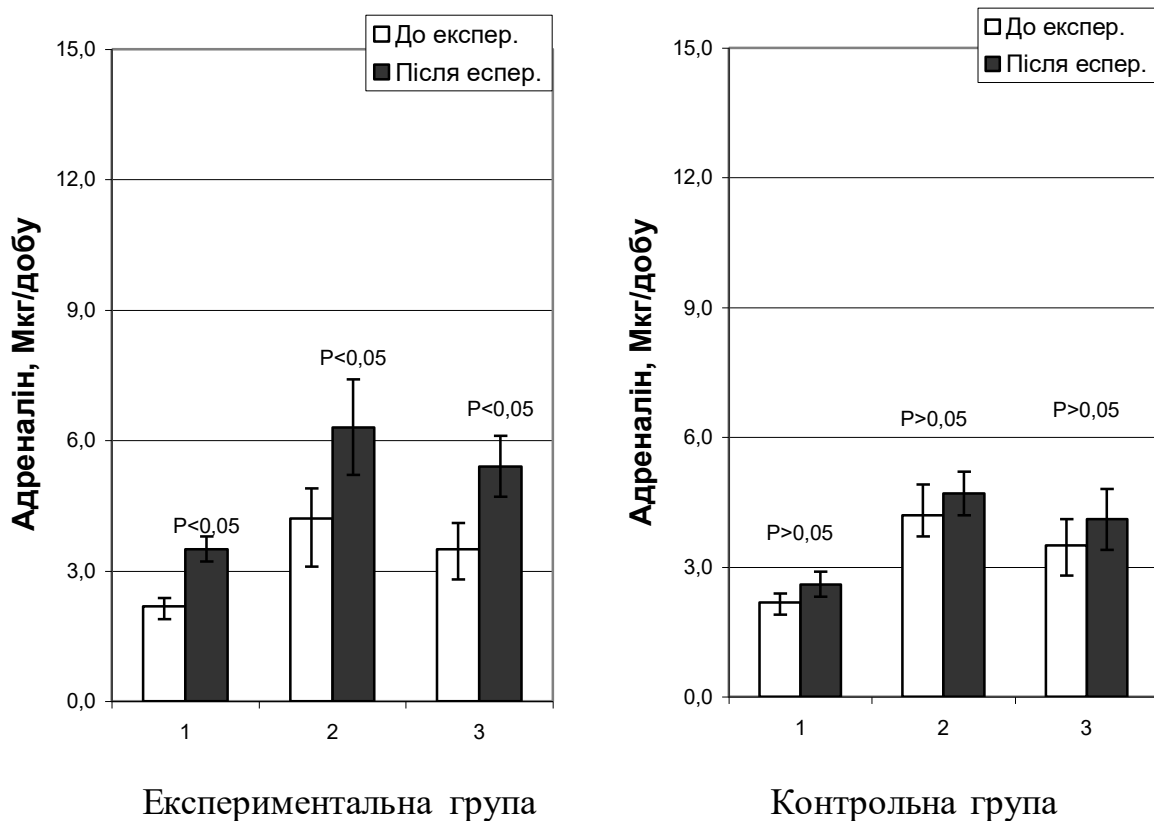


Рис. 5. Показники екскреції адреналіну школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку.

Примітка: 1 – у стані відносного спокою; 2 – після ігрового уроку; 3 – після уроку фізкультури.

У молодших школярів із ЗПР, які займалися за авторською програмою, симпато-адреналова система активізувалася. Синтез адреналіну у стані відносного спокою підвищився за час експерименту на 1,3 Мкг/добу ($P<0,05$), що становить 60,6 %; після ігрового уроку – на 2,1 Мкг/добу ($P<0,05$), що складає 50,0 %. Після уроку фізкультури екскреція адреналіну підвищилася на 1,9 Мкг/добу ($P<0,05$), що становить 54,3 % (рис. 5); у КГ спостерігається подібна ситуація, але з дещо повільнішим темпом стабілізації САС. Рівень адреналіну у стані спокою підвищився на 0,4 Мкг/добу ($P>0,05$), що становить 19,3 %; після ігрового уроку – на 0,5 Мкг/добу ($P>0,05$), це

складає 11,9 %; після уроку фізкультури – на 0,6 Мкг/добу ($P>0,05$), що становить 17,1 %.

У дітей ЕГ за час проведення педагогічного експерименту кількість норадреналіну у стані відносного спокою підвищилася на 2,5 Мкг/добу ($P>0,05$), що становить 61,0 %, після ігрового уроку – на 6,2 Мкг/добу ($P<0,05$) і складає 78,5 %, а після уроку фізкультури – на 4,9 Мкг/добу ($P<0,05$), що становить 75,4 %. У КГ рівень норадреналіну у стані спокою підвищився на 0,8 Мкг/добу ($P>0,05$), що становить 19,5 %, після ігрового уроку – на 1,9 Мкг/добу ($P<0,05$), що становить 24,1 %, і після уроку фізкультури – на 2,2 Мкг/добу ($P<0,05$), що становить 33,8 % (рис. 6).

Отже, симпато-адrenalова система організму дітей із ЗПР, які були залучені до експерименту досягла рівня показників їх однолітків без ЗПР, що вказує на позитивний вплив рухливих ігор на функціональний стан організму.

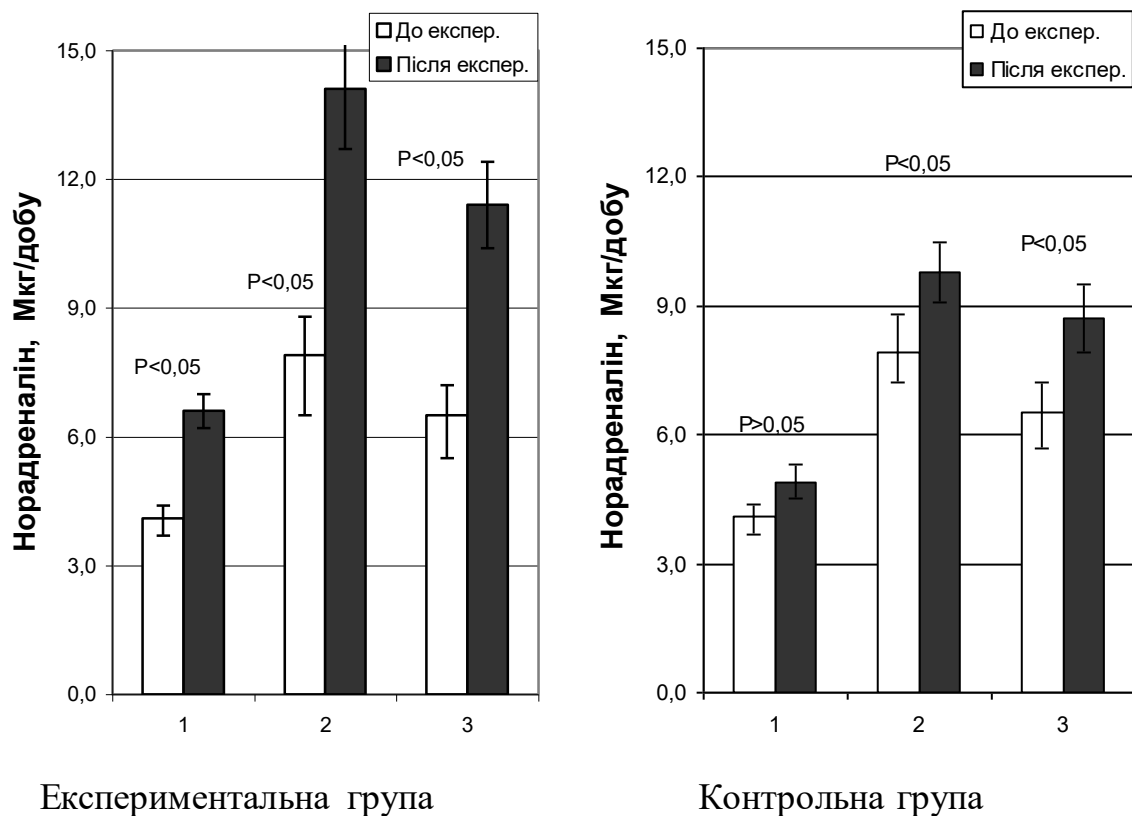


Рис. 6. Показники екскреції норадреналіну школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку.

Примітка: 1 – у стані відносного спокою; 2 – після ігрового уроку; 3 – після уроку фізкультури.

Результати досліджень показників психічних станів молодших школярів із ЗПР представлені на рисунку 7.

З рисунка 7 видно, що у школярів ЕГ самопочуття покращилося на 21,4 %, у КГ – на 10,8 % ($P<0,05$, $P<0,05$); в ЕГ активність підвищилася на 19,1 %, у КГ – на 11,9 % ($P<0,05$, $P<0,05$); самооцінка свого настрою зросла на 21,5 % в ЕГ та на 12,2% – у КГ ($P<0,05$, $P<0,05$). Показники психічних станів дітей із ЗПР експериментальної групи суттєво покращились, що, вказує на позитивний вплив рухливих ігор.

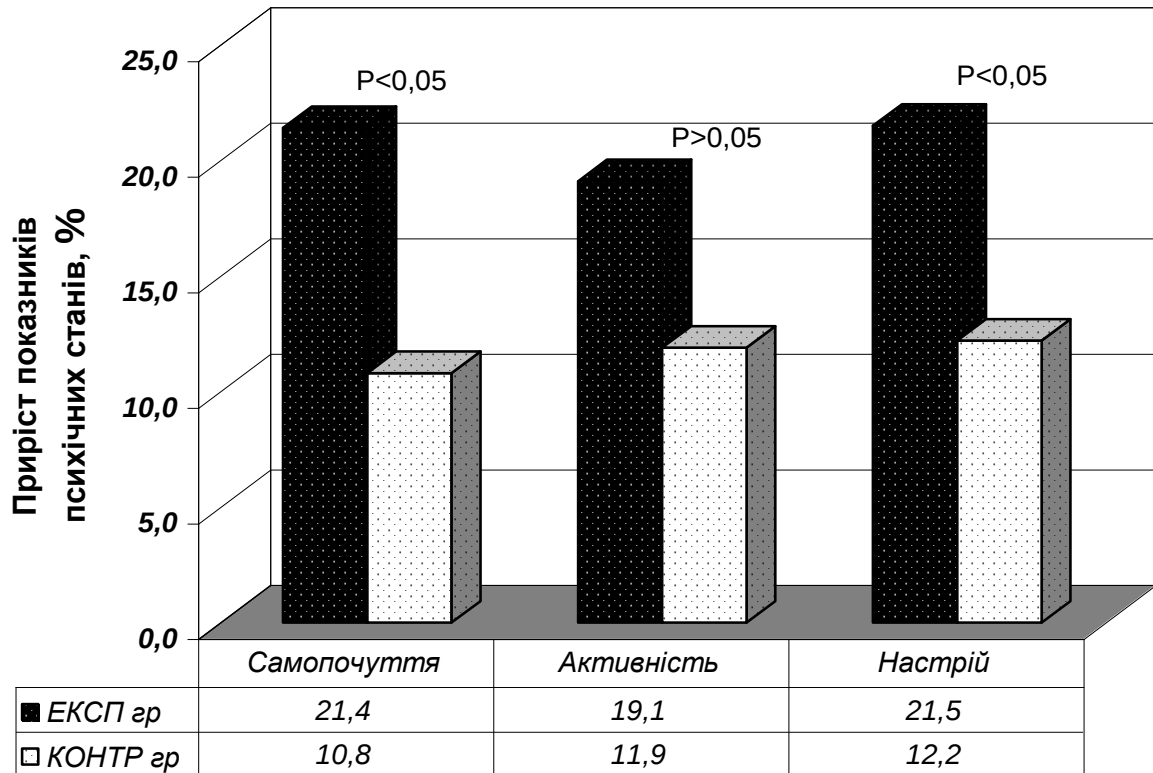


Рис. 7. Відносний приріст психічних станів школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку за період педагогічного експерименту.

Результати досліджень кардіореспіраторної системи молодших школярів із затримкою психічного розвитку представлені на рисунку 8.

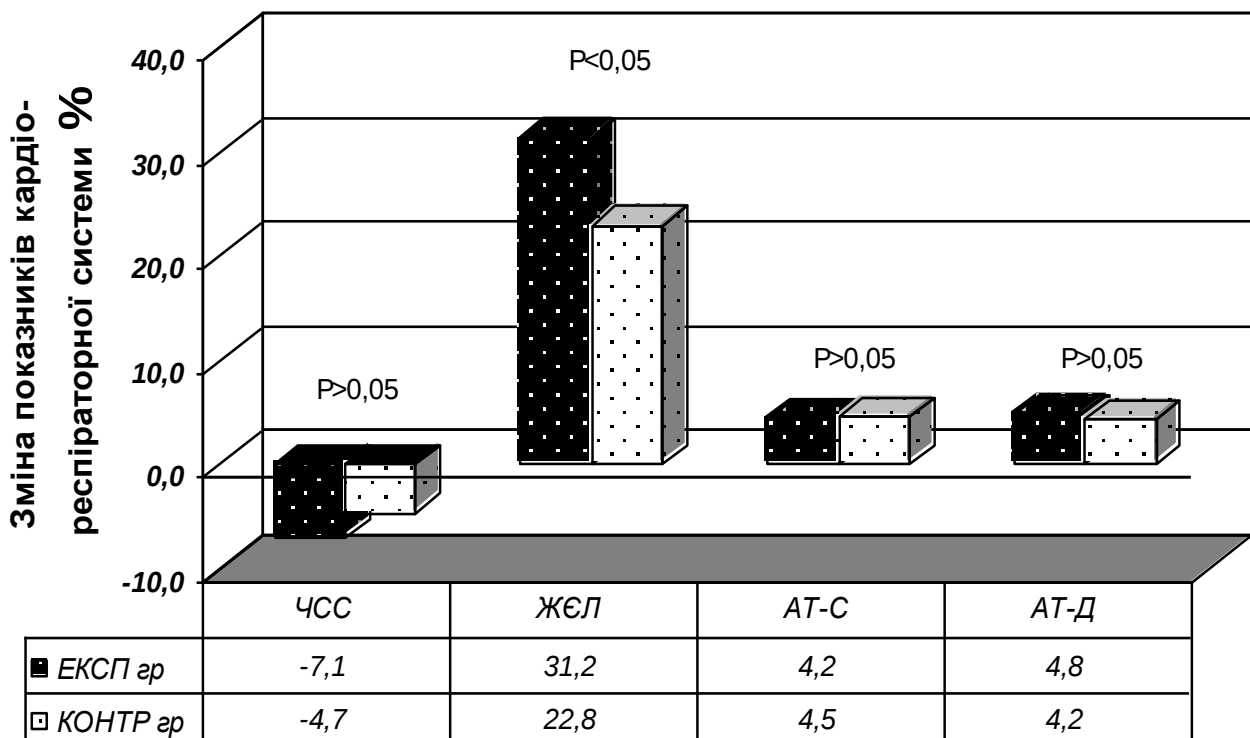


Рис. 8. Відносні зміни кардіореспіраторної системи школярів 7-9 років із затримкою психічного розвитку за період педагогічного експерименту.

З рисунку 8 видно, що життєва ємність легень в ЕГ зросла на 31,2 % ($P < 0,05$), а в КГ – на 22,8 % ($P < 0,05$). Щодо змін показників серцево-судинної системи, то вони позитивно змінилися: частота серцевих скорочень в ЕГ знизилася на 7,1 % ($P > 0,05$), у КГ – на 4,7 % ($P > 0,05$); АТ (сист.) та АТ (діаст.) підвищився незначно як в ЕГ ($P > 0,05$), так і в КГ $\sim 4,5\%$ ($P > 0,05$).

У кардіореспіраторній системі молодших школярів із ЗПР, які були задіяні у педагогічному експерименті достовірні зміни відбулись тільки у показниках життєвої ємності легень, що вказує на позитивний вплив рухливих ігор.

У п'ятому розділі „Аналіз результатів дослідження та їх узагальнення” представлено узагальнені результати педагогічного експерименту, які з усією очевидністю підтвердили гіпотезу про те, що авторська програма, яку ми розробили і яка базувалася на використанні рухливих ігор, позитивно вплинула на психофізичний та функціональний розвиток молодших школярів із ЗПР і сприяла покращенню їхнього здоров'я.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо у розробці різноманітних ігрових програм для школярів із затримкою психічного розвитку різного віку та дітей з іншими нозологіями, оскільки проведене дослідження не вирішує усіх проблем цього напрямку.

ВИСНОВКИ

1. Наукових досліджень, які б вивчали вплив рухливих ігор на фізичний стан молодших школярів із затримкою психічного розвитку, є недостатньо. Відсутня впорядкована науково-методична література, яка б висвітлювала комплексний підхід до використання рухливих ігор та їх вплив на фізичний і функціональний стан молодших школярів із затримкою психічного розвитку. В опрацьованій літературі ми не виявили науково обґрунтованої програми застосування рухливих ігор у фізичному вихованні спеціальних шкіл-інтернатів для дітей із затримкою психічного розвитку.

2. Виявлено, що молодші школярі із затримкою психічного розвитку відстають від однолітків без затримки психічного розвитку за показниками фізичної підготовленості. Відставання дівчаток початкових класів із затримкою психічного розвитку за показниками сили кисті – 36,2 % ($P < 0,05$); стрибка у довжину з місця – 34,9 % ($P < 0,05$); вису на перекладині – 47,4 % ($P < 0,05$); човникового бігу 5x10м – 22,5 % ($P < 0,05$); піднімання тулуба – 76,2 % ($P < 0,05$), нахилу тулуба – 23,1 % ($P > 0,05$); стійки на одній нозі – 67,1 % ($P < 0,05$); частоти рухів руками – 16,6 % ($P < 0,05$); човникового бігу з нарощуванням швидкості – 38,6 % ($P < 0,05$). Відставання серед хлопчиків є дещо менше, ніж у дівчаток, за більшістю вправ. За показниками сили кисті спостерігається відставання на 39,2 % ($P < 0,05$); стрибка в довжину з місця – на 21,6 % ($P < 0,05$); вису на перекладині – на 41,6 % ($P < 0,05$); човникового бігу 5x10м – на 20,1 % ($P < 0,05$); піднімання тулуба – на 69,9 % ($P < 0,05$), нахилу тулуба – на 43,2 % ($P < 0,05$); стійки на одній нозі – на 75,5 % ($P < 0,05$); частоти рухів руками – на 18,1 % ($P < 0,05$); човникового бігу з нарощуванням швидкості – на 31,3 % ($P < 0,05$).

3. Встановлено незначне відставання фізичного розвитку молодших школярів із затримкою психічного розвитку від здорових однолітків. Так, довжина тіла дівчаток із затримкою психічного розвитку на 4 % менша, ніж у дівчаток без затримки психічного розвитку, у хлопчиків – на 6 % ($P > 0,05$, $P > 0,05$). Маса тіла дівчаток і хлопчиків із затримкою психічного розвитку нижча від маси тіла однолітків без затримки психічного розвитку на 10 і 12 % відповідно ($P < 0,05$, $P < 0,05$). Показники об'єму грудної клітки є нижчі від показників їх однолітків без затримки психічного розвитку на 4 % у дівчаток і на 2 % у хлопчиків ($P > 0,05$, $P > 0,05$). Активність симпатико-адреналової системи дітей молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку у 1,5 раза нижча від аналогічних показників їх однолітків без затримки психічного розвитку ($P < 0,05$). Ці дані засвідчують, що затримка психічного розвитку і стан симпатико-адреналової системи у дітей із затримкою психічного розвитку взаємопов'язані. За показниками симпатико-адреналової системи можна здійснювати більш об'єктивну діагностику затримки психічного розвитку.

4. Результати вивчення психічного стану досліджуваного контингенту засвідчують, що особливістю психіки молодших школярів із затримкою психічного розвитку є їхня емоційно-вольова незрілість. Саме затримка психічного розвитку зумовлює відставання фізичного розвитку у 7-9-річних школярів із затримкою психічного розвитку.

5. Доведено, що впровадження „Програми рухливих ігор” у процес фізичного виховання молодших школярів, які вчаться у навчально-реабілітаційному центрі „Мрія” м. Львова, позитивно вплинуло на фізичну підготовленість та фізичну працездатність молодших школярів із затримкою психічного розвитку, про що свідчать зростання: сили кисті на 11,6 % ($P < 0,05$), результатів у стрибку в довжину з місця – на 4,9 % ($P < 0,05$), у висі на перекладині – на 8,8 % ($P < 0,05$), у човниковому бігу 5х10м – на 2,8 % ($P > 0,05$), у підніманні тулуба – на 21,3 % ($P < 0,05$), у статичній рівновазі – на 4,2 % ($P > 0,05$), у частоті рухів руками – на 5,0 % ($P < 0,05$), у човниковому бігу з нарощуванням швидкості на витривалість – на 8,2 % ($P < 0,05$); у фізичній працездатності – на 4,3 % ($P < 0,05$).

6. За час педагогічного експерименту виявлено тенденцію до поліпшення фізичного розвитку та функціонального стану організму дітей із затримкою психічного розвитку: довжини тіла – на 0,4 % ($P > 0,05$), маси тіла – на 1,7 % ($P > 0,05$), об'єму грудної клітки – на 2,2 % ($P > 0,05$). Життєва ємність легень зросла на 8,4 % ($P < 0,05$), частота серцевих скорочень знизилася на 2,4 % ($P > 0,05$). Симпатико-адреналова система організму дітей із затримкою психічного розвитку досягла рівня показників дітей без затримки психічного розвитку, що вказує на позитивний вплив рухливих ігор на функціональний стан організму.

7. Рухливі ігри більш ефективно, ніж інші засоби фізичного виховання, сприяють поліпшенню психічних функцій молодших школярів із затримкою психічного розвитку: уваги – на 23,9 % ($P < 0,05$), пам'яті – на 10,8 % ($P < 0,05$), мислення та конструктивної діяльності на 9,2 % ($P < 0,05$). Самопочуття учнів експериментальної групи на 10,6 % краще, ніж в учнів контрольної групи ($P < 0,05$), активність – на 7,2 % ($P > 0,05$), настрій – на 9,3 % ($P < 0,05$).

8. Результати дослідження дають змогу ефективніше планувати процес фізичного виховання, а особливо з використанням рухливих ігор, з молодшими школярами із затримкою психічного розвитку у спеціальних освітніх закладах.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Лесько О., Трач В. Рухливі ігри для молодших школярів із затримкою психічного розвитку: Навч.-метод. посіб. – Л.: ЛДІФК, 2004 – 88 с.
2. Програма використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку. 1-4 класи / Укл. О. Лесько. – Л.: ЛДІФК, 2004 – 16 с.
3. Лесько О. Експериментальна методика використання рухових ігор для молодших школярів із затримкою психічного розвитку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури і спорту. Вип. 8. – Л., 2004. — Т. 2. – С. 205-210.
4. Лесько О. Рухливі ігри як ефективний засіб фізичної корекції школярів із затримкою психічного розвитку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури і спорту. Вип. 6.– Л., 2002. — Т. 1. – С. 288-291.
5. Лесько О. Характеристика фізичної підготовленості молодших школярів із затримкою психічного розвитку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фізичної культури і спорту. Вип. 7. – Л., 2003. — Т. 1. – С. 424-427.
6. Лесько О. Вплив фізичних навантажень на стан симпато–адреналової системи дітей із затримкою психічного розвитку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. статей з галузі фіз. культури і спорту. Вип. 5.– Л., 2001.– Т. 2 – С. 49-52.
7. Лесько О., Решетило С., Трач В. Взаємозв'язок загальної фізичної працездатності та розумового розвитку у школярів 7-9 років із ЗПР // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні: Зб. наук. пр. Вип. 3. – Рівне, 2003. — Т. 2. – С. 178-182.
8. Лесько О. Характеристика фізичного розвитку молодших школярів із затримкою психічного розвитку // Оздоровча і спортивна робота з неповносправними: Всеукр. наук.-метод. конф. – Л., 2003. - С. 67-69.
9. Лесько О.М., Решетило С.Г., Трач В.М. Вплив занять рухливими іграми на стан симпато-адреналової системи школярів із затримкою психічного розвитку // Здоровий спосіб життя: Зб. матеріалів 2-ї міжнар.-практ. конф. – Л.; Славута, 2002. – С. 41-42.

АНОТАЦІЇ

Лесько Орест Михайлович. Організаційно-методичні основи використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Львівський державний інститут фізичної культури, Львів, 2004 р.

Дослідження присвячено вивченню проблеми вдосконалення організаційно-методичних основ використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку (ЗПР). Об'єкт дослідження – фізичне виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку. Предмет дослідження – організація та методика використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку. Мета дисертаційного дослідження – розробити й обґрунтувати організаційні та методичні підходи до використання рухливих ігор у фізичному вихованні молодших школярів із затримкою психічного розвитку та визначити їх ефективність.

Наукова новизна дослідження: - розроблено програму використання рухливих ігор у процесі фізичного виховання молодших школярів із затримкою психічного розвитку; уперше вивчено стан симпато-адреналової системи молодших школярів із затримкою психічного розвитку; доповнено дані про особливості фізичної підготовленості, фізичної працездатності, морфофункціонального розвитку та психічних функцій молодших школярів із затримкою психічного розвитку Львівської області.

Обґрунтовано можливості здійснення фізкультурно-педагогічного та оздоровчого впливу на психофізичний та функціональний розвиток молодших школярів із затримкою психічного розвитку засобами фізичної культури, зокрема рухливими іграми.

Ключові слова: фізичне виховання, рухливі ігри, організація, методика, затримка психічного розвитку, фізична підготовленість, фізична працездатність, морфофункціональний розвиток, психічні функції, молодші школярі.

Лесько Орест Михайлович. Организационно-методические основы использования подвижных игр в физическом воспитании младших школьников с задержкой психического развития. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Львовский государственный институт физической культуры, Львов, 2004 г.

Исследование посвящено изучению проблемы совершенствования организационно-методических основ использования подвижных игр в физическом воспитании младших школьников с задержкой психического развития (ЗПР). Объект исследования – физическое воспитание младших школьников с задержкой психического развития. Предмет исследования – организация и методика использования подвижных игр в физическом воспитании младших школьников с задержкой психического развития. Цель диссертационного исследования – разработать и обосновать организационные и методические подходы к использованию подвижных игр в физическом воспитании младших школьников с задержкой психического развития и определить их эффективность.

Научная новизна исследования: усовершенствованы организационные подходы к занятиям физической культурой с детьми младшего школьного возраста с задержкой психического развития, а именно: изменены средства физического воспитания на двух основных уроках физической культуры и на внеурочных мероприятиях;

введен третий, дополнительный урок физической культуры игрового направления; дополнены данные об особенностях физической подготовленности, физической работоспособности, морфофункционального и психического развития младших школьников с задержкой психического развития Львовской области; впервые проведено изучение состояния симпато-адреналовой системы младших школьников с задержкой психического развития. Обоснованы возможности осуществления физкультурно-педагогического и оздоровительного воздействия на психофизическое и функциональное развитие младших школьников с задержкой психического развития средствами физической культуры, в частности, подвижными играми.

В первом разделе диссертации представлены научно-теоретические предпосылки проведенного педагогического эксперимента; сделан обзор научно-методической литературы по данной проблеме. Во втором разделе представлена характеристика использованных научных методов, организация педагогического эксперимента, освещена этапность проведения научно-методических исследований. В третьем разделе представлены основные результаты исследования психофизического и функционального состояния младших школьников с задержкой психического развития по сравнению с их сверстниками; выявлено отставание младших школьников с задержкой психического развития от их сверстников без задержки психического развития по всем показателям физической подготовленности, физического развития и отдельным компонентам функционального состояния. В четвертом разделе представлены предпосылки создания и организационно-методические основы авторской программы использования подвижных игр в физическом воспитании; представлены показатели психофизического и функционального состояния младших школьников с задержкой психического развития до и после педагогического эксперимента. Доказана эффективность разработанной нами программы для коррекции психофизического и функционального состояния детей с задержкой психического развития 7-9 лет. В пятом разделе представлены обобщенные результаты педагогического эксперимента.

Ключевые слова: физическое воспитание, подвижные игры, организация, методика, задержка психического развития, физическая подготовленность, физическая работоспособность, психические функции, психические состояния, функциональные возможности, младшие школьники.

Lesko Orest. Organization-methodical bases of use of outdoor games in physical training of junior schoolchildren with a delay of mental development. – Manuscript.

Thesis for obtaining of Candidate's Degree in Physical Training and Sports by speciality 24.00.02 – Physical culture, Physical training of different groups of population. – Lviv State Institute of Physical Culture. – Lviv, 2004.

The research is devoted to the problem of improvement of organization-methodical bases of use of outdoor games in physical training of junior schoolchildren with a delay of mental development (DMD). The object of research is physical training of junior schoolchildren with a delay of mental development. The subject of research is the organization and method of use of outdoor games in physical training of junior schoolchildren with a

delay of mental development. The aim of the thesis research is to elaborate and prove organizational and methodical approaches to the usage of outdoor games in physical training of junior schoolchildren with a delay of mental development and to determine their efficiency.

The scientific novelty of research: organizational approaches to physical training lessons with children of junior school age with a delay of mental development are improved, in particular: the means of physical training at two basic lessons of physical training and on after-hour actions are changed; the third additional lesson of physical training of a game direction is put in; the data on features of physical readiness, exercise performance, morpho-functional and mental development of junior schoolchildren with a delay of mental development of Lviv region are appended; studying of sympatho-adrenal system of junior schoolchildren with a delay of mental development is carried out for the first time. Opportunities of realization of athletic-pedagogical and sanitary influence on psychophysical and functional development of junior schoolchildren with a delay of mental development by means of physical training, in particular, by outdoor games, is proved.

Key words: physical training, outdoor games, the organization, methods, delay of mental development, physical readiness, exercise performance, mental functions, mental conditions, functional capabilities, junior schoolchildren.