

ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТІВ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ ТА ЇХ СТАВЛЕННЯ ДО СВОГО ЗДОРОВ'Я

Ричок Тетяна

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотації:

У статті розглядається характеристика компонентів фізичного стану школярів з порушенням слуху та відмінність їх у порівнянні з однолітками зі збереженим слухом. Рівень інформованості та уявлення про фактори зміцнення і збереження здоров'я, активності школярів з вадами слуху по відношенню до власного здоров'я та фізкультурно-спортивної діяльності.

Пріоритетними видами спорту для школярів з вадами слуху являються наступні: футбол, баскетбол, настільний теніс, плавання, серед пріоритетних видів рухової активності: катання на велосипеді; туризм; катання на роликах та ковзанах; оздоровча ходьба та біг; боулінг.

CHARACTERISTICS OF PHYSICAL STATUS COMPONENTS OF SCHOOLBOYS WITH HEARING DISORDERS AND THEIR ATTITUDE TO HIS HEALTH

Rychok Tetyana The article describes the characteristics of the components of the physical state of schoolchildren with hearing impairment and their difference compared to peers with a preserved hearing. The level of awareness and understanding of the factors of strengthening and maintaining health, the activity of schoolchildren with hearing impairment in relation to their own health and physical culture and sports activities. Priority sports for students with hearing impairment are the following: football, basketball, table tennis, swimming, among the priority types of motor activity: cycling; Tourism roller skating and skating; Wellness walking and running; bowling.

ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТОВ ФІЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА И ИХ ОТНОШЕНИЕ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Рычок Татьяна В статье рассматривается характеристика компонентов физического состояния школьников с нарушением слуха и отличие их по сравнению со сверстниками с сохраненным слухом. Уровень информированности и представления о факторах укрепления и сохранения здоровья, активности школьников с нарушениями слуха по отношению к собственному здоровью и физкультурно-спортивной деятельности. Приоритетными видами спорта для школьников с нарушениями слуха являются следующие: футбол, баскетбол, настольный теннис, плавание, среди приоритетных видов двигательной активности: катание на велосипеде; туризм катание на роликах и коньках; оздоровительная ходьба и бег; боулинг.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Ключові слова:

адаптивне фізичне виховання, підлітки, фізичний стан, вади слуху.

adaptive physical education, adolescents, physical condition, impaired hearing.

адаптивное физическое воспитание, подростки, физическое состояние, недостатки слуха.

Постановка проблеми. Здоров'я підростаючого покоління України характеризується зниженням рівня фізичного здоров'я дітей і підлітків, що пов'язано з різними соціальними змінами, погіршенням стану генофонду нації, незавершеністю структурної перебудови системи надання первинної медичної допомоги тощо [1,16].

Сучасні умови життя і навчання висувають підвищені вимоги до здоров'я та фізичного стану молодого покоління нашої країни [10,16]. Дані численних досліджень свідчать про погіршення стану здоров'я школярів [4,8].

Особливої зацікавленості і уваги в теперішніх соціально-економічних умовах перебування нашої держави набуває дане питання відносно дітей з вродженими або набутими вадами, оскільки особливості їх фізичного розвитку, прояв рухових здібностей у майбутньому обумовлюють рівень їх соціальної активності на різних етапах життя [2,7]. Зростає також і значимість досліджень у напрямку визначення ставлення школярів з особливими потребами до свого здоров'я [12,13].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У спеціальній літературі під фізичним станом розуміється комплекс ознак, які характеризують морфофункціональний стан організму, рівень розвитку фізичних якостей і здібностей, необхідних для життєдіяльності організму. До складу фізичного стану входять три основні компоненти – соматометричні (довжина, маса тіла, окружність грудної клітки), соматоскопічні (розвиток кістково-м'язової системи, насичення кров'ю, відкладення жиру, статевий розвиток, будова тіла, постава) і фізіометричні (фізична роботоздатність, рівень розвитку фізичних якостей) [10].

Фізичний стан визначається сукупністю взаємопов'язаних ознак, насамперед фізичною працездатністю, функціональним станом органів і систем, фізичним розвитком, фізичною підготовленістю. Вивчення фізичного стану дає змогу оцінити результати педагогічних впливів та своєчасно внести корективи в навчальний процес [2,4,9].

Велику увагу в спеціальній літературі приділено особливостям фізичного стану дітей дошкільного та шкільного віку з порушенням слуху [3,6,12] і лише фрагментарно відображені особливості фізичного стану підлітків з сенсорними порушеннями [1,10,11].

Згідно даних, Т.С. Голозубец [5] встановлено, що найбільш виражене відставання дітей молодшого шкільного віку з порушенням слуху від здорових однолітків за показниками окружності грудної клітини (ОГК) і життєвої ємності легень (ЖЕЛ). Значне зменшення ОГК і зниження ЖЕЛ у глухих школярів відзначається вже в 7-8 річному віці.

Дослідженнями Л.Б. Держинської [6] встановлені відхилення фізичного і моторного розвитку дітей вже у ранньому і дошкільному віці, а у дівчаток з вадами слуху – у віці 7-13 років.

Згідно даних спеціальної літератури [9,12,14], що параметри фізичного розвитку (довжини і маси тіла) нижче у дітей з порушенням слуху порівняно зі здоровими дітьми. Також було встановлено, що найбільша кількість дітей з порушенням слуху (92,6 %) мали низький і нижче середнього рівень фізичного стану, що в основному було пов'язано з більш низькими значеннями показників індексу Робінсона і життєвого індексу. В значеннях показників серцево-судинної і дихальної систем дітей з порушенням слуху в більшості випадків було властиве знаходження за межами чи близько до верхньої границі вікової фізіологічної норми, що в свою чергу було пов'язано авторами, як із супутніми захворюваннями дітей з вадами слуху, так і з особливостями адаптації їхнього організму до навчання в школі у порівнянні зі здоровими дітьми. Серед дітей з порушенням слуху найбільша кількість школярів мали задовільний або поганий рівень фізичної працездатності

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

у порівнянні зі здоровими дітьми, що на думку науковців, також сприяє істотному зниженню рівня фізичного стану [13, 15].

У дітей з порушенням слуху, згідно досліджень Л.Б. Держинської [6] спостерігається уповільнена реакційна здатність, а також швидкість виконання окремих рухів і темпу рухової діяльності в цілому.

Як стверджує, Н.С. Бессарабов [3] у дітей з вадами слуху відбувається відставання у розвитку життєво важливих фізичних якостей – швидкісно-силових, силових, витривалості та інших здібностей, що характеризують фізичну підготовленість, а також відхилення у розвитку дрібної і загальної моторики.

У роботі М.В. Мороз і Т.А. Суворової [14] визначено, що за показниками швидкості глухі школярі 11-12 років відстають від своїх одноліток, які добре чують: дівчатка – на 8,47 %, хлопчики на 5,86 %. У показниках стрибучості ця розбіжність становить 5,47 % у дівчаток і 2,42 % – у хлопчиків. Показники спритності глухих школярів і школярів з нормальним слухом мають достовірну розбіжність, яка свідчить про те, що за рівнем координації глухі школярі значно відстають від школярів, які мають добрий слух: хлопчики – на 2,63 %, дівчатка – 1,7 % [14].

Особливості розвитку фізичного стану підлітків, що мають порушення слуху, розглядаються в працях ряду таких авторів.

Н.Г. Байкіною [2], М. С. Бессарабовим [3], О.В. Колишкіним [3] виявлені зниження ЖЄЛ, слабкорозвинутого носового дихання, екскурсії грудної клітини підлітків з порушеннями слуху, що пов'язане з порушенням мовленнєвого дихання.

Результати досліджень І. М. Бабія [1] свідчать про відставання глухих підлітків 13-14 років за основними антропометричними показниками (довжина та маса тіла, обсяг грудної клітки) у порівнянні з їх однолітками зі збереженим слухом. За даними автора, 37,9% глухих підлітків 13-14 років мають дисгармонійний фізичний розвиток, що набагато перевищує аналогічні показники серед однолітків зі збереженим слухом.

Г. В. Кучеренко [11] виявив, що глухі підлітки відстають від своїх однолітків зі збереженим слухом за такими показниками: максимальна статична сила, динамічна «вибухова» сила розгиначів ніг, динамічна «вибухова» сила м'язів плечового пояса і тулуба, силова динамічна витривалість.

Мета дослідження – ставлення підлітків з порушенням слуху до свого здоров'я.

Завдання дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури, щодо характеристики компонентів фізичного стану школярів з порушенням слуху.

2. Визначити відношення школярів з порушенням слуху до свого здоров'я.

Результати досліджень та їх обговорення. У дослідженнях прийняли участь 236 учнів спеціалізованих загальноосвітніх закладів м. Києва та Київської області віком від 16 до 18 років з різними вродженими або набутими вадами слуху.

Аналіз отриманих результатів анкетного опитування школярів з порушенням слуху дав можливість охарактеризувати спосіб життя підлітків (рис. 1) з урахуванням їхнього віку, статі та ступеня встановленої вади (слабочуюча або глуха дитина).

Огляд відповідей школярів на питання стосовно організації режиму дня та дотримання індивідуального розкладу показав, що завжди дотримуються встановленого режиму дня лише 8,30 % слабочуючих хлопців і 3,00 % слабочуючих дівчат та 10,50 % глухих хлопців і 6,40 % глухих дівчат віком 16-18 років.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

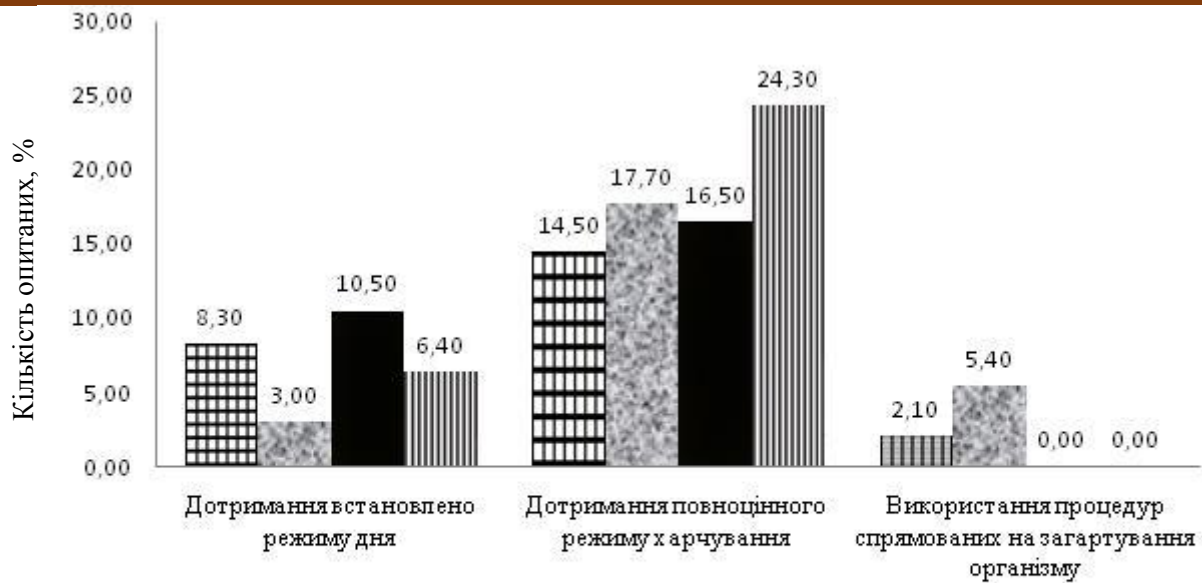


Рис. 1. Характеристика способу життя підлітків

- слабочуючі хлопці (СХ)
- слабочуючі дівчата (СД)
- глухі хлопці (ГХ)
- глухі дівчата (ГД)

Також результати анкетування допомогли охарактеризувати особливості харчування школярів з вадами слуху. Встановлено, що серед школярів якісно, збалансовано і повноцінно харчуються лише 14,50 % слабочуючих хлопців і 17,70 % слабочуючих дівчат та 16,50 % глухих хлопців і 24,30 % глухих дівчат.

Вивчення особливостей особистої гігієни показало, що гігієни 64,70 % слабочуючих хлопців і 88,40 % слабочуючих дівчат, а також 49,60 % глухих хлопців та 53,80 % глухих дівчат протягом дня приймають повний комплекс гігієнічних процедур.

Аналіз даних відносно використання школярами процедур, спрямованих на загартування організму, зафіксував досить низьку активність. Так встановлено, що використовують різноманітні процедури для загартування лише 2,10 % слабочуючих хлопців і 5,40 % слабочуючих дівчат, і зовсім не використовують глухі дівчата і хлопці.

Опитування школярів відносно шкідливих звичок показало, що серед загальної кількості опитаних підлітків 16-18 років палять 8,90 % слабочуючих хлопців і 12,90 % слабочуючих дівчат та 45,10 % глухих хлопців і 33,80 % глухих дівчат. Також встановлено, що епізодично вживають алкоголь 32,10 % слабочуючих хлопців і 15,50 % слабочуючих дівчат та 35,80 % глухих хлопців і 27,60 % глухих дівчат.

На питання стосовно рухового режиму від школярів було отримано такі відповіді, що самостійно займаються різними видами рухової активності – 8,20 % слабочуючих хлопців і 5,50 % слабочуючих дівчат та 10,60 % глухих хлопців і 3,90 % глухих дівчат.

Також встановлено, що лише 21,00 % підлітків віком 16-18 років відвідують секції з різних видів спорту. Проте кількість підлітків, які б бажали займатись спортом виявилась набагато більшою і склала 69,00 %.

Серед пріоритетних видів спорту школярі відмітили наступні: футбол – 42,00 %, баскетбол – 37,00 %, настільний теніс – 25,00 %, плавання – 11,00 %. Серед пріоритетних видів рухової активності діти з вадами слуху відмітили наступні: катання на велосипеді – 36,00 %; туризм – 33,00 %; катання на роликах та ковзанах – 29,00 %; оздоровча ходьба та біг – 11,00 %; боулінг – 9,00 %.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Дослідження медичної інформованості і активності дітей з вадами слуху дозволило встановити, що лише 10,10 % слабочуючих хлопців і 15,30 % слабочуючих дівчат та 18,50 % глухих хлопців і 12,40 % глухих дівчат віком 16-18 років жодного разу не хворіли протягом поточного року.

Слід відзначити, що 10,10 % слабочуючих хлопців і 22,50 % слабочуючих дівчат та 11,90 % глухих хлопців і 13,70 % глухих дівчат віком 16-18 років регулярно проходять загальний медичний огляд.

На заключному етапі дослідження особливостей ставлення дітей з вадами слуху до свого здоров'я, стала суб'єктивна самооцінка школярами власного стану здоров'я. Встановлено, що серед слабочуючих школярів вікової категорії 16-18 років при обробці даних самооцінки їх власного стану здоров'я нами було виявлено, що вважають себе практично здоровими 14,30 % і 12,80 %, та глухих хлопців і дівчат до 9,50 % і 8,40 % відповідно і оцінюють власний стан здоров'я як «незадовільний».

Висновки з даного дослідження. Аналіз науково-методичної літератури показав, що фізичний стан школярів з порушенням слуху характеризується відставанням за основними антропометричними показниками (довжина та маса тіла, обсяг грудної клітки), розвитку життєво важливих фізичних якостей: швидко-силових, силових, витривалості та інших здібностей, що характеризують фізичну підготовленість, також спостерігаються відхилення у розвитку дрібної і загальної моторики. у порівнянні з їх однолітками зі збереженим слухом.

Встановлено, що для більшості підлітків з вадами слуху характерна наявність певних знань про своє здоров'я, проте більшість не зовсім розуміючи значимість фізичної культури і спорту в справі зміцнення здоров'я, проте виявилась певна кількість підлітків, які б бажали займатись спортом та руховою активністю. Серед пріоритетних видів спорту школярі відмітили наступні: футбол, баскетбол, настільний теніс, плавання. Серед пріоритетних видів рухової активності діти з вадами слуху відмітили наступні: катання на велосипеді; туризм; катання на роликах та ковзанах; оздоровча ходьба та біг; боулінг.

Таким чином, проведені нами дослідження показали, що у школярів з порушенням слуху недостатньо сформовано ціннісне ставлення до свого здоров'я, розуміння необхідності і важливості факторів для його збереження, що не дає їм можливість адекватно планувати спрямованість майбутнього професійного самовизначення і соціальної адаптації.

Перспективи подальших розвідок з даного напрямку. Розробка технології для підвищення рівня соматичного здоров'я підлітків та формування теоретичних знань щодо здорового способу життя за допомогою інтерактивних засобів та методів.

Література:

1. Бабій І.М. Корекція рухової сфери глухих підлітків швидко-силовими вправами: Автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.03 / Інститут дефектології АПН України. – К., 2002. – 17с.
2. Байкіна Н.Г. Частные методики адаптивной физической культуры: Учеб. пособие / Н.Г. Байкіна, Я.В. Крет / под ред. Р.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2003. – С. 224–230.
3. Бессарабов Н.С. Возрастная динамика двигательных способностей и их формирование на уроках физкультуры у глухих школьников : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Н.С. Бессарабов. – М., 1979. – 16 с.
4. Боскис Р.М. Глухие и слабослышащие дети / Р.М. Боскис // — М.: Советский спорт, 2004. — 304 с.
5. Голозубец Т.С. Методика адаптивного физического воспитания глухих детей младшего школьного возраста с использованием креативных средств физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Голозубец Т.С. - Хабаровск, 2005. - 23 с.
6. Дзержинська Л.Б. Методика коррекции отклонений в развитии глухих дошкольников средствами ритмической гимнастики: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / Л.Б. Дзержинська– Волгоград. – 1997. – 23 с.

III. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

7. Кашуба В.О. Про можливості використання сучасних комп'ютерних технологій у процесі адаптивного фізичного виховання / В Кашуба, Зіяд Хмаїді Ахмад Насралла, К.Сергієнко // Спортивний вісник Придніпров'я, 2007 — № 1 — С. 11-15.
8. Кашуба В.О. Сучасні підходи до моніторингу фізичного стану школярів у процесі фізичного виховання / В.О.Кашуба, Н.М. Гончарова // Науковий журнал «Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту», Харків, № 1, 2010. - С. 71-73.
9. Колишкін О.В. Корекція рухових порушень дітей старшого шкільного віку з розладами слуху засобами адаптивного фізичного виховання : авторефер. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.03. «Корекційна педагогіка» / О. В. Колишкін. – Суми, 2004. – 20 с.
10. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К.: Олімп. л-ра, 2011 . – 224 с.
11. Кучеренко Г.В. Визначення силових параметрів у глухих підлітків з використанням методів індексів / Г. В. Кучеренко // Молода спортивна наука України. - Львів, 2007. - № 2. - С.211-215.
12. Ляхова І.М. Порівняльна оцінка рівня фізичного здоров'я слабочуючих і чуючих дітей шкільного віку / І. М. Ляхова // Дидактичні та соціально-психологічні аспекти корекційної роботи у спеціальній школі : науково-метод. зб. : Вип. 4 [за ред. В. І. Бондаря, В. В. Засенка]. - К.: Знання, 2002. - С. 165-170.
13. Маслова О.В. Особливості фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів з вадами слуху та перспективи їх корекції засобами спортивних ігор // О.В. Маслова, М.М. Гопей // Спортивний вісник Придніпров'я. - 2016. - № 3. - С. 139-145.
14. Мороз М. Порівняльний аналіз показників фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів з нормальним слухом та його вадами / Михайло Мороз, Тетяна Суворова // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. - Львів, 2007. - Вип. 11, т. 2. - С. 237 - 242.
15. Фандикова Л.А., Семененко В.П. Порівняльний аналіз фізичного стану дітей молодшого шкільного віку з порушенням слуху і здорових дітей / Л.А. Фандикова, В.П. Семененко // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук. - теорет. журн. – Харків: ХДАФК, 2005. – № 8. – С. 262-266.
16. Форостян О.І. Теоретико-методичні засади адаптивного фізичного виховання підлітків з порушеннями слуху / О.І. Форостян // Наука і освіта –. №5, 2015 – с.128-132.