

- забезпечення спрямованості розвитку дитини дошкільного віку з розумовою відсталістю від дитини до визначення педагогічних впливів, які сприяють її розвитку;
- забезпечення розвитку системи потреб та мотивів дітей з розумовою відсталістю, їхніх здібностей до оволодіння ігровою та навчальною діяльністю, самоконтролю в організації власної діяльності, навичок самообслуговування та позитивно орієнтовану й диференційовану Я-концепцію.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Гладченко Ірина

Фізичне виховання та основи здоров'я виступає одним із напрямів розвитку дітей із розумовою відсталістю та складовою Концепції дошкільної освіти цих дітей. Реалізація цього напрямку забезпечує формування найважливіших рухових та здоров'язберезувальних навичок, сприяє закладанню основ здорового способу життя, всебічній руховій підготовленості. Фізичне виховання як система заходів, спрямованих на розвиток зростаючого організму дитини, його функцій, є пріоритетною для всієї корекційно-виховної роботи з розумово відсталими дітьми дошкільного віку та створює передумови для розвитку системи безперервного фізкультурно-оздоровчого виховання.

Соціальна ситуація розвитку, особливості культури, конкретні умови забезпечення здорової життєдіяльності та безпеки дитини детермінують рівень її психосоціального та фізичного розвитку. Засвоєння дидактичної інформації та вирішення корекційно-виховних завдань здійснюється саме в результаті рухової активності дітей. Організована рухова активність сприяє урізноманітненню форм прояву вищої нервової діяльності: орієнтації у просторі, розпізнаванню образів, символів тощо. Засоби та методи фізичної культури використовуються з метою не лише розвитку моторно-рухових здібностей, а й для формування пізнавальної діяльності дітей у цілому.

Акцент на аспекті цілеспрямованої, регульованої зміни фізично-оздоровчих, духовних кондицій дитини з розумовою відсталістю визначає специфіку фізкультурно-оздоровчого напрямку Концепції та потребує визначення, уточнення основних понять та термінів.

Класичне визначення поняття «здоров'я» трактується Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) як стан повної психічної, фізіологічної та соціальної гармонії. З метою реалізації даного соціального замовлення на допомогу педагогу приходять безліч наук про людину, про суспільство та про світ у цілому. Однією з них є «педагогіка здоров'я». Слід зазначити, що цей термін, або ж «здоров'язберезувальна

педагогіка», на сьогодні досить широко застосовується у педагогічній і медичній літературі та трактується як освітній процес, що сприяє якісному покращенню показників здоров'я дітей та оволодінню ними навичками здорового способу життя (Л. Макарова, Л. Тихомирова та ін.).

У теорії і методиці фізичного виховання застосовується специфічний понятійний апарат, розуміння та засвоєння якого є обов'язковим для спеціалістів дошкільного виховання. Зміст цих понять не є постійним, він уточнюється та поглиблюється у зв'язку з розвитком науки про фізичне виховання та її практичним застосуванням.

Фізичний розвиток — це об'єктивний процес становлення та змін біологічних форм та функцій організму людини (дитини) під час її індивідуального життя. Він оцінюється рівнем антропометричних та біометричних показників (маса та довжина тіла, окружність грудної клітини тощо), фізичних якостей (швидкість, спритність, сила, витривалість, гнучкість), показників формування постави (вигинів хребта, відстані між кутами лопаток тощо).

Фізичне виховання — це організований педагогічний процес, спрямований на морфологічне та функціональне удосконалення організму людини (дитини), формування та поліпшення її основних життєво важливих рухових вмінь, навичок і пов'язаних з ними знань. Фізичне виховання в дошкільному закладі як цілеспрямований педагогічний процес здійснюється всією системою організаційних форм, які передбачено програмою (щоденні заняття фізкультурою, ранкова гімнастика, рухливі ігри тощо).

Рухова активність — вроджена біологічна потреба у русі, задоволення якої є важливим фактором здоров'я та різнобічного розвитку дитини.

Фізична культура — частина загальної культури, сукупність матеріальних та духовних цінностей суспільства, які створюються та використовуються ним для фізичної досконалості людини. Вона історично зумовлена та змінюється на кожному новому етапі розвитку суспільства.

У сучасній теорії фізичної культури в процесі розгляду феномену фізичної культури та механізму її формування досить чітко прослідковується тенденція використання філософсько-культурологічного підходу. У зв'язку з цим традиційний акцент на руховому, біологічному логічно переноситься на культурний, тобто виховання через культуру, шляхом засвоєння ціннісного потенціалу фізичної культури (Л. Лубишева).

Таким чином, *фізкультурно-оздоровче виховання* (фізичне виховання з основами здоров'я) — це педагогічний процес свідомого, цілеспрямованого пізнання та реалізації у фізкультурно-оздоровчій практиці природніх передумов гармонійного вдосконалення фізичного потенціалу дитини. Саме *фізкультурно-оздоровче виховання* у всіх його проявах покликане стимулювати позитивні морфофункціональні зрушення

в організмі дитини, формуючи тим самим необхідні рухові координації, фізичні якості та здібності, спрямовані на життєзабезпечення, розвиток і вдосконалення організму.

Аналіз сучасної практики з формування здоров'язбережувальних навичок фізичної культури у дітей показав плідність та значущість психолого-педагогічних та психолого-фізіологічних теорій, а саме:

- матеріалістичного вчення про здібності людини, розробленого видатними радянськими психологами Л. Виготським, Б. Тепловим, С. Рубінштейном, О. Леонтьєвим, Б. Ананьєвим, К. Платоновим;
- теорії діяльності та культурного розвитку вищих психічних функцій (Л. Виготський, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн);
- концепції видатних радянських фізіологів Н. Бернштейна, П. Анохіна, А. Маркосяна про багаторівневу систему управління рухами, про гетерохронність дозрівання, взаємодію різних психофізіологічних функцій в онтогенезі, про надійність біологічної системи;
- теорії навчання (П. Гальперін, В. Давидов, Д. Ельконін);
- теорії фізичної культури (П. Лесгафт, Л. Матвеев, А. Новіков та ін.).

Напрямок Концепції із забезпечення фізичного виховання та основ здоров'я у дітей дошкільного віку з розумовою відсталістю спрямовує корекційно-виховну систему на новий цільовий рівень функціонування — формування фізичної культури особистості. Таким чином, серед основних концептуальних положень, що визначають сутність та корекційно-виховну спрямованість даного напряму, слід виділити наступні:

- лібералізація процесу виховання. Саме педагогіка співробітництва сприяє переходу відносин об'єкта і суб'єкта виховання в суб'єкт-суб'єктні відносини, надає кожній дитині можливість оволодіння основами фізичної культури, реалізації власних фізичних здібностей;
- гуманізація процесу виховання. Врахування індивідуальних особливостей кожної дитини, розвиток самостійності, активності особистості, залучення дітей до здорового способу життя, прищеплення зразків та етичних норм поведінки у суспільстві — сприяє підвищенню рівня якості життя;
- безперервний розвиток фізкультурно-оздоровчого виховання. Являє собою динамічний рух поліваріативного корекційно-виховного процесу, побудованого на використанні гнучких інноваційних технологій, методів і засобів навчання, корекції та розвитку;
- гармонізація змісту фізкультурно-оздоровчого виховання. Забезпечує пропорційну взаємодію процесів духовного та тілесного розвитку дитини, використання засобів фізичної культури

як соціально-культурних передумов гармонійного формування та реалізації потенційних можливостей, здібностей індивіда.

Впровадження зазначених концептуальних положень у фізкультурно-оздоровчу практику обумовлює формування принципів, що обґрунтовують корекційну спрямованість фізичного виховання та основ здоров'я у дітей дошкільного віку з розумовою відсталістю. Сутність цих принципів відображає ряд закономірних ознак розвитку, конкретизує та надає конструктивний зміст системної побудови процесу фізкультурно-оздоровчого виховання у спеціальних дошкільних закладах.

Основоположним принципом фізкультурно-оздоровчого виховання є *поєднання світоглядної, інтелектуальної та тілесної складових формування основ здоров'я та фізичної культури особистості*, що у свою чергу обумовлює освітню, корекційну, методичну та діяльнісно-практичну спрямованість виховного процесу.

Основу цього принципу покладають ідеї Л. Виготського стосовно активного привласнення особистістю історичного досвіду людства, зафіксованого в предметах матеріальної та духовної культури. Згідно ідеям ученого можна стверджувати, що психофізичний розвиток особистості здійснюється не лише шляхом отримання соціально-практичного досвіду, а й завдяки формуванню її світогляду та засвоєнню певної системи знань.

Принцип діяльнісного підходу до освоєння фізкультурно-оздоровчої практики. Даний принцип визначає специфічні умови, що стимулюють активність суб'єкта, сприяють формуванню відповідного рівня здібностей організації власної фізичної та оздоровчої діяльності. В основу даного принципу покладено ідею безперервної фізкультурної освіти, сутність якої полягає у тому, щоб навчити дитину відносно самостійно піклуватися про власне здоров'я протягом подальшого життя.

Принцип поліваріативності та різноманітності фізкультурного виховання, заснований на індивідуалізації та диференціації, що створюють умови для прояву здібностей дітей у процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності. Врахування індивідуальних, вікових та психофізичних особливостей, загального стану здоров'я дітей з розумовою відсталістю сприяє підвищенню ефективності процесу формування у них ціннісних орієнтацій та фізкультурно-оздоровчих інтересів.

Принцип оптимізації фізкультурного виховання визначає необхідність розумної достатності та збалансованості фізично-оздоровчих навантажень відповідно індивідуальним потребам, можливостям, здібностям, мотивації, рівню здоров'я та психофізичного розвитку дитини з розумовою відсталістю. Він передбачає вимоги дотримання етико-гуманістичних положень при визначенні індивідуальних фізичних наван-

тажень, можливості використання необхідних елементарних спортивних та оздоровчих методик.

Послідовна реалізація сформульованих положень та принципів фізкультурно-оздоровчого виховання надає можливість досягти гармонії духовного та тілесного розвитку особистості.

Система фізичного виховання з основами здоров'я в спеціальних дошкільних навчальних закладах поєднує в собі мету, завдання, засоби, форми та методи роботи, що спрямовані на зміцнення здоров'я та всебічний фізичний і соціальний розвиток дітей з розумовою відсталістю. Водночас вона є підсистемою, частиною загальнодержавної системи фізичного виховання. Одним з напрямків якої є включення фізичної культури та основ здоров'я до спеціально організованого педагогічного процесу, що повинен здійснюватися кваліфікованими фахівцями.

Для повноцінного формування здоров'язбережувальних навичок та фізичної культури у дітей з розумовою відсталістю необхідна активна, творча вмотивована фізкультурно-оздоровча діяльність самого вихованця. Саме тому основними факторами мотивації виступають зміст фізично-оздоровчого виховання, спосіб його реалізації, система запропонованих навчальних та соціальних вимог, ціннісні орієнтації тощо. Зміст фізичного виховання повинен бути доступним та актуальним, відповідати віковим та статевим особливостям особистості, зорієнтованим на домінуючі в даному віці потреби, з обов'язковим врахуванням психофізичних, інтелектуальних та індивідуальних можливостей дитини.

Корекційний комплекс з фізичного виховання забезпечує вдосконалення функцій несформованого організму дитини, повноцінний розвиток основних рухів, різноманітних рухових навичок, формування дрібної моторики та розвиток зорово-рухової координації тощо.

Впровадження змісту програмно-методичного забезпечення фізичного виховання та основ здоров'я (фізкультурно-оздоровчого виховання) у дітей дошкільного віку з розумовою відсталістю вимагає комплексного вирішення загальноосвітніх, виховних, оздоровчих та корекційних завдань.

Загальноосвітні завдання поєднують у собі вироблення необхідних умінь та навичок в основних рухах: ходьбі та бігу, лазінні та повзанні, киданні, ловлі, метанні, стрибках; цілеспрямований вплив на розвиток сили, швидкості, координації, точності, гнучкості, рівноваги, витривалості.

Виховні завдання спрямовані на формування моральної свідомості та поведінки, вольових якостей, працьовитості, організованості, дисциплінованості, сміливості, самостійності, навичок культурної поведінки, творчого ставлення до фізичного виховання і самовиховання, естетичний та емоційний розвиток особистості, формування стійких мотивів

фізичного виховання, залучення до активної фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Оздоровчі завдання спрямовані на зміцнення фізичного здоров'я та профілактику захворювань, розширення функціональних можливостей організму: підвищення дієздатності серцево-судинної та дихальної систем, зміцнення опорно-рухового апарату, сприяння правильному фізичному розвитку, підвищення за допомогою засобів фізичної культури розумової працездатності, зниження негативного впливу надмірного навантаження на психіку.

Корекційні завдання включають нормалізацію позотонічних реакцій, формування сумісних рухових координацій, вироблення тонких маніпуляційних дій рук (пальців рук), корекцію відділів та функцій ступні, корекцію постави, нормалізацію функцій дихання тощо.

Корекційний комплекс із основ здоров'я передбачає вирішення таких завдань, як:

- формування елементарних уявлень про здоров'я, режим дня;
- розвиток основних умінь та навичок особистої гігієни (алгоритми виконання культурно-гігієнічних процедур), що сприяють підтриманню, зміцненню та збереженню здоров'я;
- ознайомлення з елементарними правилами безпечної для здоров'я поведінки з предметами та іграшками у групі, на вулиці;
- ознайомлення зі способами звернення за допомогою до дорослого тощо.

Програмно-методичне забезпечення корекційно-спрямованого навчання і виховання розумово відсталих дітей у спеціальних дошкільних закладах сприяє успішності вирішення зазначених завдань фізкультурно-оздоровчої діяльності та обумовлює спрямованість навчально-виховного процесу на всебічний розвиток особистості, оволодіння доступними способами фізкультурно-оздоровчої діяльності, виховання культури здоров'я, формування навичок здорового способу життя.

Складний багатофункціональний розвиток організму та організація процесу формування життєво необхідних здоров'яформувальних рухових та здоров'язбережувальних навичок під керівництвом дорослого — найважливіші фактори формування специфічних людських рухів та здорового способу життя у розумово відсталій дитини дошкільного віку.

З метою повноцінного фізичного розвитку розумово відсталих дітей дошкільний навчальний заклад здійснює корекційно-виховну взаємодію шляхом проведення фізкультурно-оздоровчої, профілактичної роботи, занять з фізичної культури та основ здоров'я, забезпечення та організації рухової активності у повсякденному житті, а за необхідності — ЛФК та масажу.

Доцільно організоване фізичне виховання дітей та розвиток у них елементарних навичок здорового способу життя сприяє активному накопиченню уявлень стосовно здоров'язберезувальної та безпечної поведінки, знайомству з найбільш раціональними способами виконання рухів, які у свою чергу позитивно впливають на функціонування усіх органів і систем, життєдіяльність дитини в цілому. Саме тому важливою умовою забезпечення повноцінного психофізичного розвитку дітей є створення предметно-ігрового середовища. Воно має бути розвивальним, раціонально устаткованим, доцільно насиченим і не лише слугувати фоном для епізодичних рухових дій, а бути стимулом, спонуканням для розгортання та активізації дитячої рухової діяльності (організованої педагогом та самостійної).

У відповідності до закономірностей розвитку дитини у процесі її виховання та навчання, враховуючи психофізичні можливості працездатності організму, виникаючі інтереси та потреби, форми наочно-дієвого, наочно-образного мислення, своєрідність переважаючого виду діяльності тощо, використовуються різноманітні форми індивідуальної та групової організації фізкультурно-оздоровчого виховання:

- спеціальні фізкультурно-оздоровчі заняття;
- заняття з фізичного виховання під час оздоровчих заходів, ранкової гімнастики;
- музичні заняття, що мають здоров'язберезувальне змістове наповнення (музично-дидактичні, імітаційні ігри, ігри з уявними об'єктами, музично-ритмічні рухи);
- ігри та вправи з сенсомоторного розвитку;
- спеціальні ігри та вправи, що спрямовані на сприймання та відтворення виразності основних рухів, природніх жестів, міміки, навичок здорового способу життя;
- рухливі ігри, ігри з музичним супроводом, ігри та розваги на повітрі, при проведенні яких враховуються регіональні та кліматичні умови;
- забезпечення оптимального режиму щоденної рухової активності як в закладі, так і вдома;
- залучення батьків до спільної участі у фізкультурно-спортивних святах та оздоровчих заходах.

Рухливі ігри сприяють закріпленню сформованих вмінь та навичок, стимулюють рухливість, активність дітей, розвивають здатність до співпраці з дорослими та однолітками. Рухливі ігри створюють умови для формування у дітей орієнтування в просторі, вміння узгоджувати свої рухи з рухами інших граючих дітей. Діти вчаться знаходити своє місце в колоні, в колі, діяти за сигналом, переміщатися по залу або

на ігровому майданчику. Емоційно насичена ігрова поведінка дітей обумовлює загальні радісні переживання, активну спільну діяльність.

Виділення напряму фізичного виховання та основ здоров'я як базової частини загальної Концепції дошкільної освіти дітей з розумовою відсталістю в соціальному плані дозволяє задовольнити конкретно-історичні потреби суспільства в досягненні певного рівня фізкультурної освіти, фізичного розвитку, рухової підготовленості та стану здоров'я у дітей зазначеної категорії. Фізкультурно-оздоровче виховання здійснюється відповідно до загальних та специфічних для нього закономірностей, принципів та правил педагогічного процесу. Впливає на інтелектуальні, психічні, морально-вольові та інші якості особистості. Фізкультурно-оздоровче виховання формує у дітей дошкільного віку з розумовою відсталістю систему ціннісних орієнтацій, спрямованих на здоровий спосіб життя, забезпечує мотиваційну, інформаційну, функціональну та рухову готовність до нього.

Соціально значущими результатами практичного впровадження фізкультурно-оздоровчого напряму Концепції є фізична підготовленість і фізичний розвиток дітей з розумовою відсталістю, набуття початкових знань та уявлень, оволодіння базовими руховими вміннями, навичками та звичками, необхідними для фізичного самовиховання, сформованість елементарних навичок здорового способу життя, культурної організації вільного часу, підвищення загального рівня фізичної культури дітей.

Зазвичай, вікові зміни у дітей оцінюються за показниками розмірів тіла, ваги, фізичної підготовленості, тоді як сутністю розвитку, його основною ознакою є диференціювання морфологічної та функціональної структури організму та особистості. Тому поряд з розвитком рухових якостей пріоритетним напрямом у фізичному вихованні дітей постає формування культури рухів, сенсомоторних комплексів на основі диференціювання інформації різної модальності та її інтегрування з руховою активністю. Такий підхід передбачає обґрунтування педагогічних засобів, методів і технологій фізкультурно-оздоровчого виховання дітей на засадах психології, фізіології та біомеханіки рухової активності. У відповідності до цього показником оптимізації фізичного стану є не кількість рухів (обсяг навантаження), а якість рухових дій, їхня взаємодія як безпосередньо між собою, так і в структурі провідних видів діяльності.

Ефективне використання в спеціальних дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувальних та здоров'яформувальних технологій обумовлює цілісність розвитку дитини з розумовою відсталістю. Комплексна реалізація загальноосвітніх, оздоровчих, виховних та корекційних завдань фізкультурно-оздоровчого напряму здійснюється шляхом створення безпечного розвивального середовища, екологічно сприятливого життєвого простору, повноцінного медичного обслуговування, харчування, оптимізації рухового режиму, системного підходу до фор-

мування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я і мотивації щодо здорового способу життя, дотримання гармонійних, доброзичливих взаємин між педагогом та вихованцями, самими дітьми.

ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНИХ НАВИЧОК

Висоцька Алла

Психосоціальный розвиток передбачає розвиток природних можливостей психіки людини у суспільних умовах життя за допомогою засобів, створених суспільством; розвиток свідомості і самосвідомості у процесі взаємодії з оточуючим соціальним середовищем, навчання і виховання; опанування соціальних способів взаємодії (вербальних і невербальних засобів спілкування).⁷

Даний термін застосовують для позначення психологічного/ соціального розвитку індивіда, але частіше асоціюють із характеристикою особистісного зростання і розвитку, підкреслюючи взаємодію між людиною та фізичним і соціальним оточенням.⁸

Соціальний розвиток є одним із пріоритетних напрямів корекційно-педагогічного навчання та виховання дітей із порушенням інтелекту. Він полягає у підготовці дитини до адекватного орієнтування в довкіллі, становленні навичок соціально прийнятної поведінки у різних життєвих ситуаціях (О. Баєнська, О. Венгер, Л. Головчиць, О. Єкжанова, Л. Плаксіна, О. Приходько, О. Стребелева, Г. Чиркіна, Н. Шматко та ін.).

Соціалізувати дошкільника – означає:

- збагатити його індивідуальний досвід позитивними враженнями від спільної з іншими життєдіяльності;
- розвинути в нього соціальні потреби; сформувати соціальні вміння та навички;
- виховати «відчуття іншого»; сформувати готовність та здатність брати іншого до уваги, працювати в команді, домовлятися, узгоджувати свою позицію, а в разі потреби поступатися власними інтересами на користь соціальної групи;
- сформувати готовність і здатність приймати допомогу та підтримку іншої людини у складній ситуації;
- сформувати вміння входити в дитячий колектив, знаходити у ньому своє місце, визначати свій статус серед однолітків відповідно до своїх можливостей та домагань, товаришувати⁹.

⁷ Психология человека от рождения до смерти / Под общей редакцией А.А. Реана. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 656 с.

⁸ Оксфордский толковый словарь по психологии [Электронный ресурс] / Под. ред. А. Ребера. – 2002. – Режим доступа : <http://vocabulary.ru/dictionary/487/>

⁹ Методичні аспекти реалізації Базової програми розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» / О.Л. Кононко, З.П. Плохій, А.М. Гончаренко [та ін.]. – К. : Світич, 2009. – 208 с.