

Рядова Ліліана Олегівна

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

Маракушин Андрій Ігорович

Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

Кузьменко Артем Віталійович

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ДИНАМІЧНОЇ РІВНОВАГИ У СЛАБОЗОРИХ УЧНІВ 5-7 КЛАСІВ

У статті представлено показники розвитку динамічної рівноваги у слабозорих учнів 5-7-го класів. Установлено, що найкращі результати обертів на гімнастичній лаві за 20 с зафіксовано у школярів 7-го класу. Виявлено, що у хлопців показники досліджуваної здібності вищі, ніж у дівчат. Ключові слова: динамічна рівновага, координаційні здібності, оберти на гімнастичній лаві, слабозорі учні.

Динамічна рівновага проявляється при збереженні спрямованості переміщень людини при безупинно мінливих позах. Вона сприяє виконанню робочих операцій при навчанні, ігровій та трудовій діяльності [1].

У слабозорих дітей спостерігаються порушення динамічної рівноваги. Це знижує можливості регулювати дії власного тіла та залежить від стану зорового контролю за його положенням в просторі, що особливо потрібно для формування динамічного стереотипу [7].

У школярів середніх класів з вадами зору питання розвитку координаційних здібностей вивчали Ю. Ф. Курамшин [6], І. Ю. Горська [4], Т. П. Бегідова [3], Л. Ю. Коткова [5], Т. Цюпак, А. Тучак [9], В. В. Андрєєв [2] та ін. Однак, проблема дослідження показників динамічної рівноваги у слабозорих учнів 5–7-го класів залишається вивченою недостатньо, що й зумовило актуальність дослідження.

Мета дослідження: визначити та дослідити показники розвитку динамічної рівноваги у слабозорих учнів 10-13 років.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводилося на базі комунального закладу «Харківська спеціальна загальноосвітня школа-інтернат I–III ступенів № 12». В ньому взяли участь 112 слабозорих школярів 5-7-го класів, вік яких 10-13 років.

Для досягнення мети дослідження використовувалися такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Показники динамічної рівноваги оцінювалися за результатами виконання обертів на гімнастичній лаві за 20 с. Досліджуваному пропонувалося виконати якомога більше поворотів праворуч або ліворуч за 20 с не втрачаючи рівноваги стоячи на вузькій поверхні гімнастичної лави. Фіксувалася кількість виконаних поворотів за 20 с з точністю до півоберту [8].

Результати дослідження. Аналіз показників динамічної рівноваги у слабозорих учнів 5-7-го класів виявив, що найвищі вони у хлопців і дівчат 7-го класу.

Порівняння результатів обертів на гімнастичній лаві за 20 с у слабозорих школярів 5-7-го класів у статевому аспекті показало, що у хлопців вони достовірно ($p < 0,001$) кращі, ніж у дівчат.

Дослідження показників динамічної рівноваги у слабозорих школярів у віковому аспекті виявило, що у хлопців і дівчат 5-го класу вони вищі, ніж у 6-ти класників; результати обертів на гімнастичній лаві за 20 с в учнів і учениць 7-го класу кращі за дані школярів інших класів. Відмінності в показниках достовірні ($p < 0,001$), за винятком результатів дівчат 5-го та 7-го класів, де відмінності не достовірні ($p > 0,05$).

Висновки 1. Найвищі показники динамічної рівноваги зафіксовано у хлопців і дівчат 12–13 років. 2. Результати обертів на гімнастичній лаві за 20 с в учнів краще, ніж у учениць. 3. Показники досліджуваної здібності у слабозорих школярів 5-7-го класів з віком змінюються різноспрямовано.

Джерела

1. Альошина А., Бичук І., Гайдук О. Формування координаційних здібностей молодших школярів у процесі фізичного виховання. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Серія: Фізичне виховання і спорт: журнал. Уклад. А. В. Цьось, А. І. Альошина. Луцьк: Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, 2013. Вип. 11. – С. 42-48.
2. Андрєєв В. В. Комплексная коррекция двигательных способностей школьников 12-17 лет с депривацией зрения на основе дифференцированного подхода: автореф. дис. на соискание учёной степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». Набережные Челны, 2012. – 24 с.
3. Бегідова Т. П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие. Москва: Физкультура и спорт, 2007. – 192 с.
4. Горская И. Ю. Теоретические и методологические основы совершенствования базовых координационных способностей школьников с различным состоянием здоровья: автореф. дисс. на соискание учёной степени д-ра пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». Омск, 2001. 47 с.

5. Коткова Л. Ю. Использование комплексно-методического подхода в процессе физического воспитания слабовидящих школьников 14-15 лет. Формирование физической культуры и культуры здоровья учащихся в условиях модернизации образования : материалы Всероссийской научно-практической конференции, 12-13 ноября 2008 г. Елабуга, 2008. – С. 112-117.
6. Курамшин Ю. Ф. Физическая культура. – Москва: Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.
7. Рядова Л. О. Особливості рівня розвитку координаційних здібностей дітей 11–15 років з вадами зору. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2014. Вип. 118. Т. III. – С. 246-250.
8. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. К. : Олімпійська література, 2001. – 440 с.
9. Цюпак Т., Тучак А. Поліпшення фізичної підготовленості та координаційних здібностей у підлітків із вадами зору : збірник наукових праць Волинського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2009. – №. 4. – С. 69-72.