**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ**

**ТА СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД**

**УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ’Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**Філак Я. Ф., Ляховець Л.О., Мальцева О.Б.**

**РУХОВІ ІГРИ ДЛЯ ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ**

**ПОРУШЕННЯМИ.**

**МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

**ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

**Ужгород - 2023**

УДК

Філак Я.Ф., Ляховець Л.О., Мальцева О. Б. Рухові ігри для дітей з психофізичними порушеннями. Методична розробка для самостійної роботи студентів вищих навчальних закладів, Ужгород, ФОП «Бреза», 2023. 47 с.

Методична розробка «Рухові ігри для дітей з психофізичними порушеннями» для студентів факультету здоров’я та фізичного виховання. Укладачі: доцент кафедри фізичної реабілітації кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної реабілітації факультету здоров**’**я та фізичного виховання Філак Ярослав Феліксович, старший викладач кафедри фізичної реабілітації Ляховець Л.О., доцент кафедри основ медицини Мальцева О. Б. Пропоновані контрольні питання, тестові завдання з курсу «Рухові ігри для дітей з психофізичними порушеннями» для студентів факультету здоров’я та фізичного виховання складені у відповідності до навчальної програми з даної дисципліни, в якій передбачений цикл практичних занять. Вони охоплюють усі розділи навчальної програми, і є основою для формування варіантів тестових завдань модульного контролю, оцінки успішності студентів за кредитно - модульною системою навчання.

**Рецензенти:**

Брич В. В., кандидат медичних наук, доцент кафедри наук про здоров**’**я факультету здоров**’**я та фізичного виховання

Сабадош М.,кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної реабілітації факультету здоров**’**я та фізичного виховання

Розглянуто та схвалено до друку

методичною комісією факультету здоров**’**я та фізичного виховання,

протокол № 5, від 18 січня 2022 року

**ЗМІСТ**

Вступ…..............................................................................................5

1.Фізичний розвиток дітей з психофізичними порушеннями....10

2.Формування та корекція рухових навичок і вмінь дітей з психофізичними порушеннями................................................................14

3.Розвиток і корекція основних рухових якостей (швидкості, спитності, гнучкості, витривалості)…………………………………….21

4.Вплив фізичних вправ на організм дитини з порушеннями психофізичного розвитку.........................................................................25

5.. Оздоровче, освітнє, виховне значення рухливих ігор на організм дітей зі ПФП.…........................................................................29

6.Класифікація рухливих ігор для дітей з з порушеннями психофізичного розвитку........................................................................34

7. Ключ тестового контролю.......................................................45

10. Список використаних джерел...............................................47

Додатки

ВСТУП

Відповідно до рекомендацій Всесвітньої організації охорони здоров’я (ВООЗ), для всіх людей рекомендується аеробна фізична активність (ФА) помірної інтенсивності (різної тривалості як протяком дня, так і протягом тижня), в залежності від віку. До популярних видів ФА відносяться не тільки ходьба, біг, їзда на велосипеді, але і такий активний відпочинок, як ігри, для яких підходить будь який рівень майстерності: ігри приносять задоволення всім. Під час гри фізичні навантаження мають переважно аеробний характер, сприяють активізації і підвищенню резервних можливостей найбільш важливих фізіологічних систем організму – серцево-судинної і дихальної, забезпечують підвищення споживання організмом кисню, допомагають ефективно розвивати витривалість, силу, гнучкість і координацію, нормалізувати обмін речовин, підтримувати нормальну масу тіла та позитивний психоемоційний стан. Слід наголосити, що в останніх рекомендаціях ВООЗ акцент робиться на ФА будь-якої тривалості і кількості (F. Hill-Briggs P. L ет al (2022).

У відповідності до закону України «Про освіту» сьогодні кожна дитина з відхиленнями у стані здоров’я має право на одержання адекватної її психофізичному розвитку освіти. Конвенція про права дитини та Декларація про права інвалідів, що були прийняті Генеральною Асамблеєю ООН, пріоритетними для дітей з особливими потребами назвали права на освіту, медичне обслуговування, професійну підготовку та трудову діяльність. Завдяки сучасній комплексній допомозі у них спостерігаються позитивні зміни в особистісно-мотиваційній, пізнавальній, емоційно-вольовій сфері. В Україні набули поширення міжнародні документи щодо проблем дітей з особливостями психофізичного розвитку, в процесі розробки та вдосконалення - створення сприятливих умов для їхньої комплексної реабілітації, підвищено увагу до включення таких дітей у систему сучасних суспільних відносин. Пріоритетним, з точки зору державної політики, є реформування системи освіти, яке б дало змогу охопити навчанням усіх дітей, незважаючи на відмінності, законодавчо визнати принципи інклюзивної освіти. У 23 статті Конвенції про права дитини зазначено, що розумово чи фізично неповноцінна дитина повинна проводити повноцінне гідне життя в умовах, які забезпечили б її гідність, сприяли її упевненості в собі і полегшували б її активну участь у житті суспільства. Відповідно цього документу для здійснення корекції порушень у фізичному та психічному розвитку учнів з особливими освітніми труднощами має проводитися відповідна корекційно-педагогічна діяльність, яка є складним психофізіологічним і соціально-педагогічним явищем, що охоплює весь освітній процес (Гаяш О.В. 2016).

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

До практичного заняття

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ

ПОРУШЕННЯМИ.

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології.

Порушення розвитку фізичної та психічної сфери органіму людини загалом мають такі особливості: створюються труднощі в отриманні інформації, вражень, формуванні предметно-практичної та ігрової діяльності (якісно та кількісно збіднюються процеси засвоєння знань); обмежуються контакти, спілкування, взаємодія з близькими, соціальне функціонування (в тому числі передача соціального досвіду від дорослого до дитини); формуються специфічні особливості когнітивної сфери (сприймання, мовлення, пам’яті, уявлення, уяви, мислення), перебіг пізнавальних процесів; уповільнюється, затримується процес фізичного ровитку (згідно з віковими нормами психофізичного розвитку), що веде до відставання, а то й до відхилення в розвитку (порівняно з нормою); ускладнюється перебіг психічного розвитку (виникають нові порушення).

Види порушень класифікують відповідно до сфери психофізичного розвитку, де відбулося ушкодження. У сучасній психолого-педагогічній літературі використовують різні визначення дітей з порушеннями розвитку, а саме: «діти з особливостями психофізичного розвитку», «діти з відхиленнями у розвитку», «нетипові діти», «діти з труднощами у навчанні», «виняткові діти», «діти з обмеженими можливостям здоров’я» тощо.

Різні види діяльності, зокрема фізичної активності у формі гри, дітей з особливостями психофізичного розвитку (ПФР) забезпечують можливість використання і закріплення навичок. Навички стають здобутком кожної окремої дитини, її власним досвідом, формують у неї вміння адаптуватися до соціального середовища, що прияє створенню ситуації психологічного комфорту, формуванню у дитини адекватної самооцінки, віри у власні сили, позитивні життєві перспективи. Доступна дитині ігрова діяльність: предметна, комунікативна, трудова тощо виступає джерелом знань про оточуючий світ, з допомогою якого цей світ пізнається, формується особистість.

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при формуванні цілісного уявлення про здоров'я дитини, що має ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1. Порушення фізичного розвитку дитини, загальна характеристика.
2. Органічні порушення ПФП, особливості організації навчання.
3. Функціональні порушення ПФП, особливості організації навчання.
4. Мета організації та проведення заходів корекції дефектів та розвитку особистості дитини з психофізичними порушеннями.
5. Значення гри як засобу фізичного розвитку у справі підготовки вихованців загальних та спеціальних (інклюзивних) закладів освіти до праці.
6. Значення гри як засобу психічного розвитку у справі підготовки вихованців спеціальних(інклюзивних) закладів освіти до праці.
7. Діалог – актуальний, особистісно орієнтований підхід до навчання (психолого-педагогічна концепція), що охоплює різні сторони навчального процесу.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик корекції фізичного розвитку дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.На що спрямований фізичний розвиток вихованців спеціальних закладів:

1.Всебічний розвиток.

2.Психологічий розвиток.

3.Підготовку до майбутньої трудової діяльності.

4.Корекцію недоліків моторики.

2.У корекції дефектів та розвитку особистості дитини з психофізичними порушеннями особливе значення має:

1.Активізація всіх функціональних можливостей організму.

2.Професійно-трудове навчання.

3.Правильна постановка фізичного розвитку та виховання.

4.Підвищення працездатності.

3.На початковому етапі навчання дитини закладається фундамент для:

1.Формування постави.

2.Подальшого розвитку дитини.

3.Загартування дитячого організму.

4.Вироблення навичок основних рухів.

4.Фізичний розвиток у сучасних закладах дошкільної освіти та закладах загальної середньої освіти є:

1.Навчанням рухових вмінь та навичок.

2.Порушенням моторики дітей з психофізичними порушеннями.

3.Подальшим розвитком дітей.

4.Складовою частиною гармонійного розвитку особистості.

5.Які завдання реалізує фізичний розвиток:

1.Зміцнення здоров’я.

2.Загартування організму дітей з психофізичними порушеннями.

3.Корекція і розвиток основних рухових якостей дітей.

4.Підвищення працездатності.

5.Позитивний вплив на стан кістково-м’язового апарату.

6.У процесі фізичного виховання корекція недоліків розвитку дитини з психофізичними порушеннями здійснюється з метою:

1.Виправлення та розвитку ушкодженої функції чи органу.

2.Активізація всіх функціональних можливостей організму.

3.Підвищення розумової та фізичної працездатності дитини.

4.Покращення загального стану її здоров’я.

7.Позитивний вплив на підвищення розумової діяльності дітей здійснюють

1.Комплекс ранкової гігієнічної гімнастики.

2.Фізхвилинки під час уроків у класі.

3.Рухливі ігри.

4.Уроки фізичної культури.

8.Яку важливу роль відіграє фізичний розвиток у справі підготовки вихованців спеціальних(інклюзивних) ЗДО та учнів спеціальних (інклюзивних) ЗЗСО до праці:

1.Зміцнює здоров’я та загартовує дитячий організм.

2.Розвиває рухові якості.

3.Збільшення компенсаторних можливостей центральної нервової системи .

4.Формує навичку правильного утримання свого тіла у різних позах, вміння керувати органами рухів.

5.Отримання знань про фізичні вправи .

9.Які спеціальні умови, що забезпечують здійснення корекції недоліків рухової сфери:

1.Враховувати складність та характер рухових порушень, вікові та статеві відмінності дітей.

2.Відповідність змісту та методів фізичного розвитку руховим та функціональним можливостям дітей з порушенням ПФР.

3.Здійснювати фізичний розвиток з опорою на збережені рухової можливості.

4.Санітарно-гігієнічні та загартовуючи процедури.

5.Удосконалювати пізнавальну діяльність дітей засобами фізичної культури.

6.Здійснювати системний підхід до реалізації корекційних завдань.

10.Основне завдання, яке стоїть перед вчителями-це:

1.Підвищення розумової та фізичної працездатності дитини.

2.Покращення загального стану організму дитини.

3.Покращити всебічний розвиток дітей.

4.Навчання руховим вмінням та навичкам.

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

До практичного заняття

ФОРМУВАННЯ ТА КОРЕКЦІЯ РУХОВИХ НАВИЧОК І ВМІНЬ ДІТЕЙ З ПСИХОФІЗИЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології, особливостями ровитку та корекції основних рухових якостей (швидкості, спитності, гнучкості, витривалості)...

В процесі формування та корекції рухових навичок та вмінь вирішуються специфічні завдання, зумовлені особливостями психофізичного розвитку учнів. Навчально-виховна і корекційно-розвивальна робота з дітьми з особливостями психофізичного розвитку має носити комплексний та індивідуальний характер, охоплювати всі лінії їхнього індивідуального розвитку, має носити практичну спрямованість, мати різну спрямованість, тривати протягом всього її життя.

Основними умовами і факторами, які сприяють прогресу фізичного та психічного розвитку таких дітей, є їхня особиста діяльність і співпраця з дорослими. Фахове супроводження та постійну підтримку таких дітей, учителям закладів освіти необхідно навчитися встановлювати довірливі відносини з дитиною,

Добираючи для заняття гру, потрібно враховувати інтенсивність комплексу виконаних вправ і психоемоційний стан дітей, враховуючи психофізичні особливості кожної дитини. Найбільш ефективними будуть рухливі ігри різного ступеню інтенсивності. З цією метою можна використати також і гімнастичні вправи: дихальні, ритмопластичні, на розтягнення, на розслаблення, імітаційні (теж різного ступеню інтенсивності), а також - медіатехнології. Активізація частини учнів, наразі не задіяних у грі, але така, що виконує окремі фізичні вправи, значно підвищить рівень щільності заняття, підвищить працездатність і мотивацію до занять фізичними вправами загалом. Організаційно-методичні форми навчальної діяльності можуть комбінуватись. Наприклад, при груповому способі організації до ігрової діяльності учнів на уроці всередині гри виконання вправи може бути здійснене поточним, змінним способом тощо. Правильно організована система навчання та виховання під час гри (вказаної групи дітей) дає свій позитивний ефект і призводить до їхнього значного просування в напрямку адаптації до життя у суспільному середовищі.

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при формуванні та корекції рухових навичок і вмінь дітей, що мають ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1.Руховиі навички і вміння, корекція при ПФП, особливості організації навчання.

2.Мета організації та проведення заходів корекції рухових навичок і вмінь особистості дитини з психофізичними порушеннями.

3.Значення ігр як засобу формування та корекції рухових навичок і вмінь дітей, що мають ПФП. у справі підготовки вихованців загальних та спеціальних (інклюзивних)закладів освіти до праці.

4. Характеристика адекватних форм фізичної активності, рухових навичок для подолання та компенсації недоліків у дітей з психофізичними порушеннями.

5. Компоненти, з яких складаються рухливі ігри, що мають корекційне спрямування, формують та розвивають рухові навички.

6. Гра як важлива складова соціалізації та інтеграції в суспільство осіб з ПФП.

7. Рухливі ігри у системі корекційно-педагогічної роботи для дітей з психофізичними порушеннями.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик корекції рухових навичок і вмінь у дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.Метою застосування рухливих ігор є:

1.Підвищення рухової активності дітей.

2.Розвиток і корекція психічних процесів.

3.Використання отриманих навичок в повсякденному житті.

4.Профілактика соматичних захворювань .

2.В чому полягає цінність рухливих ігор:

1.Впливає на моторну і психічну сфери гравця одночасно.

2.Розвиває внутрішнє мовлення і логіку.

3.Висуває вимоги до рухливості нервових процесів.

4.Навичок культурної поведінки.

5.Швидкості реакції і нестандартності дій.

3.Рухлива гра сприяє:

1.Відновленню втраченого здоровя .

2.Збагачення чуттєвого досвіду.

3.Зміцненню всіх функцій організму.

4.Умінню радіти успіхам.

4.В чому може бути максимально важливою гра:

1.Корекції порушень розвитку дітей.

2.Освітні.

3.Професійній підготовці.

4.Пошуку шляхів соціалізації та інтеграції в суспільство.

5.Вихованні колективізму.

5.Для дітей з важкими психофізичними порушеннями рухливі ігри є:

1.Засобом психофізичного розвитку.

2.Умінням визначати своє самопочуття.

3.Усуненням відхилень в їх руховій сфері.

4.Повноцінним фізичним розвитком.

5.Зміцнення здоров’я.

6.Найбільш адекватною формою подолання та компенсації недоліків у дітей з психофізичними порушеннями є:

1.Ігрове навантаження .

2.Туризм, фізична підготовка.

3.Рухова активність.

4.Сприйняття власного тіла.

5.Рухлива гра.

7.З яких компонентів складаються рухливі ігри, що мають корекційне спрямування:

1.Елементів спортивних ігор .

2.Різноманітних ілюстрацій.

3.Спортивного інвентаря.

4.Рухливих ігор.

5.Фізичних якостей.

8.Ігри для дітей з психофізичними порушеннями спрямовані на подолання недоліків:

1.Рухової сфери.

2.Емоційно-вольової сфери.

3.Просторової сфери .

4.Пізнавальної сфери.

5.Побутової сфери .

9.Рухливі ігри у системі корекційно-педагогічної роботи з психофізичними порушеннями дітей є:

1.Ефективним засобом використання. ЧОГО??

2.Навчанням корекції.

3.Розвитком дитини з психофізичним порушенням.

4.Стимулюванням активної розумової діяльності.

10.Стан розвитку моторики дітей здійснюється за такими показниками:

1.Швидкість .

2.Точність рухів.

3.Адаптація до умов довкілля.

4.Орієнтування у просторі.

11. Які є етапи обстеження рухів моторики:

1.Корекція .

2.Координація рухів.

3.Фізичне виховання.

4.Дрібна моторика рук.

5.Загальна моторика.

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

До практичного заняття

РОЗВИТОК І КОРЕКЦІЯ ОСНОВНИХ РУХОВИХ

ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ (ШВИДКОСТІ, ВИТРИВАЛОСТІ, ГНУЧКОСТІ, СПРИТНОСТІ).

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології.

Всі набуті упродовж життя рухові акти (рухові дії) об’єднуються під загальною назвою – рухові навички. Рухова навичка – це нова форма 219 рухових дій, яка виникає за механізмом умовних рефлексів внаслідок систематичного повторення вправ. Рухові навички утворюються найчастіше на основі умовних рефлексів другого роду – за методом спроб і похибок, тобто в результаті пробних пошукових рухів; вони є наслідком досвіду, набутого упродовж індивідуального життя. Процес навчання руховим діям згідно з курсом теорії і методики фізичного виховання проходить три стадії: формування рухового вміння, формування рухової навички і формування рухового вміння вищого порядку (Б.А. Ашмарін, цитата за Плахтій П.Д та співав. (2015). При цьому руховим вмінням називається здатність людини виконувати рухову дію за умови концентрування уваги на кожному елементі рухової вправи.

Виконання окремих видів фізичної діяльності потребують певних рухових якостей: сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності та їх комбінацій (при виконанні будь-яких рухів жодна з цих якостей не розвивається ізольовано). З поняттям «рухові якості» тісно пов’язаний термін «рухова активність», яким визначають загальний обсяг фізичної роботи за участю значної кількості м’язів. Гра – це фізична діяльність, у якій задіяні м’язи спини, черевного пресу, верхніх і нижніх кінцівок, при цьому загальний обсяг рухової активності під час гри є тим стимулюючим фактором, що обумовлює ефективне функціонування органів, тканин і систем організму та забезпечує належний стан здоров’я. Рівень розвитку рухових якостей визначають за допомогою тестів і функціональних проб.

Під час гри виникає можливість встановити окремі показники, отримати загальну характеристику фізичного навантаження для дитини з ПФП, зробити висновок щодо його відповідності функціональним можливостям організму і вирішенню індивідуальних оздоровчо-тренувальних завдань. Методика розвитку будь-яких фізичних якостей має низку спільних положень (правил), дотримання яких може сприяти одержанню бажаних результатів.

Науковці Бондаренко В. В. та співав. (2021), рекомендують принципову послідовність дій, спрямованих на розвиток рухових якостей, які можна використовувати і в ігрових навантаженнях для дітей ПФП.

1. Обрання мети розвитку рухових якостей та визначення їхнього вихідного рівня на підставі тестування.

2. Вибір фізичних вправ та їхніх комплексів, які здатні забезпечити розвиток обраних рухових якостей (різні варіанти ходьби, стрибків, окремі фізичні вправи або їх комплекси, бігові навантаження тощо).

3. У методиці розвитку рухових якостей визначаються: інтенсивність фізичних навантажень, підбір вправ (наприклад, вид гри, тривалість) і періодичність занять. Методика розвитку певної фізичної якості має загальні риси незалежно від конкретного виду руху. Крім практичних методів в освітньому процесі зі спеціальної фізичної підготовки використовують словесні та наочні. Основними видами словесної передачі знань у процесі спеціальної фізичної підготовки є: пояснення, розповідь, бесіда, адже для розвитку фізичних якостей, формування рухових навичок, важливим є утворення умовнорефлекторних зв’язків у центральній нервовій системі (ЦНС), але для фізичних якостей значно більшого значення набувають біохімічні та морфологічні перебудови в організмі загалом.

Дозування фізичного навантаження на підставі суб’єктивних відчуттів, що його безпосередньо супроводжують, або виникають після завершення занять, базується на врахуванні низки показників, серед яких: – вільне дихання; – відсутність больових відчуттів під час виконання вправ; – позитивний настрій та бажання продовжувати заняття; – глибокий сон, гарний апетит тощо.

У роботі дітьми з ПФП важливу роль відіграє емоційний настрій дітей на заняття, їх бажання активно працювати, здатність проявляти вольові зусилля для досягнення мети. У закладі дошкільної освіти передумови до успішної соціальної адаптації дітей формуються за допомогою: створення розвивального середовища; організації роботи з сім'єю; побудови доброзичливих відносин між педагогами та дітьми; реалізації загальноосвітніх і спеціальних програм

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при формуванні та корекції рухових порушень (спритність, швидкість, витривалість, гнучкість) у дітей, що мають ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1. Рухові якості, загальна характеристика, значення у формуванні, підтриманні, збереженні здоровя людини.

2. Рухові якості, корекція при ПФП, особливості організації навчання.

3.Мета організації та проведення заходів корекції рухових якостей (спритність, швидкість) дитини з психофізичними порушеннями.

4.Мета організації та проведення заходів корекції рухових якостей (витривалість, гнучкість) дитини з психофізичними порушеннями.

5.Значення ігр як засобу формування та рухових якостей у дітей, що мають ПФП. у справі підготовки вихованців загальних та спеціальних (інклюзивних) закладів освіти до праці:

6. Характеристика ігр як адекватних форм фізичної активності для подолання та компенсації недоліків рухових якостей у дітей з психофізичними порушеннями.

7. Рухливі ігри у системі корекційно-педагогічної роботи з психофізичними порушеннями у дітей.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик проведення ігор для рухових порушень (спритність, швидкість, витривалість, гнучкість) у дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.До швидкісних здібностей людини належать:

1.Латентний час моторної реакції.

2.Швидкість одинарного руху.

3.Частота рухів.

4.Комплексні форми швидкісних здібностей.

5.Перерозподіл м’язового тонусу.

2.Фізична витривалість як рухова якість людини - це:

1.Підтримувати високий рівень інтенсивності рухової діяльності.

2.Швидко відновлювати сили після навантаження.

3.Здатність долати втому у процесі рухової діяльності

4.Швидко знижувати інтенсивність і припиняти роботу

3.В якому віці розвивається спритність як комплексна якість:

1.Підлітковому віці.

2.Дошкільному віці.

3.Молодшому шкільному віці .

4.Старшому віці.

4.Серед факторів, що відновлюють спритність, необхідно відзначити:

1.Свідомо сприймати, контролювати рухові завдання.

2.Рухову пам’ять.

3.Здатність зберігати стійку рівновагу.

4.Міжм’язову координацію.

5.Адаптаційні можливості.

5.Гнучкість як рухова якість людини - це:

1.Зміцнення суглобів.

2.Підвищення еластичності м’язів.

3.Удосконалення координації.

4.Здатність виконувати рухи в суглобах з великою амплітудою.

6.Гнучкість є:

1.Пасивна.

2.Емоційна.

3.Координаційна.

4.Активна.

7.Спритність – це:

1.Складнокоординаційні рухові дії.

2.Виконання рухових дій до вимог техніки.

3.Перебудова діяльності від ситуації, що склалася .

4.Спортивна майстерність.

8.Швидкість – це фізична якість людини яка:

1.Об’єднує комплекс функціональних можливостей .

2.Забезпечує виконання рухових дій в мінімальний час.

3.Збуджує м’язи.

4.Поява механічної активності.

9.Фізичні якості - це:

1.Рухові задатки людини .

2.Можливість успішно виконувати певну рухову діяльність.

3.Процес управління розвитком.

4.Подолання зовнішнього опору.

10.Які є фізичні якості людини:

1.М’язова сила.

2.Швидкість.

3.Витривалість.

4.Гнучкість, спритність.

5.Координаційність.

11.Розрізняють три види фізичної втоми:

1.Тотальну.

2.Регіональну.

3.Звичайну.

4.Локальну.

12.Залежно від специфіки роботи витривалість є:

1.Загальна .

2.Набута.

3.Спеціальна.

4.Локальна.

13.Що є основним засобом удосконалення гнучкості:

1.Махові рухи.

2.Пружні рухи.

3.Сила м’язів.

4.Фізичні вправи.

14.Які етапи гнучкості є:

1.Збільшення амплітуди рухів до оптимальної величини .

2.Напруження м’язів.

3.Збереження рухливості у суглобах на досягнутому рівні.

4.Досягнення більшої амплітуди у суглобах.

15.Фактори від яких залежить прояв гнучкості:

1.Будова суглобів.

2.Сила м’язів.

3.Розслаблення м’язів.

4.Температура тіла, стан емоцій.

5.Хлистоподібні рухи руками за рахунок поворотів тулуба.

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

До практичного заняття

ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ОРГАНІЗМ ДИТИНИ З

ПОРУШЕННЯМИ ПСИХО-ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ (ПФР).

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології. Значенні фізіологічних змін, що відбуваються в організмі під впливом фізичних навантажень загалом, виконанні різних комплексів фізичних вправ зокрема.

В клінічній картині перебігу хвороби у дітей з ПФП рухові порушення - це: затримка формування, недорозвинення, порушення або втрата рухових функцій. Більшість дітей з порушеннями опорно-рухового апарату складають діти з церебральними паралічами (89%). 12% - це діти з такими вродженими порушеннями опорно-рухового апарату: вроджений вивих стегна, кривошия, клишоногість та інші деформації стоп, аномалії розвитку хребта (сколіоз), недорозвинення або порушення розвитку кінцівок. Рухові розлади поєднуються з особливостями у розвитку сенсорних функцій, пізнавальної діяльності, що пов'язано з органічним ураженням нервової системи і обмеженими можливостями пізнання навколишнього світу. Дуже часто відзначаються мовні порушення, які мають органічну природу і поглиблюються дефіцитом спілкування.

Всі діти з порушеннями опорно-рухового апарату потребують особливих умов життя, навчання: їм протипоказані тривалі фізичні навантаження, вони швидко перевтомлюються, скаржаться на біль в ногах, спині.  
Діти з особливостями психофізичного розвитку зазнають труднощів у соціальній адаптації. Для таких дітей характерна низька працездатність (важко вислухати інформацію до кінця, виконати завдання правильно і чітко), підвищена стомлюваність, рухова незграбність, відсутність концентрації уваги (в окремих випадках вже після трихвилинного сидіння за столом вони відчувають дискомфорт, незручність, часто відволікаються). Ось чому необхідняі доброзичливі відносини між педагогами та дітьми, адже важливим є емоційний настрій дітей на заняття, їх бажання активно працювати, здатність проявляти вольові зусилля для досягнення мети.

З метою забезпечення позитивного впливу гри (як комплексу фізичних вправ) як різновиду фізичної активності науковець Гаяш О.В. (2016) рекомендує акцентувати увагу на розвитку у дітей з ПФП спостережливості, досвіду практичної діяльності, формуванні навичок і вмінь самостійно оволодівати знаннями та користуватися ними. Стимулювати активність дітей під час гри, підтримувати навіть незначні успіхи. Використовувати наочність і докладне пояснення правил гри (враховуючи труднощі запам’ятовування і порушення працездатності) давати можливість виконувати окремі етапи гри у повільнішому темпі, зменшувати їхню кількість. Поступово підвищувати темп роботи і працездатність дитини, підвищувати мотивацію навчальної і пізнавальної діяльності шляхом постійної підтримки і стимулювання.

Фізична активність для дітей з порушеннями ПФР – це не тільки фізичні вправи, але й звичайна побутова активність, що вимагає рухів (прибирання, ходіння сходами, рухливі ігри, тощо). Так, наприклад, дітям та підліткам необхідна інтенсивна фізична активність упродовж 60 хвилин (краще – більше) щодня. Для дітей молодшого віку комплекс вправ можна розділити на два підходи по 30 хвилин упродовж дня. Деякі види рухової активності взаємозамінні. Наприклад, гра-заняття з залученням танцювальних складових цілком відповідає по інтенсивності й обсягу необхідним фізичним навантаженням. Такий підхід допоможе: розвинути здорові скелетно-м’язові тканини (кістки, м’язи і суглоби); розвинути здорову серцево-судинну систему (серце і легені); розвинути нервово-м’язову регуляцію (координацію і контроль рухів); підтримувати здорову вагу тіла.

Рухливі ігри не тільки позитивно впливають на функціонування внутрішніх органів (тренувальний вплив на органи та системи) та підвищують рухову активність вихованців, але і сприяють формуванню просторових понять, розвитку мови та мовлення, фізичних якостей, дозволяють ефективно взаємодіяти з довкіллям, сприяють закріпленню рухових умінь і навичок, отриманих дітьми під час занять. Дидактичні рухливі ігри застосовуються з метою пізнавального та моторного розвитку дітей, а також розширення, поглиблення та систематизації їх уявлень, в тому числі і просторових. Розвиток просторового орієнтування відбувається шляхом включення у рухливі ігри певних структурних елементів, а саме: орієнтування у схемі власного тіла; -121- визначення свого місця розташування щодо об’єктів навколишнього середовища; визначення форми та величини предметів; розташування предметів відносно сприймаючого об’єкта та відносно один одного; орієнтування на мікро- та макроплощині, тобто в двовимірному просторі; орієнтування в тривимірному просторі; вербалізації просторових уявлень.

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при застосуванні фізичних вправ для дітей, що мають ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1. Фізичні вправи як складова фізичної активності, значення для організму

у формуванні, підтриманні, збереженні здоров’я людини.

1. Фізичні вправи, класифікація.
2. Мета організації та проведення комплексів фізичних вправ (для різних груп м’язів, для дітей з ПФП.
3. Фізичні вправи, особливості організації навчання дитини з ПФП.

5.Значення використання фізичних вправ у справі підготовки вихованців спеціальних(інклюзивних) ЗДО та учнів спеціальних (інклюзивних) ЗЗСО до навчання та праці.

6. Характеристика комплексів фізичних вправ (для різних груп м’язів), як адекватних форм фізичної активності для подолання та компенсації недоліків рухових якостей у дітей з ПФП.

7. Фізичні вправи у системі корекційно-педагогічної роботи з психофізичними порушеннями у дітей.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик проведення ігор дл рухових порушень (спритність, швидкість, витривалість, гнучкість) у дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.Який загальний вплив фізичних вправ та рухливих ігор на організм дитини з порушеннями ПФР:

1. Стимулюють обмін речовин, тканинний обмін.

2.Тонізуючий та трофічний вплив,нормалізація і формування компенсаторних функцій.

3.Зниження рухової активності, відчуття нестачі у спілкуванні.

4.Сприяють стійкості організму до захворювань.

2.Рухливі ігри сприяють:

1.Вихованню моральних і вольових якостей.

2.Зміцненню здоров’я.

3.Всебічному фізичному розвитку .

4.Недостатньому розвитку рухових функцій.

3.Рухливі ігри - це:

1.Різні види бігу.

2. Різні види стрибків.

3.Метання .

4.Низький рівень емоційності, монотонність.

4.Застосування рухливих ігор у дітей-олігофренів сприяє:

1.Підвищенню рівня мислення.

2.Підвищенню рівня пам’яті.

3.Підвищенню рівня уваги.

4.Підвищенню відхилень у психічному розвитку.

5.Заняття фізичними вправами позитивно впливає на:

1.Дихальну систему, серцево-судинну.

2.Нервову систему.

3.Шлунково-кишковий тракт.

4.Погіршується діяльність органів чуття, понижується тонус.

6.Основа здорового життя - це:

1.Загальний рівень культури людини.

2.Правильно організоване фізичне виховання у дітей.

3.Регулярні фізичні навантаження.

4.Гармонійний розвиток скелетної системи.

7.Необхідною умовою організації ігор для покращення фізичного розвитку дітей є:

1.Ослаблена рефлекторна діяльність дитини.

2.Раціональне фізичне виховання.

3.Низький розвиток опорно-рухового апарату.

4.Слабко розвинена м’язова система.

8.Систематичне виконання фізичних вправ стимулює:

1.Функціональний зв’язок внутрішніх органів і м’язів.

2.Умовно-рефлекторну діяльність.

3.Умовно-рефлекторні зв’язки .

4.Погіршення динаміки нервових процесів, збудження і гальмування.

9.Що є важливою умовою дітей в іграх:

1.Правила.

2.Обов’язки.

3.Організація.

4.Якості фізичні.

10.Скільки є загальних завдань, що реалізуються через використання рухливих ігор:

1.П’ять завдань.

2.Шість завдань.

3.Вісім завдань .

4.Сім завдань.

МЕТОДИЧНА РОРОБКА

До практичного заняття

ОЗДОРОВЧЕ, ОСВІТНЄ І ВИХОВНЕ ЗНАЧЕННЯ

РУХЛИВИХ ІГОР.

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології. Оздоровчому, освітньому, виховному значенні рухливих ігор на організм дітей зі ПФП.

Оздоровче, освітнє, виховне значення рухливих ігр на організм дітей з ПФП: зміцнення здоров’я, сприяння гармонійному психофізичному розвитку учнів; підвищення рівня рухової функціональної активності та мобільності; збільшення здатності до самообслуговування; формування достатнього рівня практичних рухових умінь і навичок; формування фізіологічної пози, здатності до сидіння та ходьби; розвиток рухових якостей (спритності, витривалості, гнучкості, сили, швидкості), розвиток відчуття темпу та ритму; особливо важливим є поліпшення рівноваги; мовленнєвий розвиток, збагачення та конкретизація активного та пасивного словника; зменшення та попередження контрактур і інших кістково-суглобових деформацій; попередження та корекція обмежень індивідуальної незалежності та поліпшення побутової адаптації; попередження та корекція недоліків психофізичного розвитку, вторинних і третинних порушень; формування знань про особисту гігієну, здоровий спосіб життя, фізичне вдосконалення, як невід’ємні складові загальної культури людини; формування потреби до занять фізичною культурою, до здорового способу життя; формування позитивної соціальної поведінки учнів: виховання моральновольових якостей, комунікативних навичок, культури спілкування, дисциплінованості, адекватної самооцінки, наполегливості тощо (Чеботарьова О. В. та співавт. (2020)

С 94 – 95 Корекційно-розвивальні технології навчання дітей з комплексними порушеннями розвитку /навчально-методичний посібник / Чеботарьова О. В., Блеч Г. О., Гладченко І. В., Бобренко І. В., Мякушко О. І., Сухіна І. В., Трикоз С. В. За наук. ред. О.В. Чеботарьової, О.І. Мякушко. – К.: ІСПП імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2020. – 558 с.

Виконання фіичних вправ як складової ігрової діяльності повинно забезпечувати комплексний вплив: сприяти гармонізації розвитку дитини та корекції порушень її психофізичного розвитку; при підборі засобів фізичного виховання та методів їх застосування потрібно враховувати як характер і патогенез порушень психофізичного розвитку, так і психофізіологічний вплив конкретних засобів (як на розвиток дитини загалом, так і на виправлення порушених функцій її організму); при застосовуванні гри здійснювати розвиток всіх ланок рухового апарату, та фізичних якостей, при забезпеченні корекції порушень моторики; забезпечити стимуляцію розумової активності, розвиток психіки учасників гри; сприяти розвитку регулюючої функції мовлення в процесі практичної діяльності.

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при застосуванні рухливих ігор для дітей, що мають ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1. Фізичні вправи як складова фізичної активності, значення для організму

у формуванні, підтриманні, збереженні здоров’я людини.

1. Оздоровче, значення рухливих ігр на організм дітей з ПФП
2. Освітнє, виховне значення рухливих ігр на організм дітей з ПФП
3. Розвиваюче, корекційне значення рухливих ігр на організм дітей з ПФП
4. Оздоровче, освітнє, розвиваючих, корекційних, виховне значення рухливих ігр на організм дітей з ПФП
5. Значення використання ігрової діяльностіу справі підготовки вихованців спеціальних(інклюзивних) ЗДО та учнів спеціальних (інклюзивних) ЗЗСО до навчання та праці.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик проведення ігор дл рухових порушень (спритність, швидкість, витривалість, гнучкість) у дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.Який вплив рухливої гри на розумовий розвиток:

1.Розвиває логіку, мовлення.

2.Реагування на дії суперника і партнера.

3.Перебування на свіжому повітрі .

4.Мислення найбільш економічне.

2.Загальнодоступним засобом рухливих ігор є:

1.Психофізичне виховання дітей.

2.Моральне виховання дітей.

3.Педагогічне виховання дітей .

4.Фізіологічне виховання дітей.

3.За допомогою гри діти пізнають:

1.Довкілля.

2.Готуються до активного перетворення.

3.Готуються до життя .

4.Нечасто залучати до рухливих ігор.

4.Оздоровче значення ігор:

1.Зміцнення здоров’я, загартовування організму.

2.Формування правильної постави.

3.Виховання моральних та вольових якостей.

4Гармонійний розвиток.

5.Підвищення працездатності.

5.Вибір гри залежить від:

1.Загальних завдань уроку.

2.Форми завдань, місця проведення.

3.Стану погоди, наявності інвентаря.

4.Методу поєднання показу з розповіддю.

5.Пояснень додаткових правил і прийомів гри.

6.Важливий чинник при виборі дозування рухливої гри - це:

1.Характер попередньої діяльності.

2.Настрій дітей.

3.Чергування інтенсивності гри.

4.Фізіологічна дія рухів на організм.

7.Освітнє значення ігор:

1.Розвиток фізичних якостей.

2.Формування рухових навичок.

3.Формування основних знань з фізичної культури і спорту, валеології.

4.Формування правильної постави.

5.Підвищення працездатності.

8.Які є способи пояснення гри:

1.Точне завдання.

2.Зміна інтонації.

3.Докладне пояснення гри.

4.Ускладнити або спростити правила гри.

9.Під час проведення рухливих ігор учні:

1.Повторюють рухові вміння і навички.

2.Закріплюють рухові вміння і навички.

3.Удосконалюють рухові вміння і навички.

4.Пізнають довкілля.

10.Виховне значення ігор:

1.Щоденні і систематичні заняття фізичними вправами.

2.Виховання фізичних якостей.

3.Виховання любові до рідного краю.

4.Виховання моральних та вольових якостей.

11.У рухливій грі одночасно здійснюється:

1.Фізичне виховання.

.2Розумове виховання.

3.Моральне виховання.

4.Фізіологічне виховання.

12.Активна рухова діяльність ігрового характеру підсилює:

1.Фізіологічний та психологічний процеси в організмі.

2.Покращує роботу всіх органів і систем.

3.Виховує відповідальність .

4.Регулює поведінку гравців.

МЕТОДИЧНА РОРОБКА

До практичного заняття

КЛАСИФІКАЦІЯ РУХЛИВИХ ІГОР ДЛЯ ДІТЕЙ З

ПОРУШЕННЯМИ ПСИХОФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ.

Час проведення практичного заняття: 2 години.

Навчальна мета: ознайомити студентів з відомостями про особливості статусу дітей з психо-фізичними порушеннями (ПФП), показниками фізичного розвитку в нормі та при патології. Дати характеристику рухливих ігор відповідно до класифікації

Усі фізичні вправи поділяють на силові, швидкісно-силові та вправи на витривалість. Силові вправи характерні для динамічних або статичних навантажень з малою швидкістю рухів. Це невеликі за тривалістю (в декілька секунд) вправи з максимальною або близькою до максимальної напруженості працюючих м’язів. Основною руховою здібністю, яка розвивається даними вправами, є сила.

Швидкісно-силовими вважаються динамічні вправи великої потужності (до 50-60% від максимальної). У цих вправах працюючі м’язи одночасно проявляють відносно велику силу і швидкість скорочення. Максимальну потужність м’язи розвивають в умовах максимальної активізації м’яза при швидкості скорочення близько 30% від максимальної для ненавантаженого м’яза і при зовнішньому опорі (величині вантажу) – 30-50% від їх максимальної сили. Тривалість швидкісно-силових вправ коливається від 3-5 с до 1-2 хв.

Вправами на витривалість називають тривалі (від декількох хвилин до декількох годин) вправи невеликої сили і швидкості скорочень працюючих груп м’язів. Виконання таких вправ забезпечує розвиток витривалості. Врахування обсягу активної м’язової маси дозволяє виділити локальні, регіональні і глобальні фізичні вправи.

Локальними називають вправи, у виконанні яких бере участь менше 1/3 м’язової маси тіла (стрільба з пістолета, відповідні гімнастичні вправи), регіональними – від 1/3 до 1/2 всієї м’язової маси тіла (гімнастичні вправи, які виконуються тільки м’язами рук і поясу верхніх кінцівок).

Розріняють також фізичні вправи і а енерговитратами, додаток 3

Плахтій 2015, С. 18

Розрізняють рухливі ігри: цілеспрямованого характеру; тренуючогохарактеру; спортивні ігри; рухливі ігри з елементами естафети.

Вправи, рухливі ігри на орієнтування у просторі:

1. Шикування та перешикування.

2. Ходьба до орієнтирів, прийняття різних вихідних положень,повороти, за словесноюінструкцією. З подоланням перешкод; широкими кроками; з випадами; з утриманням правильної постави; із зупинками за сигналом; присівши із різними положеннями рук.

3.Вправи на розвиток координації рухів( бажано періодично змінювати вправи): - вправи на координацію рухів пальців; - вправи з предметами та без них; -ритмічна гімнастика; (сенсорна доріжка).

Згідно словесних інструкцій вчителя учень виконує ріні дії, наприклад: шикування та перешиковування (в групах); орієнтується в залі та на спортмайданчику; виконує вправи з рівноваги або вправляється в одночасному виконанні різних рухів (лежачи піднімати різнойменні руки та ніги; одночасно рухати різнойменними кінцівками) тощо. Вчитьсядіяти при обминанні перешкод (знає різні види пересування); виконує складні поєднання рухів рук та ніг, тулуба, та виконує їх на місті та в русі.

Застосування різних вправ сприяє розвитку в учнів навчальної діяльності уваги, пам’яті, мислення, дисциплінованості. Відбувається корекція образної пам'яті на основі вправ у відтворенні, покращуються навички правильної ходьби. Плахтій П.Д. та співавт.(2015)

Методичні та практичні завдання практичного заняття: навчити студентів методологічним особливостям застосування системного підходу при застосуванні рухливих ігор для дітей, що мають ПФП.

З метою активізації навчально - пізнавальної діяльності студентів провести:

- опитування по темі лекції для закріплення навчального матеріалу;

- обговорення представлених під час проведення презентації лекції таблиць, малюнків, схем;

- перевірку виконання студентами тестових завдань по темі (перевірка результатів, обговорення допущених студентами помилок з метою закріплення матеріалу).

Перелік питань по темі для опитування.

1. Ознаки, за якими групуються рухливі ігри.
2. Розподіл рухливих ігор за фізичними якостями.
3. Розподіл рухливих ігор за ступенем складності.
4. Розподіл рухливих ігор за віком дітей.
5. Ігри підготовчі, загальна характеристика
6. Значення використання ігрової діяльностіу справі підготовки вихованців спеціальних(інклюзивних) ЗДО та учнів спеціальних (інклюзивних) ЗЗСО до навчання та праці.

Під час проведення практичного заняття перевіряються знання студентами основних методик проведення ігор дл рухових порушень (спритність, швидкість, витривалість, гнучкість) у дітей, що мають ПФП. Важливості отриманих знань і практичних навичок у їх майбутній професійній та побутовій діяльності.

Тестовий контроль

1.При проведенні гри вчитель зобов’язаний сприяти:

Вихованню морально-виховних якостей.

Правильному фізичному розвитку дітей.

Поясненням і відповідями на запитання дітей .

Оволодінню руховими навичками.

Зміцненню здоров’я дітей.

2.Педагог повинен привчити дітей до:

Самостійності організувати гру.

Залученню до розмітки майданчика.

Залученню до суддівства .

Вишикуванню і розподіленню на команди.

3.За якими ознаками групуються рухливі ігри:

З урахуванням сезону та місця проведення.

Спеціального підбору ігор.

За характером моторної щільності .

За формою організації занять.

4.Рухливі ігри розподіляються:

За фізичними якостями.

За ступенем складності.

За віком дітей.

Як ігри підготовчі.

За формою організації занять.

5.Під час проведення гри учитель повинен навчити дітей:

З’ясовувати причини невдач.

Свідомо ставитися своїх дій.

Організовувати гру самостійно.

З’ясовувати причини успіхів.

6.Які вимоги передбачені у методиці організації гри:

Дотримуватися систематичності та послідовності.

Розв’язання певних завдань.

Використання різноманітних засобів фізичної культури.

Організаційна діяльність педагогів і батьків.

7.Які групи ігор є основні:

З ведучим і без ведучого.

Некомандні ігри.

З одночасною участю всіх гравців.

Командні.

Спрощені ігри.

8.Що покладено в основу класифікації ігор:

Вдосконалення фізичних якостей.

Моторна щільність гри великої рухливості.

Рухові дії.

Розвиток уваги,швидкої реакції, орієнтування.

9.Розрізняють ігри:

Імітаційні.

Орієнтувальні.

Ігри на місцевості.

Підготовчі ігри.

Ігри зимові,літні,у приміщенні, на майданчику.

10.Педагогічна класифікація колективних рухливих ігор:

Зі вступом гравців у контакт з ведучим.

З розподілом на групи, без ведучих.

Перехідні до командних.

Без розподілу на групи, без вступу гравців у контакт.

За видами рухів, які виконуються під час гри.

11.Під час підбору рухливих ігор звертають увагу на:

Поєднання з іншими вправами.

Спрямованість на розвиток уваги, швидкої реакції, орієнтування.

Тривалість гри.

Підбір ігор для розв’язання педагогічних завдань.

12.За якою схемою пояснюється проведення гри:

Правила гри, хід гри.

Мета гри, назва гри.

Роль гравців і ведучих.

Вибір учителя.

13.Педагогічно найважчий і вирішальний компонент у проведенні гри - це:

Зміна правил.

Характер гри.

Керівництво грою.

Цінність гри.

14.Важливим моментом регулювання навантаження у грі є:

Зміна інвентарю, розмірів ігрового майданчика, правил.

Введення перерв, скорочення тривалості гри.

Зміна кількості гравців.

Підрахунок результатів.

Тестові завдання. Еталони вірних відповідей

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Практ заняття | Питання | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | 6 | 7 | | 8 | 9 | 10 | |
| 1 | 13 | 3 | 124 | 4 | 5 | 3 | | 123 | 124 | | 46 | | 3 |
| 2 | 123 | 1235 | 13 | 5 | 1345 | 13 | | 14 | 124 | | 4 | | 34 |
| 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 4 | 14 | | 4 | 12 | | 12 | | 1234 |
| 4 | 1245 | 123 | 123 | 123 | 123 | 2 | | 2 | 123 | | 3 | | 7 |
| 5 | 124 | 34 | 123 | 3 | 45 | 4 | | 123 | 123 | | 45 | | 25 |
| 6 | 3 | 4 | 134 | 1234 | 124 | 124 | | 1234 | 124 | | 5 | | 1234 |

ДОДАТКИ

ДОДАТОК 1

Фізичний розвиток дітей з психо-фізичними порушеннями

У процесі індивідуального розвитку організм дитини весь час змінюється. Це пов’язано з невпинним процесом розвитку і вдосконаленням структури та функцій як окремих органів, так і всього дитячого організму. Завдяки цьому діти різних вікових груп мають специфічні особливості, які характеризують певний етап їхнього розвитку, таблиця 1.

Таблиця 1

Періодизація (психологічна та педагогічна) вікового розвитку за Д. Б. Ельконіним

|  |  |
| --- | --- |
| Психологічна | Педагогічна |
| Пренатальний період | Немовля (1 рік життя) |
| Період новонародженості (до 6 тижнів життя) | Переддошкільний вік (від 1 до 3 років) |
| Грудний період (до 1 року) | Дошкільний вік (від 3 до 6 років) |
| Повзунковий вік (1–3 роки) | Молодший дошкільний вік (3–4 роки) |
| Дошкільний вік (3–6 років) | Середній дошкільний вік (4–5 років)  Старший дошкільний вік (5–6 років) |
| Шкільний вік (6–11 років) | Молодший шкільний вік (6–10 років) |
| Пубертатний період (11–15 років) | Середній шкільний вік (10–15 років) |
| Юнацький період (15–20 років) | Старший шкільний вік (15–18 років) |

Оцінка темпів психофіичного розвитку особистості потребує зіставлення його із віковими нормами. Норми постійно поновлюються і змінюються, визначаючи специфіку людини у конкретному культурно-історичному вимірі.

Відхилення від стадії вікового розвитку (дизонтогенез) у біологічному стані людини визначається терміном «порушення». Порушення – це будь-яка втрата чи аномалія психологічної, фізіологічної, анатомічної структури або функції.

Види порушень класифікують відповідно до сфери психофізичного розвитку, де відбулося ушкодження.

Фізичне порушення – тимчасове чи постійне порушення в розвитку та/або функціонуванні органа людини або хронічне чи інфекційне захворювання.

Психічне порушення – тимчасове або постійне порушення у психічному розвитку людини, що включає порушення мовлення, емоційної сфери, у тому числі пошкодження мозку, інтелектуальні порушення, затримку психічного розвитку, що створює труднощі у навчанні.

Складне порушення – сукупність фізичних та/або психічних порушень.

Найбільш поширеними наслідками ураження моторної сфери, що відповідає за рухи і рухову діяльність, є порушення опорно-рухового апарату і мовно-рухових функцій.

Порушення опорно-рухового апарату виявляються у парезах, паралічах, тиках, гіперкінезах (наприклад, при дитячому церебральному паралічі). Недоліки мовнорухових функцій ускладнюють артикуляцію звуків (дизартрія, стерта дизартрія).

За походженням порушення можуть бути органічними і функціональними.

Органічні порушення – це незворотні у функціонуванні органа або системи порушення, відсутність органа або його частини. Органічні порушення можуть бути:  генералізованими (інтелектуальні) або ізольованими (сліпота, глухота, порушення рухів, мовлення). Причини: спадкові, вроджені або набуті.

Функціональні порушення – це порушення функцій органа або загальних функцій всього організму без порушення тканини органа. Функціональні порушення бувають компенсованими або декомпенсованими. Компенсовані порушення можуть бути тимчасовими і носити зворотний характер. Прикладом можуть слугувати неврози, психоневрози, порушення поведінки. Причини: порушення соціальних зв’язків індивіда. Порушення може виявлятися й у темпі розвитку. Розрізняють два варіанти: акселерацію – прискорений розвиток; ретардацію (затримку) – відставання у розвитку. З одного боку вплив порушень на розвиток дитини ускладнює природний розвиток організму, а з іншого – сприяє посиленому розвитку інших функцій.

У сучасній психолого-педагогічній літературі використовують різні визначення дітей з порушеннями розвитку, а саме: «діти з особливостями психофізичного розвитку», «діти з відхиленнями у розвитку», «нетипові діти», «діти з труднощами у навчанні», «виняткові діти», «діти з обмеженими можливостям здоров’я» тощо.

ДОДАТОК 2

Особи з ООП – це: обдаровані особи; особи, які мають труднощі в навчанні; особи, які мають проблеми зі здоров’ям; особи з інвалідністю; особи, які мають поведінкові та емоційні порушення; особи, які тривалий час були відсутні на заняттях або недостатньо володіють мовою навчання, що призводить до необхідності змінити або адаптувати зміст занять, освітній процес, тривалість занять, навчальне навантаження, освітнє середовище (посібники, приміщення, мова спілкування, зокрема мова жестів, або інші альтернативні засоби спілкування, персонал підтримки, педагоги зі спеціальною підготовкою).

Відповідно до класифікації ЮНЕСКО виділяють такі порушення в розвитку дитини з ООП:

емоційні і поведінкові порушення;

розлади мовлення і спілкування;

труднощі в навчанні;

затримка/обмеження можливостей інтелектуального розвитку;

фізичні/нейромоторні порушення;

порушення зору;

порушення слуху.

Цей список доповнюється іншими потенційними ризиками для дітей:

діти, які ростуть у несприятливому середовищі;

діти, які належать до груп етнічних меншин;

діти зі вулиці;

діти, хворі на ВІЛ-інфекцію/СНІД;

діти з поведінковими порушеннями.

Узагальнюючи різні класифікаційні ознаки ООП, можна запропонувати такі категорії дітей з ООП, що представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Категорії дітей з ООП

|  |  |
| --- | --- |
| Класифікаційні ознаки | Категорії дітей з ООП |
| Особливості  психофізичного розвитку | Діти, які мають затримку розвитку:  інтелектуальні порушення;  затримка психічного розвитку.  Діти, які мають дефіцит розвитку однієї з функцій:  порушення зору (сліпі, зі зниженим зором);  порушення слуху (глухі, зі зниженим слухом);  порушення опорно-рухового апарату;  тяжкі порушення мовлення;  синдром дефіциту уваги та гіперактивність (СДУГ).  Діти, які мають дефіцит розвитку декількох функцій/різні  варіанти сполучень дефіциту функцій та одного з варіантів недостатнього розвитку:  складні порушення розвитку.  Діти, які мають захворювання:  такі, що потребують постійного медичного нагляду або періодичного здійснення індивідуальних медичних процедур із забезпечення життєдіяльності та/або контролю за станом здоров’я, у тому числі із встановленим електрокардіо-стимулятором або іншим електронним імплантатом чи пристроями;  такі, що можуть бути перешкодою для проходження зовнішнього незалежного оцінювання |
| Особливості опанування освітньої діяльності | Діти, які мають порушення освітньої діяльності:  дислексія, дискалькулія.  Обдаровані діти: здобувають спеціалізовану освіту та/або можуть прискорено опанувати зміст навчальних предметів одного чи декількох класів, освітніх рівнів |
| Особливості  встановлення контактів із  соціальним середовищем | Діти, які мають первазивне (наскрізне) порушення розвитку: розлади аутистичного спектра (РАС) |
| Особливості розвитку  внаслідок впливу  соціального середовища | Діти, які:  потребують підтримки у навчанні, що пов’язана з проживанням на тимчасово окупованій території або у населених пунктах, на території яких органи державної влади тимчасово не здійснюють свої повноваження, або у населених пунктах, розташованих на лінії зіткнення;  мають статус внутрішньо переміщених, діти-біженці та діти, які потребують додаткового і тимчасового захисту;  здобувають/ли освіту в закладах загальної середньої освіти мовами корінних народів і національних меншин;  з соціально незахищених верств населення |

Розвиток дитини з ООП – це взаємопов’язаний процес безперервних кількісних і якісних змін у біологічній, психічній, соціальній та духовній (моральній) сферах, ключовими факторами яких є процес навчання та виховання.

Таблиця

Класифікація локальних, регіональних і глобальних вправ за енерговитратами (ккал/хв. за Я.М. Коцом)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Вид роботи Вправи Вправи Вправи

легкі помірні (середні) важкі

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Локальна – кистю 0,3-0,6 0,6-0,9 0,9-1,2

Регіональна

однією рукою 0,7-1,2 1,2-1,7 1,7-2,2

двома руками 1,5-2,0 2,0-2,5 2,5-3,0

Глобальна 2,5-4,0 4,0-10,0 10,0-15,0

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

\

1. Social Determinants of Health, Race, and Diabetes Population Health Improvement: Black/African Americans as a Population Exemplar / F. Hill-Briggs, P.L. Ephraim, E.A. Vrany, K.W. Davidson, R. Pekmezaris, D. Salas-Lopez, C.M. Alfano, T.L. Gary-Webb. Current Diabetes Reports. 2022. Vol. 22. Iss. 3. P. 117–128. DOI: 10.1007/s11892-022-01454-3.

2.Плахтій П.Д., Босенко А.І., Макаренко А.В. Фізіологія фізичних вправ: підручник / П.Д. Плахтій, А.І.Босенко, А.В. Макаренко. – Кам’янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. – 268 с.

3.Розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти ЗВО МВС України [Текст] : метод. рек. / [В. В. Бондаренко, С. М. Решко, Г. В. Бикова та ін.]. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. – 108 с. (C/ 6-90 розв фізичних якостей шв, сприт,сила витрив гнучк С. 37–75.

4.Глазирін І.Д. Фізичне виховання (теоретичний курс для студентів ВНЗ не профільних напрямів підготовки) : навчальний посібник / І.Д. Глазирін, Я.І. Олексієнко, Ю.В. Петришин. – Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2017. – 248 с.

Гаяш О.В. Корекційно-розвивальна робота з дітьми з особливостями психофізичного розвитку : Науково-методичний посібник для вчителів інклюзивного навчання, асистентів учителів, які працюють з дітьми з психофізичними порушеннями в умовах загальноосвітніх навчальних закладів, соціальних педагогів, батьків / Укладач О. В. Гаяш. – Ужгород : Інформаційно-видавничий центр ЗІППО, 2016. – 120 с.

5.Шевцов, А.Г., Романенко, О.В., Ханзерук, Л.О., & Чеботарьова, О.В. (2013). Діти із порушенням опорно-рухового апарату в загальноосвітньому просторі. К.: Видавничий дім «Слово»

6.Чеботарьова, О.В., & Гладченко, І.В. (2017). Багатоаспектність корекційно-розвивальної роботи в освітніх закладах для дітей із порушеннями опорно-рухового апарату. Особлива дитина: навчання і виховання, 1, 21-30.

7.Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року» (від 14 грудня 2016 р. № 988). Режим доступу: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988- 2016-%D1%80#Text

8.Прохоренко, Л. І. (2019). Науково-психологічний супровід в освіті дітей з особливими потребами. Вісник Національної академії педагогічних наук України, 1(1). https://doi.org/10.37472/2707-305X-2019-1-1-1-5 Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/723025/>

9.Нова українська школа: порадник для вчителя (2017). Н.М.Бібік (Ред.). К.: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди». Режим доступу: <https://nus.org.ua/wpcontent/uploads/2017/11/NUSH-poradnyk-dlya-vchytelya.pdf>

10.Наказ Міністерства освіти і науки України «Про затвердження методичних рекомендацій щодо оцінювання результатів навчання учнів третіх і четвертих класів Нової української школи» (від 16.09.2020 року № 1146). Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennyametodichnih-rekomendacij-shodo-ocinyuvannya-rezultativ-navchannya-uchnivtretih-i-chetvertih-klasiv-novoyi-ukrayinskoyi-shkoli>

11.Лист Міністерства освіти і науки України «Щодо організації навчання осіб з особливими освітніми потребами у закладах загальної середньої освіти у 2020/2021 навчальному році» (від 31.08.2020 року № 1/9-495). Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-organizaciyi-navchannyaosib-z-osoblivimi-osvitnimi-potrebami-u-zakladah-zagalnoyi-serednoyi-osvitiu-20202021-navchalnomu-roci>

12. Засенко, В.В. & Прохоренко, Л.І. (2020). До проблеми реформування галузі освіти дітей з особливими потребами. Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови. 16, 143-159. <https://lib.iitta.gov.ua/719966/>

13.Засенко, В.В. & Прохоренко, Л.І. (2019). Компетентнісний підхід як теоретико-методологічна основа розбудови освіти дітей з особливими потребами: матеріали І Всеукраїнської наукової інтернет-конференції «Практична психологія в інклюзивному середовищі» (м. ПереяславХмельницький, 21.02.2019). (с. 17-22). Переяслав-Хмельницький: Видавець Я. М. Домбровська. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/715928/>

14.Засенко, В.В. & Прохоренко, Л.І. (2019) Освіта «особливих» дітей: стратегія розвитку. Рідна школа. 3–4, 48-52. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/718099/>

15.. Закон України «Про повну загальну середню освіту» від 16.01.2020 № 463- IX (Редакція станом на 01.08.2020) [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463- 20](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-%2020)

16.Єдинак, Г.А. (2009). Фізичне виховання дітей з церебральним паралічем. Кам’янець-Подільський : ПП Буйницький О. А..

17.Державний стандарт початкової освіти (2018) (Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 року № 87). Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF>.