

**Анатолій Рацул,
Долорес Завітренко,**
Кіровоградський державний
педагогічний університет
імені Володимира Винниченка

ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ НЕДОЛІКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ І ПСИХОМОТОРИКИ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

Анотація. У статті розкриваються дослідження провідних учених у галузі корекційної освіти з питань корекції недоліків моторної сфери дітей із затримкою психічного розвитку. У викладеному змісті виявлено загальні підходи до фізичного виховання дітей з порушеннями розвитку, з'ясовано значення лікувальної фізичної культури для таких дітей. Досліджено рівень розробки комплексної системи фізкультурно-оздоровчої роботи.

Ключові поняття: фізичне виховання, порушення розвитку, розумово відсталі діти, фізичний розвиток і психомоторика, корекція рухових порушень, лікувальна фізична культура.

Актуальність дослідження. Необхідність корекції недоліків моторної сфери дітей з порушеннями розвитку і позитивний вплив такої роботи на формування психіки дітей відзначалося багатьма дослідниками. При організації корекційної роботи з дітьми, що мають різні порушення розвитку, велике значення має цілеспрямоване подолання недоліків моторики, розвиток рухів, охорона і зміцнення здоров'я таких дітей. Звичайно, підходи до організації фізичного виховання дітей з різними відхиленнями в розвитку неоднакові. Вони враховують структуру дефекту, ступінь виявлення порушень, стан здоров'я дітей та багато інших факторів. Однак завжди фізичне виховання є важливою частиною загальної системи навчання, виховання та лікування дітей з порушеннями розвитку. Розглянемо, як питання фізичного виховання розв'язуються в системі навчання та виховання розумово відсталих дітей.

Мета: проаналізувати та узагальнити дослідження провідних фахівців у щодо корекції розумового розвитку засобами фізичного виховання.

Аналіз останніх досліджень. Питання корекції розумової відсталості вивчали вітчизняні та зарубіжні дослідники. З-поміж них вагомий внесок належить французькому лікарю Е. Сегену, який вивчав принципи роботи з розумово відсталими дітьми; особливості рухового розвитку розумово відсталих дітей досліджували Д. І. Азбукін, А. Н. Плешаков, Р. Д. Бабенкова; специфіку психомоторики розумово відсталих дітей вивчав Н. П. Вайзман; шляхи формування рухових

навичок у розумово відсталих дітей були предметом спеціального дослідження науковців А. З. Самілічева, С. Ю. Юровського; загальні питання фізичного виховання і педагогічні основи корекції рухових порушень розумово відсталих дітей у процесі фізичного виховання вивчали А. А. Дмитрієв, Е. С. Черник, В. М. Мозговий. Дослідниками В. М. Мозговим, С. Ю. Юровський, Б. І. Захариним, А. А. Дмитрієвим, Е. З. Черник, А. А. Катаєвою, Е. А. Стребелевою, О. П. Гаврилушкіною та Н. Д. Соколовою розроблено методичні рекомендації щодо корекції розвитку розумового відсталих дітей.

Питання подолання недоліків моторного розвитку і фізичного виховання дітей з порушеннями зору висвітлено в роботах таких науковців, як Р. Н. Азарян, В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін та інші, а проблеми фізичного виховання дітей із порушеннями слуху – у роботах Г. В. Трофимової, А. А. Коржової та Т. М. Власової.

Виклад основного матеріалу. Аналіз фахової літератури засвідчує, що питання корекції розумового розвитку розглянуто вченими в різних напрямках.

На основі їх досліджень розроблено програми фізичного виховання розумово відсталих дітей дошкільного і шкільного віку, навчально-методичні матеріали для проведення занять з фізичного виховання розумово відсталих дітей.

Так, Е. Сеген, у своїй праці «Виховання, гігієна і моральне лікування розумово ненормальних дітей» одним із центральних принципів роботи з розумово відсталими дітьми визначив активність через фізичний рух. Такий підхід до фізичного виховання розумово відсталих дітей вважається досить прогресивним та сучасним. Найповніше він представлений у роботі В. М. Мозкового «Розвиток рухових можливостей учнів з порушеннями інтелекту в процесі фізичного виховання». Фізичне виховання розглядається науковцем як вирішальний чинник підвищення рухових можливостей дітей з порушеннями інтелекту, виправлення порушень моторики та фізичного розвитку, формування рухових умінь та навичок, як наслідок – розвитку особових якостей та пізнавальної діяльності дитини. Корекційна спрямованість фізичного виховання забезпечується врахуванням наступних чинників:

- 1) рівня розвитку інтелекту кожної дитини;
- 2) клінічної картини недоумства;
- 3) станів моторних функцій, рівня розвитку рухових можливостей;
- 4) наявності в учня супутніх дефектів розвитку, соматичних захворювань;
- 5) рівня фізичного розвитку і підготовленості;
- 6) індивідуальних і вікових показників при виконанні вправ різного характеру (циклічні, ациклічні).

Такий підхід до фізичного виховання допомагає вибрати найефективніші засоби розвитку та корекції психофізичних недоліків учнів допоміжної школи, підготувати їх до практичної діяльності. Автор говорить про необхідність вивчення моторики учнів допоміжної школи з урахуванням того, що кожна спортивна вправа є довільним рухом і саме в довільних рухах виявляється взаємозв'язок між внутрішньою і зовнішньою діяльністю, що сприяє розвитку психічних функцій і накопиченню рухового досвіду.

Також підкреслюється важливе значення теорії рівневої організації рухів Н. А. Бернштейна для теорії та практики фізичного виховання дітей з порушеннями інтелекту, для висновку про те, що нижчі рівні управління рухами усвідомлюються недостатньо та неповно. У цій роботі подано детальні характеристики фізичного розвитку, стани моторних функцій та рухової підготовленості дітей з порушеннями інтелекту 11–16 років, а також методи їх виміру. Розглянуто методику та організацію визначення динамічних і кінематичних характеристик рухів та визначено завдання фізичного виховання учнів з порушеннями інтелекту: освітні, виховні, корекційно-компенсаторні, лікувально-оздоровчі. З погляду сучасної науки описано різні засоби фізичного виховання з метою розвитку рухових можливостей, подано методичні рекомендації до проведення конкретних форм занять з фізкультури. Розглянуто основні типи уроків фізкультури, організація та методика їх проведення.

Безперечно цінність становлять роботи В. М. Мозгового, у яких розкрито патогенні механізми формування рухових порушень у розумово відсталих дітей і показано конкретні шляхи їх подолання. Уперше представлено цілісну систему фізичного виховання та оздоровлення учнів з порушеннями інтелекту, виявлено корекційну спрямованість фізкультурного заняття в спеціальній школі. Основні принципи, розроблені В. М. Мозговим, можуть бути покладені в основу фізкультурно-оздоровчої роботи будь-якого типу спеціального навчального закладу для дітей з відхиленнями в розвитку.

Фізичне виховання незрячих і слабкозорих дітей є невід'ємною частиною освітньо-виховного процесу спеціальних навчальних закладів для цієї категорії дітей. Воно спрямоване на всебічний розвиток дітей, підготовку їх до життя і праці, формування рухових умінь і навичок, досягнення високого рівня фізичної підготовки, підвищення працездатності. Одним з найважливіших завдань фізичного виховання таких дітей є корекція рухових недоліків, що виникли внаслідок порушення зору. У незрячих і слабкозорих дітей виявляються відставання у фізичному розвитку, порушення постави, викривлення хребта, плоскостопість. Порушення і аномалії розвитку зорової системи негативно позначаються на формуванні рухових здібностей – сили,

швидкості, витривалості, координації, статичної і динамічної рівноваги тощо. У багатьох дітей страждає просторово-орієнтаційна діяльність, макро- і мікроорієнтування в просторі.

Відхилення у фізичному розвитку і недоліки моторики вимагають проведення цілеспрямованої корекційно-виховної роботи щодо їх попередження й подолання, тому фізичне виховання незрячих і слабкозорих дітей спрямоване на поліпшення діяльності всіх органів і систем, зміцнення здоров'я, формування рухових якостей. Це досягається шляхом організації корекційно-спрямованого фізкультурного заняття, що передбачає розвиток просторово-орієнтовної діяльності, рухової сфери, здібності відчувати і оцінювати швидкість рухів, їх амплітуду, міру напруги і розслаблення м'язів.

Важливе значення в подоланні недоліків моторного, психомоторного і фізичного розвитку дітей з порушеннями зору має спеціальне корекційне заняття: ритміка і лікувальна фізкультура (ЛФК). Зайняття ритмікою сприяє підвищенню працездатності організму, зміцненню і збереженню здоров'я, корекції рухових порушень і недоліків фізичного розвитку, формуванню вміння диференціювати рухи із збільшенням м'язових зусиль, у часі і просторі, управляти темпом рухів і підпорядковувати свої рухи музиці, що надає рухам доцільності, стрункості, упевненості.

Лікувальна фізкультура застосовується для профілактики і лікування різних захворювань і їх наслідків засобами фізичної культури. Заняття лікувальною фізкультурою спрямоване на виведення організму з патологічного стану, підвищення його функціональних можливостей шляхом відновлення, корекції і компенсації дефектів. У дітей з порушеннями зору існують такі особливості психофізичного розвитку:

- порушення опорно-рухового апарату;
- зниження функціонального стану фізіологічних систем організму.

Унаслідок систематичного дефіциту рухів знижуються всі життєво важливі функції організму: погіршується загальний і місцевий кровообіг, порушуються секреторна функція травного тракту і газообмін у тканинах і легенях, що спричиняє погіршення загального стану здоров'я, зниження зорових функцій і працездатності дітей. Саме тому зайняття лікувальною фізкультурою мають свою специфіку, вони спрямовані на корекцію різних недоліків фізичного розвитку, моторики і рухових здібностей.

На зайняттях такою фізкультурою разом з фізичними вправами з корекційною спрямованістю використовуються вправи, що закріплюють уміння природно рухатися, що дуже важливо для незрячих і слабкозорих дітей.

Отже, у системі навчання і виховання дітей із порушеннями зору досить глибоко і всебічно розв'язуються питання корекції недоліків рухового розвитку дітей. Під впливом спрямованого фізичного виховання й застосування системи корекційних занять відбувається перебудова в руховому аналізаторі, покращується м'язова працездатність, нормалізується діяльність серцево-судинної та дихальної систем і, що важливо, покращується функціональний стан зору у дітей.

На прикладі фізичного виховання незрячих і слабкозорих дітей можна простежити позитивний вплив засобів фізичної культури на корекцію і компенсацію недоліків фізичного і психічного розвитку дитини, якщо є чітка і виважена система організації фізкультурно-оздоровчої і компенсаторно-профілактичної роботи.

У системі навчання та виховання дітей з порушеннями слуху важливе значення надається фізичному вихованню, спрямованому на охорону і зміцнення їх здоров'я, гармонійний фізичний розвиток, розвиток потреби в руховій активності, формуванні рухової якості, корекції і профілактиці порушень фізичного розвитку.

Рішення корекційних завдань пов'язане з подоланням деяких особливостей, обумовлених зниженням слуху і порушенням діяльності вестибулярного апарату, що виникло в результаті важких захворювань, перенесених дітьми. Корекція відхилень у моторному розвитку припускає тренування функції рівноваги, формування правильної постави, корекцію та профілактику плоскостопості, розвиток дихання, координації рухів. Одним з важливих корекційних завдань фізичного виховання дітей, що не чують і недочувають, є розвиток їх орієнтування в просторі. Правильне організоване фізичне виховання розвиває активність дітей, підвищує працездатність, що дозволяє успішно проводити виховну та корекційно-освітню роботу.

Для ефективнішої роботи з подолання недоліків рухового розвитку і з формування звуковимови у дітей, що недочувають, у системі корекційної роботи використовують фонетичну ритміку.

Фонетична ритміка – це система рухових вправ, у яких різні рухи (тулуба, голови, рук, ніг) поєднуються з вимовою певного мовного матеріалу (фраз, слів, складів, звуків). Цілі, які визначають основні напрями в заняттях з фонетичної ритміки, полягають у тому, щоб з'єднати роботу мовнорухового і слухового аналізаторів з розвитком загальної моторики; сприяти формуванню в дітей природної мови, що недочувають, з вираженою інтонаційною й ритмічною стороною в процесі переходу загальної моторики до мовнорухової; розвивати слухове сприйняття учнів і використовувати його під час формування і корекції вимовних навичок.

Зміст і цілі роботи над вимовною стороною мови учнів, що недочувають, з використанням методу фонетичної ритміки розглянуто в роботах Т. М. Власової і А. Н. Пфафенродт. Автори розробили систему, що містить декілька розділів: музично-ритмічні стимуляції (тільки рухи, без промовляння), спрямовані на нормалізацію дихання, розвиток почуття ритму, розвиток рухів; робота над звуками мови і їх поєднаннями; ритмом і темпом; мовним диханням і злитістю; голосом та інтонацією. Усі розділи однаково важливі в роботі над мовою, і усі вони тісно взаємозв'язані між собою.

У дітей з церебральним паралічем (ДЦП) трапляються найбільш важкі відхилення в розвитку всіх рухових функцій. Через рухові порушення в цих дітей статичні функції не можуть розвиватися спонтанно або розвиватися неправильно. Рухові порушення, зі свого боку, несприятливо впливають на формування психічних функцій і мови, тому фізичне виховання дітей з церебральним паралічем посідає важливе місце в системі корекційно-педагогічної роботи.

Дослідники, що вивчали питання фізичного виховання цих дітей, узагальнили основні підходи до фізичного виховання дітей із церебральним паралічем.

Основною метою фізичного виховання є розвиток рухових функцій дитини та корекція їх порушень. Фізичне виховання дітей з церебральним паралічем відрізняється своєрідністю. Воно ставить перед собою ті ж цілі і завдання, що і фізичне виховання здорових дітей, проте специфічні особливості розвитку моторики дітей із ДЦП вимагають застосування особливих методів і прийомів. Особливе значення має рання стимуляція розвитку основних рухових навичок. У зв'язку з цим фізичне виховання дітей із руховими порушеннями повинне розпочинатися з перших місяців життя.

Моторний розвиток при ДЦП не просто уповільнено, а й якісно порушено на кожному етапі, тому в основу фізичного виховання цих дітей покладено онтогенетично послідовну стимуляцію моторного розвитку, з урахуванням якісно специфічних порушень, характерних для різних клінічних форм захворювань. Розвиток загальних рухів проводиться поетапно в процесі спеціальних вправ, урахуваючи рівні сформованості основних рухових функцій.

Важливими в розвитку рухів у дітей з церебральним паралічем є лікувальна фізкультура (ЛФК) і масаж. Для кожної дитини добирається індивідуальний комплекс лікувальної фізкультури і масажу, залежно від форми захворювання і віку.

Основними завданнями лікувальної фізкультури є гальмування патологічної тонічної рефлексорної активності, нормалізація на цій основі м'язового тону і полегшення довільних рухів, тренування послідовного розвитку рухових навичок дитини. Водночас із ЛФК

широко застосовується лікувальний та точковий масаж. Це сприяє розслабленню спастичних м'язів і зміцнює, стимулює функціонування послаблених м'язів.

Важливим завданням фізичного виховання при ДЦП є зміцнення загального здоров'я дитини. Найбільше значення при цьому має дотримання режиму, нормалізація життєво важливих функцій організму – живлення та сну, гартування, що сприяє підвищенню стійкості до застудних захворювань. Важливо дотримуватися загального рухового режиму.

Розвиток функціональних можливостей зап'ястка і пальців рук – ще одне з найважливіших завдань, тісно пов'язане з формуванням загальної моторики. Тренування функціональних можливостей зап'ястка і пальців рук покращує не лише загальну моторику дитини, а й розвиток психіки і мови. Зі свого боку, формування рухів зап'ястка тісно пов'язане з дозріванням рухового аналізатора, розвитком зорового сприйняття, різних видів чутливості, просторової орієнтації, координації рухів. При лікувально-педагогічній роботі враховуються функціональні етапи становлення моторики кисті і пальців рук.

Принципи фізкультурно-оздоровчої та лікувальної роботи з дітьми, що страждають церебральним паралічем, розглянуто в книзі І. Ю. Левченка та О. Г. Приходька, є універсальними та широко використовуються в корекційній роботі з іншими категоріями дітей, що мають відхилення в розвитку. Це пояснюється тим, що за будь-якого відхилення в розвитку в дітей трапляються ті або ті рухові порушення. Ураховуючи місце рухових порушень у структурі дефекту, необхідно проводити всі описані вище заходи для нормалізації та розвитку не лише моторних, а й усіх психічних функцій дитини.

У системі навчання і виховання дітей з порушеннями мови також велике значення надається моторному розвитку дитини. Оскільки група дітей з порушеннями мови дуже неоднорідна за своїм складом, то і руховий, і психомоторний розвиток дітей цієї категорії варіюється в досить широких межах. Так, у дітей з дислалією, зазвичай, не спостерігається серйозних порушень загальної моторики, відзначаються лише незначні порушення тонкої моторики рук і пальців. При ринолалії спостерігаються значні порушення загальної, довільної, лицьової та мовної моторики. У цих дітей відзначається астенизація організму, млявість, понижений м'язовий тонус, порушення координації, плавності рухів. У дітей з дизартрією трапляються різні порушення м'язового тону, гіперкінези, стерті парези, що спричиняють рухову обмеженість, незначний обсяг рухів, недостатній темп і переключення. При різних формах заїкання відзначається різний стан моторної функції.

У частини тих, хто заїкається, спостерігається випередження моторного розвитку, у інших – відставання в розвитку моторних

функцій. На думку Г. А. Волкової, рухи цих дітей характеризуються недостатньою чіткістю і організованістю, невпевненістю; виявляються ускладнення в точному утриманні пози, розлади темпу, слабкий розвиток почуття ритму, порушення одночасності рухів, страждає виразність рухів, швидкість рухової реакції; мають місце неточність, метушливість при виконанні дрібних рухів, патологічні рухи, синкінези.

Діти з мовною патологією, що має органічну природу, зазвичай розрізняються за станом рухової активності, яка характеризується явищами відволікання, нетерплячості, нестійкості та загальмованості водночас з явищами млявості, адинамічності.

В усіх корекційних програмах навчання та виховання дітей з порушеннями мови обов'язково виокремлюється робота з розділу «моторний розвиток». У ньому передбачається формування повноцінних рухових навичок, оволодіння точно координованими і спеціалізованими рухами рук. У процесі правильно організованого заняття усуваються некоординовані, скуті, недостатньо ритмічні рухи, діти навчаються диференційованим навичкам. Корекція особливостей моторного розвитку здійснюється шляхом спеціальних вправ і загальноприйнятих способів фізичного виховання. Вона спрямована на нормалізацію м'язового тону, виправлення неправильних поз, розвиток статичної витривалості, рівноваги, упорядкування темпу рухів, синхронної взаємодії між рухами і мовою, запам'ятовування серії рухових актів, виховання швидкості реакції на словесні інструкції, розвиток тонких рухових координації, необхідних для повноцінного становлення навичок письма. Так, Г. В. Чиркіна особливу увагу приділяє розвитку тонкої моторики пальців рук. При різних порушеннях мови в корекційній роботі широко використовується заняття логопедичною ритмікою, детально розглянуті Г. А. Волковою.

Логопедична ритміка – це одна з форм своєрідної активної терапії, її розуміння, що ґрунтується на використанні слова, музики, руху в реабілітаційних цілях. Заняття логоритмікою зміцнює м'язовий апарат, розвиває дихання, моторні функції, виховує правильну поставу, координацію рухів, силу, витривалість, силу і тембр голосу. У логоритміці можна виділити два основні напрямки. Перший – розвиток і корекція немовних процесів у дітей з мовною патологією. Другий – розвиток мови і корекція мовних порушень, виховання темпу і ритму дихання та мови, фонемного слуху. Основний принцип усіх видів роботи – тісний зв'язок руху з музикою, залучення мовного матеріалу. У вправах велика увага приділяється слову. Введення слова дає змогу створювати цілий ряд вправ, керованих не музичним режимом, а режимом у віршованій формі, що дозволяє зберегти при цьому принцип ритмічності в рухах.

Обов'язковою умовою проведення логоритміки є використання великої кількості мовних завдань. Музичний супровід виконує не лише «ритмічну» функцію, а й створює певний емоційний настрій, допомагає відчувати всю красу твору. Тут важливий як чіткий ритмічний малюнок, так і художній зміст. Логопедична ритміка будується залежно від логопедичного корекційного курсу.

У дітей із затримкою психічного розвитку, зазвичай, не спостерігаються важкі рухові розлади, проте при пильнішому розгляді виявляється відставання у фізичному розвитку, несформованість техніки в основних видах рухів, недостатність рухових якостей, недосконалість дрібної моторики рук. Тому майже в усіх наукових роботах, присвячених проблемі затримки психічного розвитку, у програмах навчання і виховання дітей із ЗПР, методичних рекомендаціях до проведення корекційної роботи з цими дітьми, – указується на потребу проводити спеціальні заходи, спрямовані на охорону і зміцнення здоров'я, корекцію і розвиток загальної і дрібної моторики, розвиток зорово-моторної координації, графомоторних навичок дітей із ЗПР. Проте, у публікаціях з цих питань, немає послідовної системи фізкультурно-оздоровчої і лікувально-профілактичної роботи з цією категорією дітей, особливо дошкільного віку.

Так, у системі корекційної роботи з дітьми цієї категорії, запропонованою Е. Я. Пекеліс, певна увага була спрямована на вдосконалення моторики дітей. Унаслідок 2–3-річного відвідування дітьми групового заняття з одночасним навчанням в школі, помітно організувалася їх поведінка, покращилася увага, цілеспрямованість діяльності, з'явилося почуття відповідальності, сформувалися шкільні інтереси.

У своїх дослідженнях У. В. Ульяновка говорить про те, що в системі корекційно-виховної роботи з дошкільнятами із ЗПР важлива роль належить фізкультурному заняттю, коригувальній гімнастиці, заняттю ритмікою, лікувальною фізкультурою. Особлива увага приділяється розвитку дрібної моторики. Така система роботи у більшості випадків сприяє значному покращенню стану дітей.

Н. Ю. Борякова у навчально-методичному посібнику «Сходишки розвитку. Рання діагностика і корекція затримки психічного розвитку», указує на необхідність удосконалення рухових функцій дітей із ЗПР, починаючи з раннього віку. Оскільки діти, що вступають у спеціалізовані групи дитячого садку, відрізняються цілим рядом особливостей. Зазвичай, це соматично ослаблені діти, що відстають не лише в психічному, а й у фізичному розвитку. У анамнезі відзначається затримка у формуванні статичних і моторних функцій, при обстеженні виявляється несформованість усіх компонентів рухової активності (фізичного розвитку, техніки рухів, рухових якостей) стосовно вікових

можливостей. Загальна моторна незрілість і недостатність дрібної моторики обумовлює несформованість навичок самообслуговування: більшість має труднощі у використанні ложки під час їжі, у процесі одягання тощо.

У зв'язку з викладеним вище в програму корекційної роботи з дітьми раннього віку із ЗПР, названої «Сходинки розвитку», розміщено розділ «Розвиток загальної і дрібної моторики. Формування елементарних графомоторних навичок». Побудова програми здійснюється з спіраллю: на кожному наступному етапі ускладнюються етапи роботи і в кожному виді діяльності навички не лише закріплюються, а й ускладнюються. Проте в цій роботі представлено лише загальні підходи до фізичного розвитку дитини із ЗПР, а організаційні аспекти і зміст корекційної роботи з фізичного виховання не розкриваються.

Н. Г. Любишкіна описує прийоми роботи, які використовувалися для розвитку дрібних рухів руки і точності координації в процесі експериментального навчання, спрямованого на підготовку дітей із ЗПР до навчання в школі. Дітей навчали малюванню олівцем, ліпленню, аплікації, конструюванню. Велика увага приділялася зображенню дрібних деталей малюнків. Ці заняття сприяли розвитку точності та спрямованості рухів.

Система розвитку дрібної моторики рук у дітей із затримкою психічного розвитку І. Ф. Марківської та Е. А. Єкжанова дала позитивні результати під час застосування її в початкових класах шкіл для дітей із ЗПР, а також у підготовчих групах спеціальних дитячих садків.

У систему роботи з підготовки до навчання грамоті дітей із ЗПР, розроблену Р. Д. Тригер, входить розвиток дрібної моторики пальців рук і розвиток зорово-моторній координації. Це готує дітей до оволодіння навичкою письма і читання. Також на необхідність розвитку зорово-моторної і слухо-моторної координації в дітей із ЗПР у період підготовки до навчання читанню вказує Н. А. Ципіна.

Під впливом цих учених було розроблено початкові плани, прийоми, які враховують рухові аспекти в навчанні дітей із ЗПР та інших категорій розладу.

Висновки. Отже, у дослідженнях провідних дослідників корекційної освіти цього напрямку показано, що робота з корекції недоліків моторної сфери дітей із ЗПР як дошкільного, так і шкільного віку позитивно впливає на розвиток їх інтелектуальної і мовної діяльності, а також на їх загальний розвиток. Використання можливостей такої корекції потрібне як в організованих формах навчання і виховання дітей із ЗПР, так і в умовах сім'ї.

У цілому можна виявити загальні підходи до фізичного виховання дітей з порушеннями розвитку: цілеспрямоване подолання недоліків

моторики, розвиток рухової активності, охорона і зміцнення здоров'я дітей. Фізичне виховання завжди є важливою частиною загальної системи навчання, виховання і лікування дітей з порушеннями розвитку. Проте для жодної категорії дітей з порушеннями в розвитку практично не розроблено комплексну систему фізкультурно-оздоровчої роботи, що враховує особливості фізичного розвитку дітей цієї категорії і відбиває сучасні підходи до оздоровлення і фізичного виховання дітей.

Використані джерела:

1. Азбукин Д. И. Клиника олигофрений / Д. И. Азбукин // Учебное пособие для педагогических институтов и педагогов-дефектологов. – М.: Учпедгид, 1936.

2. Бабенкова Р. Д. Обучение Физической культуре / Р. Д. Бабенкова, Б. И. Захарьин, С.Ю. Юровский // Обучение учащихся I-IV классов вспомогательной. – М.: Просвещение, 1983. – С. 57–111.

3. Бабій І. М. Корекція рухової сфери глухих підлітків швидкісно-силовими вправами: автореф. дис. на здобуття наук ступеня канд. пед. наук / І. М. Бабій. – К., 2002. – 17 с.

4. Байкина Н. Г. Влияние потери слуха на адаптационные и реабилитационные процессы глухих подростков / Н. Г. Байкина, А. В. Мутьев, Я. В. Крет // Адаптивная физическая культура. – 2003. – №1. – С. 3–5.

5. Барков В. А. Физкультурно-оздоровительная работа в начальных классах вспомогательной школы / В. А. Барков. – Гродно: ГрГУ, 2003. – 107 с.

6. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании / А. А. Дмитриев. – М.: Академия, 2002. – 176 с.

7. Гаврилов О. В. Особливі діти в закладі і соціальному середовищі / О. В. Гаврилов // Навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. – 308 с.

8. Дмитриев А. А. О некоторых проблемах интегрированного обучения детей с особыми образовательными потребностями / А. А. Дмитриев // Дефектология. – 2005. – №4. – С. 4-8.

9. Евсеев С. П. Непрерывное физкультурное образование как средство социальной адаптации людей с ограниченными возможностями / С. П. Евсеев, В. И. Попов // Адаптивная физическая культура. – М., 2000. – №1–2. – С. 8–10.

10. Катаева А. А. Сенсорное развитие и сенсорное воспитание аномальных детей дошкольного возраста (глухих, слабослышащих и умственно отсталых) [Текст] : автореф. дис. ... докт. психол. наук.: 19.00.10 / А. А. Катаева. – М., 1977. – 32 с.

11. Мозговой В. М. Развитие и коррекция нарушений двигательной функции детей и подростков с нарушениями интеллекта в

процессе физического воспитания / В. М. Мозговой // Дефектология . – 2004. – №6. – С. 17–21.

12. Мозговой В. М. Характеристика двигательных нарушений в умственноотсталых учащихся / В. М. Мозговой // Дефектология. – 1994. – № 3 – С. 34–38.

13. Сермеев Б. В. Теоретические основы физического воспитания аномальных детей: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Б. В. Серсеев. – М., 1992. – 43 с.

14. Шипицина Л. М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушениями интеллекта / Л. М. Шипицина. – СПб. : Речь, 2005. – 477 с.

Ірина Мельничук,
Кіровоградський державний
педагогічний університет
імені Володимира Винниченка

ПСИХОСОМАТИЧНА ГАРМОНІЗАЦІЯ ПРИ ДЕПРЕСИВНИХ РОЗЛАДАХ ЛЮДИНИ

Постановка проблеми. У теперішній час депресивні розлади є однією із найбільш поширених проблем, які впливають не лише на психологічний стан, але й на фізичне здоров'я і можуть стати причиною захворювань людини. Дана проблема є особливо актуальною зараз для нашої країни у зв'язку з нестабільним економічним і політичним становищем, невпевненістю людей у завтрашньому дні, а також збільшенням кількості стресових ситуацій. У науковій літературі практично відсутні системні дослідження депресії, зокрема недостатньо вивченими і розрізненими є опрацювання проблеми надання психологічної допомоги з метою психосоматичної гармонізації при депресивних розладах. Все це вказує на актуальність і пріоритетність обраного напрямку дослідження.

Цілі та завдання статті полягають у тому, щоб спираючись на розуміння феноменології виникнення та перебігу депресивних переживань, обґрунтувати наукові підходи до проблеми надання психологічної допомоги з метою психосоматичної гармонізації при депресивних розладах людини.

Останні дослідження проблеми. Депресія (від латинського слова *dedivssio* – придушення) – це психологічний розлад, який характеризується зниженням настрою, гальмуванням інтелектуальної та моторної діяльності, зменшенням вітальних спонукань, песимістичними