

УДК [159.947.35-053.2/3]+797.935:616.71-008.1

DOI 10.32626/2413-2578.2022-20.91-102

М. ЛИТВ'ЯКОВ

mixailruba@ukr.net

<http://orcid.org/0000-0002-4750-915X>

МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ВОЛІ У ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ЗАСОБАМИ ПЛАВАННЯ

Відомості про автора: Литв'яков Михайло Вікторович, спеціаліст 1-ої категорії, вчитель фізичного виховання, Комунальна Установа «Центр реабілітації осіб з вадами психофізичного розвитку». Одеса, Україна. У колі наукових інтересів: корекція фізичного розвитку та емоційно-вольової сфери дітей дошкільного і молодшого шкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання. Email: mixailruba@ukr.net

Contact: Mykhailo Litviakov Viktorovich, specialist of the 1st category, physical education teacher, Municipal Institution "Center for Rehabilitation of Persons with Disabilities". Odesa, Ukraine. Research interests: correction of physical development and emotional and volitional sphere of children of preschool and primary school age with disorders of the musculoskeletal system by means of swimming. Email: mixailruba@ukr.net

Відомості про наявність друкованих статей: 1. Ефименко, Н., Литвяков, М. (2020) Антигравитационные свойства водной среды и их использование для гидрокорекции двигательных нарушений у детей. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. Серія : Педагогічні науки : зб. наук. пр. Вип.2. Бердянськ : БДПУ. С 149-159. 2. Литв'яков, М.В. (2021) Використання релаксаційних властивостей водного середовища в корекції фізичного розвитку дітей з порушеннями опорно-рухового апарату. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія : зб. наук. Праць. М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т імені М. П. Драгоманова. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 41. С 85-91. 3. Efimenko, N.N., Biesieda, V.V., Litvyakov, M.V. (May. 2021) The exercise vibration wave principle in physical rehabilitation of children with musculoskeletal system disorders. *Propósitos y Representaciones*, Vol. 9, SPE(3), e1166 ISSN 2307-7999 Current context of education and psychology in Europe and Asia e-ISSN 2310-4635 <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1166/>

Литв'яков М. В. Механізми формування волі у дошкільників із порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання. У статті надано аналіз літературних джерел з використання можливостей адаптивного фізичного виховання в корекції емоційно-вольової сфери дітей з особливими освітніми потребами. На основі цього аналізу та багаторічного особистого практичного досвіду роботи в басейні із дітьми зазначеної категорії автором розроблено і представлено механізм корекції вольових проявів дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату. Він складається з таких елементів: адаптація дітей до водного середовища; контактування обличчя (очей) дитини з водою; дозована затримка дихання у воді; часткове і повне занурення у воду з головою; видих у воду (звичайний і пролонгований); відкривання очей під водою; утримання на воді; самостійне плавання дитини, не торкаючись ногами дна басейну; виконання стрибків у воду з підвищення різними способами з чітким дотриманням усіх правил безпеки; дозована драматизація рухово-ігрового сюжету заняття. Педагогічні спостереження та анкетування фахівців і батьків дітей довели помітне покращення вольової сфери вказаної категорії дітей після дворічного констатувального експерименту.

Ключові слова: дошкільники, порушення опорно-рухового апарату, корекція, вольова сфера, плавання.

Litviakov M.V. Mechanisms of will formation in preschoolers with disorders of the musculoskeletal system by means of swimming. The article provides an analysis of literature on the use of adaptive physical education in the correction of emotional and volitional sphere of children with special educational needs. On the basis of this analysis and many years of personal practical experience in the pool with children of this category, the author has developed and presented a mechanism for correcting the volitional manifestations of preschool children with musculoskeletal disorders. It consists of the following elements: children's adaptation to the water environment; contact of the child's face (eyes) with water; dosed breath holding in water; partial and full immersion in water with head; exhalation into water (normal and prolonged); opening eyes under water; keeping on water; independent swimming of the child without touching the bottom of the pool; performing jumps into the water from the rise in different ways with strict observance of all safety rules; dosed dramatization of the motor-game plot of the lesson. Pedagogical observations and questionnaires of specialists and parents of children proved a noticeable improvement of the volitional sphere of the specified category of children after a two-year stating experiment.

Key words: preschoolers, musculoskeletal system disorders, correction, volitional sphere, swimming.

Аналіз актуальних досліджень. В останні десятиліття нажаль збільшується чисельність дітей з особливими освітніми потребами. Одну з

найпоширеніших категорій складають діти з порушеннями опорно-рухового апарату. Дослідженню особливостей моторної сфери цих дітей і корекції їхнього фізичного розвитку засобами адаптивного фізичного виховання присвятили свої дослідження В. Беседа, П. Бочков, Н. Гросс, Ю. Гросс, М. Єфименко, В. Кантаржи, В. Кожевнікова, В. Козявкін, М. Литв'яков, М. Мога, С. Холодов та ін. Ними були розроблені достатньо ефективні технології корекції фізичного розвитку вказаної категорії дітей. Але для повноцінної соціальної адаптації таких дітей необхідна відповідна корекція їхнього психічного розвитку, зокрема такої важливої її складової як емоційно-вольова сфера. Нам вдалося знайти дослідження використання засобів фізичного виховання і спорту для формування і корекції емоційно-вольової сфери дітей з різними нозологіями (В. Автандилян, Н. Бабич, Н. Байкіна, Г. Бойко, К. Безотечество, М. Єфименко, Є. Кас'янова, Я. Коштур, М. Литв'яков, А. Шевцов з колегами та ін.), але нам не вдалося знайти робіт щодо формування вольової сфери дошкільників із порушеннями опорно-рухового апарату засобами саме плавання. Це і обумовило **актуальність** нашого дослідження.

Мета статті – розробка механізму корекції волі у дошкільників з порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання.

Виклад основного матеріалу. Формування волі у дітей має базуватися на свідомому подоланні різних дискомфорتنних психофізичних станів, які об'єктивно або цілеспрямовано (з боку педагога) виникають на занятті з плавання, заради досягнення поставленої рухово-ігрової цілі. До таких природних і штучно створених дискомфорتنних станів можна віднести:

- невідомість щодо нового середовища;
- неприродність нового середовища по відношенню до звичного;
- боязнь водного середовища;
- боязнь глибини;
- боязнь висоти зістрибування у воду;
- невміння триматися на воді;
- невміння дихати у воду;
- невміння самотійно плавати;
- необхідність затримувати дихання у воді;
- необхідність пірнати у воду з головою;
- необхідність відкривати очі під водою;
- фізична втома при виконанні тривалих рухів у воді;
- необхідність долати сили тяжіння;
- необхідність долати сюжетні колізії рухово-ігрового дійства у воді.

Водне середовище є вельми специфічним і має унікальні можливості, які можна використати для досягнення поставленої мети. Протягом двох навчальних років (2019 – 2020 і 2020) на базі Комунальної Установи «Центр реабілітації осіб з вадами психофізичного розвитку» м. Одеса нами було

організовано констатувальний педагогічний експеримент, в якому прийняли участь 64 дитини дошкільного віку з різними порушеннями опорно-рухового апарату. Більшість підлеглих мали діагноз «дитячий церебральний параліч», частка дітей мала спинальні парези різного рівня локалізації (цервікального, дорзального та люмбального), а також змішані церебро-спинальні парези.

Зупинимось детальніше на механізмі корекції вольової сфери дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання:

1. Первинна адаптація дітей до водного середовища. Більшість дітей при загальному позитивному відношенні до води і водних процедур в умовах квартири в тому чи іншому ступені губляться при першій зустрічі з великим обсягом водного середовища: в басейні, на річці, озері або морі (океані). Цей феномен можна пояснити тим, що *водне середовище, при всій його привабливості, не є природною середою для існування людини (дитини)*. Дитина не може так просто поміняти стихію повітря на стихію води, або може це зробити, якщо з самого народження разом з матір'ю або батьками систематично відвідувала басейн і займалася раннім плаванням під керівництвом досвідченого інструктора з плавання і вже звикла до регулярної зустрічі з водою. Але таких дітей відносно мало, тому для більшості дошкільників типовою при зустрічі з великим водним середовищем є реакція напруження, сумнівів, обережності і, навіть, страхів. Це, в свою чергу, визиває у дитини відповідний за силою стрес, особливо якщо мова йде про дитину з порушеннями опорно-рухового апарату та іншими відхиленнями у розвитку.

З позиції корекційної педагогіки ми можемо використати цю ситуацію для розвитку формування волі у зазначеній категорії дітей [8; 10]. Методика ознайомлення (адаптації) дітей до нового для них водного середовища базується на спонуканні до реалізації з боку дитини відповідних вольових проявів: рішучості, сміливості, наполегливості, подоланні страхів, невпевненості, вірі у себе і свої можливості тощо [1; 2; 3; 4; 5; 7; 9]. Педагог має організовувати такі рухово-ігрові умови біля води і в самій воді, щоб допомогти дитині з порушеннями опорно-рухового апарату скоріше подолати існуючі проблеми не сприйняття водного середовища. Зрозуміло, що робиться це тільки на тлі тотального ігрового методу, цікавого казкового сюжету, наявності відповідних персонажів, а також дозованої драматизації рухово-ігрової дії, що відбувається.

Для переходу від стану напруження, сумнівів і навіть відторгнення водного середовища до його безсумнівного прийняття як стихії позитивної, потрібен деякий час. Саме на цьому первинному етапі можливо формування вольової складової психічної сфери дитини. Як бачимо, цей першочерговий напрям адаптації до водного середовища має значний потенціал у формуванні волі у дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Для реалізації цього корекційного напрямку на початковому етапі навчання плавання необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Знайомство з Водичкою».
- Б) «В гостях у Водоля».
- В) «Прогулянки у воді».
- Г) «Веселі крапельки».
- Ґ) «Разом з татом/мамою, братиком чи сестричкою».
- Д) «Де живе жабенятко Квакі?»
- Е) «Хто запускає під водою бульбашки?».

2. Контакткування обличчя, очей дитини з водою також можна використовувати для розвитку її волі. Дуже часто ця ситуація викликає у дітей труднощі, що є природним, бо занурення органів зору, завдяки якому дитина орієнтується у просторі і приймає необхідні рішення, та дихання, роль якого полягає у підтриманні життєдіяльності організму, у принципово нове середовище, можна розглядати як своєрідний стрес. Можливо, саме для адаптації до цієї стресової ситуації еволюційно був сформований *дайвінг-рефлекс ссавців*, який визначається тим, що при попаданні води (холодної) зверху на лице, дитина автоматично закриває очі та затримує дихання [7]. Вірогідніше за все, цей рефлекс розрахований на відносно короткочасну дію (буквально, декілька секунд), доки вода, наприклад, при виливанні її з відра на голову, контактує з обличчям дитини. Якщо ж ситуація не змінюється відносно тривалий час – такий стан дитини слід вважати неприродним для неї, тобто – дискомфортом. Тому дитині слід долати цей дискомфорт за допомогою відповідних вольових зусиль і генерувати при цьому нейтральні або позитивні емоції. В деяких випадках це вельми складне завдання, з яким відразу справляються не всі діти. Процес опускання дитиною обличчя у воду має відбуватися поступово, з використанням спеціальних ігор та мотивуючих вправ. Роль педагога в цій ситуації полягає в організації таких рухово-ігрових умов, за допомогою яких було б можливо полегшити непросту адаптацію дитини до принципово нових для неї умов існування (без зорового контролю і повноцінного дихання). Вольова складова має в цьому напрямі пріоритетне значення.

Для реалізації цього корекційного напрямку на початковому етапі, необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Ранкове вмивання».
- Б) «Ранковий душ».
- В) «Мокре обличчя».
- Г) «Мокра голова».
- Ґ) «Заплющенні очі».
- Д) «Затримай дихання».
- Е) «Цілюща водичка»

Є) «Опусти обличчя у воду».

Ж) «Сховай обличчя від Медузи Горгони!».

3. Дозована затримка дихання у воді. Цей напрям є наступним, бо при навчанні плавання необхідно привчити дитину спокійно затримувати дихання при виконанні рухів у воді. Ми знову маємо ситуацію неприродного стану дитини під час затримання дихання – бо фізіологічно людині потрібно дихати постійно. Подолати такий парадокс можна тільки завдяки відповідним вольовим зусиллям збоку дитини, які має підтримати педагог, організовуючи відповідну рухово-ігрову діяльність у воді з елементами затримки дихання. Подолання страху перед дозованим зануренням і затримкою дихання починається тільки тоді, коли дитини без вагань опускає обличчя у воду. Існує багато ігрових вправ та прийомів для засвоєння дитиною затримки дихання у воді. Спочатку діти бояться і вагаються це робити, і у них в цьому стані домінують нейтральні або негативні емоції, але згодом, після адаптації та засвоєння цієї навички їм такі вправи починають навіть подобатися.

Для реалізації цього корекційного напрямку на початковому етапі, необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

А) «Спробуємо без дихання».

Б) «Не випусти повітря».

В) «Індійські йоги – хто вони?».

Г) «Найкраща субмарина».

Ґ) «Таємничі підводні лабіринти».

Д) «Октонавти: залишилося обмаль кисню!».

Е) «Увага, всім причайтись!».

4. Часткове і повне занурення у воду з головою. Цей напрям передбачає навчання затримки дихання для часткового чи повного занурення у воду з головою. Цей етап починається тільки тоді, коли дитина засвоїла попередні два етапи, опускання обличчя у воду та дозовану затримку дихання у воді. Досить складне завдання для дитини на початкових етапах, бо тепер вона має «з головою піти під воду» – при цьому може з'явитися страх або збентеженість. Коли діти пройшли попередні етапи підготовки, то для них цей етап може бути відносно легким. Вольові прояви дитини мають при цьому основне значення – примусити себе добровільно з головою пірнути у нове для себе середовище, у якому неможна вільно дихати. Стимулювати дитину до таких дій можливо різними ігровими прийомами та завданнями.

Для реалізації цього корекційного напрямку на початковому етапі, необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

А) «Схованки обличчя».

Б) «Пірни під воду».

- В) «Сховайся під водою».
- Г) «Мокра голова».
- Г) «Миємо волосся».
- Д) «Ховаємося від Водяного».

5. Видих у воду (звичайний і пролонгований). Цей напрям передбачає самостійний видих дитини у воду. Ми знову маємо неприродну ситуацію з диханням, яка принципово відрізняється від дихання в умовах повітряного середовища. В цій новій для дитини ситуації існує страх випадково заковтнути при видиху воду через рід або ніс. Це може напружувати дитину, породжувати страхи перед такими вправами. Вмілими ігровими діями педагог має допомогти дитині подолати цей психологічний бар'єр. На перший план тут знов виходять вольові прояви самої дитини, завдяки яким і буде формуватися її загальна емоційно-вольова сфера.

Для реалізації цього корекційного напрямку на початковому етапі, необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Послання водичці».
- Б) «Маленькі бульбашки».
- В) «Великі пузири».
- Г) «Потяг з бульбашок».
- Г) «Караван бульбашок».
- Д) «Хитрі бульбашки».
- Е) «Сміливі бульбашки».
- Є) «Бульбашкова зброя».

6. Відкривання очей під водою. Цей напрям передбачає свідоме відкривання очей під водою, що є в деякій мірі неприродним для людини, бо в такій ситуації треба подолати дуже стійкий дайвінг-рефлекс ссавців, коли при потраплянні води на обличчя очі автоматично заплющуються. Тому на початкових етапах навчання діти закривають очі у воді, так як лякаються попадання води на лице та в очі. Примусити себе відкрити очі під водою можна тільки завдяки особистим вольовим проявам з боку дитини – ось чому використання таких вправ для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату буде сприяти формуванню вольової складової їхнього психічного розвитку. Педагог за допомогою ігрового методу має створити такі психологічні умови, які підвищили би рівень мотивації дитини до відкривання очей під водою. Методичний прийом дозованої драматизації рухово-ігрового сюжету має в цій ситуації великі можливості.

Для реалізації цього корекційного напрямку навчання плавання необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Зацікавлені очі».
- Б) «Очі-дослідники».
- В) «Скануємо очима підводний Світ».

- Г) «Порахуй іграшки під водою».
- Г) «Роздивись фігури з пальців».
- Д) «Знайди свої ноги».
- Е) «Посміхнись другу під водою».
- Є) «Хто сховався у водоростях?»

7. Утримання на воді. Вказаний напрям передбачає самостійне утримання дитини на поверхні води за допомогою активних і скоординованих рухів кінцівками. Це необхідно робити, щоб протидіяти силі тяжіння, яка вабить дитину на дно басейну, на глибину. Існує навіть окремий страх глибини, який зберігається навіть у дорослих. Виконання таких вправ спочатку дається дітям відносно складно, деколи переважає страх і невпевненість. І знову з боку дитини знадобляться необхідні вольові зусилля, щоб подолати цей природний страх води і навчитися спокійно підтримувати своє тіло на поверхні води навіть на відносно глибокому місці. Як бачимо, заняття у воді, навчання плавання постійно стимулюють вольові прояви дитини, що позитивним чином відбивається на формуванні її емоційно-вольової сфери. Тільки завдяки спеціально підібраним педагогом іграм, діти починають розслаблятися та триматися на воді вільно.

Для реалізації цього корекційного напрямку необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Пінопластовий плотик».
- Б) «Подивись на стелю».
- В) «Відчуй силу води».
- Г) «Легкий, як пір'їнка».
- Г) «Легше води».
- Д) «Перетворись на листочок!».
- Е) «Тримаймось – допомога наближається!»

8. Самостійне плавання дитини, не торкаючись ногами дна басейну. Він є майже завершальним в опануванні дитиною водного середовища. До цього моменту дитина пройшла усі необхідні етапи поступової підготовки і вже достатньо впевнено почувається у воді. Не зважаючи на це, при засвоєнні самостійного плавання обраним способом також виникають ситуації психічного напруження, які потребують свого подолання за допомогою відповідних вольових зусиль з боку дитини. По-перше, це – відсутність плавзасобів, що може визивати у дитини напруження і невпевненість у собі, своїх силах. По-друге, при навчанні самостійного плавання дитина буде пересуватися по всій довжині басейну і, таким чином, потрапляти на глибоку воду, де вона не може торкнутися дна ногами. Це може бути додатковим моментом психічного напруження. По-третє, коли дитина почне самостійно плисти, вона без звички буде працювати гіперактивно і досить швидко втомлюватись і це також може викликати відповідне психофізичне напруження. Усі ці стресові моменти

потребують свого подолання за допомогою вольових зусиль з боку дитини на фоні організованого педагогом ігрового методу вправління.

Для реалізації цього корекційного напрямку необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Пливи як зможеш».
- Б) «Самостійне плавання».
- В) «Не торкаючись дна».
- Г) «Перший заплив».
- Г) «Як рибка у воді».
- Д) «Хто перший допливе?!».
- Е) «Я пливу!».
- Є) «Попливли самі на пошуки пригод».

9. Використання обважнювачів на кінцівках при плаванні.

Вправи з цього напрямку виконуються лише у добре підготовлених дітей. Поступово вага обважнювачів збільшується. Дискомфорт, який дитина має подолати за допомогою вольових зусиль, визивають такі чинники: перший з них – збільшення ваги дитини за рахунок використання обважнювачів протидіє архимедовій силі і знижує плавучість дитини. Тепер необхідно затрачувати значно більше зусиль, щоб впевнено триматися на поверхні води. Друга причина полягає в наявності втоми, яка з'являється при використанні обважнювачів на верхніх і нижніх кінцівках. Для подолання цих негативних станів потрібні значні вольові зусилля, що в подальшому сформує відповідні риси характеру: терпіння, наполегливість, віру в себе і свої можливості, бажання долати труднощі, не здаватися тощо.

Для реалізації цього корекційного напрямку необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності:

- А) «Знайомство з обважнювачем».
- Б) «Перетворюємося на роботів».
- В) «Залізні руки».
- Г) «Залізні ноги».
- Г) «Шпаркі роботи».
- Д) «Пригоди підводних роботів-дослідників».
- Е) «Залізні ігри».
- Є) «SOS: хто довше протримається?!».

10. Виконання стрибків у воду з підвищення різними способами з чітким дотриманням усіх правил безпеки. Дуже непросте завдання навіть для підготовлених дітей. В цій ситуації до стресогенних слід віднести наступні складові: по-перше, це наявність висоти, підвищення, з якого діти мають виконати стрибки. Зверху відстань до води завжди виглядає більшою, ніж при погляді знизу. Можна навіть вести мову про страх висоти (страх польоту), хоча вона і відносна. По-друге, це тривожне відчуття невідомого, що стоїть за стрибком, бо дитина ніколи його ще не виконувала. По-третє, це вже відома нам боязнь глибини, в яку обов'язково зануриться дитина

після стрибка. Особливо значимими слід вважати перші дві складові. Саме для їх подолання дитині необхідно проявити відповідні вольові зусилля, що допоможе подолати наявний психологічний бар'єр. Для найшвидшого подолання страху застосовуються сюжетні ігри мотиваційного характеру.

11. Дозована драматизація рухово-ігрового сюжету заняття. У цьому випадку заняття з плавання буде нагадувати своєрідний водний спектакль із цікавим сюжетом, казковими героями, їх сюжетно-рольовими проявами, відповідною емоційною насиченістю. В ігровому підході заняттю передують розробка педагогом великих тематичних ігор (ВТІ), які і становитимуть необхідну довгострокову ігрову перспективу. А на кожному занятті з плавання реалізовуватиметься більш конкретна ситуаційна міні гра (СМГ) у вигляді вже конкретної фізкультурної казки з необхідною кількістю ігрових вправ. При цьому сам басейн за допомогою відповідних зусиль інструктора з плавання повинен перетворитися на ігровий простір, наповнений умовною ігровою атмосферою. Особливо ефективним слід вважати методичний прийом *дозованої драматизації заняття з плавання*, коли педагог цілеспрямовано вводить в сюжет водної казки лінію протистояння Добра і Зла, Любові і Ненависті, Тьми і Світла [6]. Такий підхід значно підвищує мотивацію дітей до корекційної рухово-ігрової діяльності, що позитивним чином буде впливати на розвиток вольових проявів дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Після завершення експерименту було проведено анкетування фахівців, які працювали із дітьми, та батьків дітей щодо стану їхніх вольових проявів після завершення експерименту. Переважна більшість відповідей (82,6%) свідчить про помітне покращення вольової сфери дітей. 11,8% респондентів не побачили суттєвих змін у вольовій сфері своїх дітей; 6% респондентів не змогли дати конкретної аргументованої відповіді. Таким чином, розроблений механізм корекції вольових проявів у дошкільників з порушеннями опорно-рухового апарату попередньо підтвердив свою ефективність. Для більш об'єктивної перевірки дії розробленого механізму нами планується проведення формувального педагогічного експерименту з попереднім і підсумковим дослідженням за допомогою затверджених методик стану вольової сфери зазначеного контингенту дітей.

Висновки.

1. Водне середовище має унікальні фізичні властивості (плинність, пружність, виштовхуючи силу, хвильовий ефект, загартовуючий ефект тощо) а первинну адаптацію до нього дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату можна використати для корекції їхньої емоційно-вольової сфери.

2. Вольові прояви дітей вказаного контингенту можна формувати, долаючи такі дискомфортні психофізичні стани, які об'єктивно існують і які можна моделювати штучно на занятті з плавання: невідомість щодо нового

середовища; неприродність нового середовища по відношенню до звичного; боязнь водного середовища; боязнь глибини; боязнь висоти зістрибування у воду; невміння триматися на воді; невміння дихати у воду; невміння самостійно плавати; необхідність затримувати дихання у воді; необхідність пірнати у воду з головою; необхідність відкривати очі під водою; фізична втома при виконанні рухів у воді; необхідність долати сили тяжіння; необхідність долати дозовано-драматичні сюжетні колізії рухово-ігрового дійства у воді.

3. Для корекції емоційно-вольової сфери зазначеної категорії дітей було відібрано і апробовано такі напрями використання засобів плавання: адаптація дітей до водного середовища; контактування обличчя (очей) дитини з водою; дозована затримка дихання у воді; часткове і повне занурення у воду з головою; видих у воду (звичайний і пролонгований); відкривання очей під водою; утримання на воді; самостійне плавання дитини, не торкаючись ногами дна басейну; виконання стрибків у воду з підвищення різними способами з чітким дотриманням усіх правил безпеки; дозована драматизація рухово-ігрового сюжету заняття.

4. Педагогічні спостереження та анкетування фахівців і батьків дітей довели помітне покращення вольової сфери вказаної категорії дітей після дворічного констатувального експерименту.

Перспективою подальших досліджень лежать у пошуку додаткових штучних педагогічних умов цілеспрямованого моделювання умовно-дискомфортних станів дитини на її шляху до досягнення бажаної рухово-ігрової мети.

Бібліографія

1. Автандилян, В.С. (1986) Методика и эффективность использования занятий плаванием в физическом воспитании детей с легкой степенью умственной отсталости : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». Київ, 23 с. **2. Бабич, Н.Л.** (2016) Психофізіологічне обґрунтування можливості корекції порушень емоційно-вольової сфери осіб із вадами розумового розвитку в процесі спортивної діяльності: Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Випуск 3 К 2 (71). С. 20–23. **3. Байкіна, Н.Г., Сілантьєв, Д.** (2000) Соціально-спортивна реабілітація сліпих інвалідів, які займаються плаванням. Дефектологія. № 3. С. 40–41. **4. Бойко, Г.М.** (2012) Психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності плавців із порушеннями психофізичного розвитку в паралімпійському спорті. Полтава : ТОВ АСМІ, 360 с. **5. Дельфинотерапия = Dolphin Assisted Therapy** (2008) А. П. Чупринков, Н. Ю. Василевская, С. В. Келюшок и др.; Нац. мед. акад. последипломного образования им. П. Л. Шупика; Одес. дельфинарий. Одесса: Астропринт., 40 с. **6. Ефименко, Н.Н.** (2017) Коррекционный театр физического развития дошкольников с нарушением опорно-двигательного аппарата: Методическое пособие. Винниц: ТОВ «Нилан-ЛТД», 340 с. **7.**

Єфименко, М.М., Литв'яков, М.В. (2019) АКВА-ТЕАТР: парціальна програма адаптації дітей раннього та дошкільного віку до водного середовища і навчання плаванню. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 100 с. **8. Єфименко, М.М.** (2013) Сучасні підходи до корекційно спрямованого фізичного виховання дошкільників з порушенням опорно-рухового апарату. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 356 с. **9. Коштур Я.Є.** (2009) Корекція психофізичного розвитку розумово відсталих підлітків засобами плавання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03. НПУ ім. М. П. Драгоманова. Київ, 27 с. **10. Програма** розвитку дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату. (2012) Під заг. наук. ред. А. Г. Шевцова. Київ, 231 с.

References

1. Avtandilyan, V.S. (1986) Metodika i effektivnost ispolzovaniya zanyatiy plavaniem v fizicheskom vospitanii detey s legkoy stepenyu umstvennoy otstalosti : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk : spets. 13.00.04 «Теорія і методика фізического виховання, спортивною тренівки, оздоровителноу і адаптивноу фізическоу культуру». Київ, 23 [in Russian]. **2. Babych, N.L.** (2016) Psykhofiziologichne obgruntuvannya mozhlivosti korektsii porushen emotsiino-volovoi sfery osib iz vadamy rozumovoho rozvytku v protsesi sportyvnoi diialnosti: Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Vypusk 3 K 2 (71). S. 20–23 [in Ukrainian]. **3. Baikina, N.H.,** Silantiev, D. (2000) Sotsialno-sportyvna reabilitatsiia slipykh invalidiv, yaki zaimaiutsia plavanniam. Defektologhiia. № 3. S. 40–41 [in Ukrainian]. **4. Boiko, H.M.** (2012) Psykholohopedahohichnyi suprovid sportyvnoi diialnosti plavtsiv iz porushenniamy psykhofizychnoho rozvytku v paralimpiiskomu sporti. Poltava : TOV ASMI, 360 s. [in Ukrainian]. **5. Delfinoterapiya = Dolphim Assisted Therapy** (2008) A. P. Chuprinkov, N. Yu. Vasilevskaya, S. V. Kelyushok i dr.; Nats. med. akad. poslediplomnogo obrazovaniya im. P. L. Shupika; Odes. delfinariy. Odessa: Astroprint., 40 s. [in Russian]. **6. Yefimenko, N.N.** (2017) Korrektsionnyy teatr fizicheskogo razvitiya doshkolnikov s narusheniem oporno-dvigatel'nogo apparata: Metodicheskoe posobie. Vinnits: TOV «Nilan-LTD», 340 s., [in Russian]. **7. Yefymenko, M.M.,** Lytviakov, M.V. (2019) АКВА-ТЕАТР: partsialna prohrama adaptatsii ditei rannoho ta doshkilnoho viku do vodnoho seredovyshcha i navchannia plavanniu. Vinnytsia: TOV «TVORY», 100 s., [in Ukrainian]. **8. Yefymenko, M.M.** (2013) Suchasni pidkhody do korektsiino spriamovanoho fizychnoho vykhovannia doshkilnykiv z porushenniamy oporno-rukhoverooho aparatu. Vinnytsia: TOV «Nilan-LTD», 356 s., [in Ukrainian]. **9. Koshtur Ya.Іe.** (2009) Korektsiia psykhofizychnoho rozvytku rozumovo vidstalykh pidlitkiv zasobamy plavannia : avtoref. dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.03. NPU im. M. P. Drahomanova. Kyiv, 27 s. **10. Prohrama** rozvytku ditei doshkilnoho viku z porushenniamy oporno-rukhoverooho aparatu. (2012) Pid zah. nauk. red. A. H. Shevtsova. Kyiv, 231 s., [in Ukrainian].

Стаття отримана 07.11.2022 р.