УДК 159.922.76-056.34(076):796
DOI https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series5.2024.102.12

Потюк С. В.

РУХЛИВІ ІГРИ ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ ФІЗИЧНИХ ТРУДНОЩІВ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

У статті висвітлено сутність рухливих ігор та їх особливості впливу на фізичний розвиток дітей з порушеннями психофізичного розвитку в умовах закладів дошкільної та загальної середньої освіти.

В основній частині статті представлено опрацювання наукової літератури, експериментальне дослідження та методичні аспекти проблематики. Здійснено аналіз дефініції «рухливі ігри» висвітлених у низці досліджень вітчизняних науковців. Загалом, спроба трактувати термін рухливі ігри зумовила визначення цього процесу як системи взаємозумовлених дій, які реалізують освітнє, оздоровче та виховне значення, через відображення певного мотиву, забезпечуючи здебільшого активну діяльність учасників. У результаті експериментального дослідження виявлено рівні фізичних якостей дітей з особливими освітніми потребами молодшого шкільного віку. Щодо методичного аспекту, висвітлено особливості, закономірності та організаційно-педагогічні впровадження рухливих ігор. Представлено зміст рухливих ігор для дітей з інтелектуальними порушеннями, зазначено очікувані результати. Узагальнено матеріал щодо класифікації рухливих ігор за мірою фізичного навантаження та визначено їх місце на кожному етапі заняття.

Встановлено, що для удосконалення та формування рухових навичок дітей необхідно використовувати рухливі ігри. В праці зосереджено увагу на врахуванні педагогічними працівниками психофізичних обмежень та можливостей дітей, окреслено різні способи передачі інформації тощо.

На основі опрацювання матеріалів зроблено висновки: безперервний етап розвитку інклюзивної освіти передбачає професійну підготовку педагогічних працівників до роботи, взаємодію з фахівцями інклюзивно-ресурсного центру, оволодіння спеціальними методиками навчання. Підкреслено значимість підготовки до рухливої гри: визначення гри, підбір інвентарю, вибір місця, адаптація правил, пояснення, контроль та підведення підсумків. Розкрито перспективу подальшого дослідження з окресленої проблематики.

Ключові слова: *діти з інтелектуальними порушеннями, рухливі ігри, рухова активність, фізичні труднощі, організаційно-педагогічні умови фізичного розвитку, практичні рекомендації, початкова школа.*

Сучасний етап розвитку українського суспільства асоціюється із численними викликами, безпосередньо і на освітній ниві. Труднощі пов'язані зі збільшенням кількості дітей з особливими освітніми потребами. У зв'язку із вищезгаданою тенденцією серед освітніх та наукових спільнот домінують ряд думок: кожна дитина – унікальна, що передбачає реалізацію особистісно-орієнтованого підходу; побудова освітньої траєкторії розвитку взаємозумовлена потребами дитини, яка проєктується в руслі гуманного і толерантного ставлення один до одного; налагодження ефективної взаємодії педагогічних працівників з фахівцями інклюзивно-ресурсного центру для досягнення цілей.

Студіювання наукових відомостей та тенденцій розвитку суспільства надають можливість стверджувати, що дедалі частіше простежується виявлення інтелектуальних, функціональних (моторних, сенсорних, мовленнєвих), фізичних, навчальних труднощів у дітей, яких потрібно адаптувати та соціалізувати до освітнього середовища, з врахуванням розвитку пізнавальної та емоційно-вольової сфер. Також, хочемо констатувати, що сутність проблеми зводиться до зниження рухової активності дітей. Водночас це передбачає оволодіння педагогічними працівниками спеціальними методиками навчання.

Аналіз наукової літератури свідчить, що у розвитку дитини з інтелектуальними порушеннями особливе значення займає рухлива гра. В багатьох науковців висвітлені питання щодо значення рухливих ігор у фізичному, розумовому, загальному культурному розвитку дитини з особливими освітніми потребами (О. Гаяш, Н. Матвеєва, М. Матішак, С. Миронова, Н. Лещій). Окреслений аспект теоретичного напрацювання підтверджується вектором практичного спрямування.

Усвідомлення значимості проблематики зумовило вибір теми наукового доробку.

Мета статті – дослідження впливу рухливих ігор як чинника подолання фізичних труднощів дітей з порушенням інтелектуального розвитку.

Завдання наукової розвідки полягають у аналізі теоретичних та практичних аспектів організації рухливих ігор, формулюванні авторського бачення дефініції, дослідженні особливостей фізичного розвитку дітей з порушеннями інтелекту та обґрунтуванні впливу рухливих ігор, з метою подолання фізичних труднощів, а також визначені організаційно-педагогічних умов.

Матеріали та методи дослідження. Для досягнення мети та розв'язання завдань дослідження використовувалися загальнонаукові методи дослідження (систематизація та узагальнення теоретичного матеріалу), емпіричні методи (спостереження за освітнім процесом та рівнем розвитку фізичних якостей дітей з інтелектуальними порушеннями, бесіда з педагогічними працівниками).

Результати дослідження. У контексті опрацювання наукової літератури важливим став аналіз дефініції рухливі ігри. Поняття О. Попович трактує з психолого-педагогічного погляду як «освітньо-оздоровчий засіб соціалізації особистості, здатний інтенсифікувати освітній процес, забезпечити мотиваційну основу для

формування в діалектичному взаємозв'язку фізичних і духовних якостей та особистісну самореалізацію» [4, с. 212]. Інше тлумачення представлено в науковому доробку В. Шутько «усвідомлена, емоційна діяльність дітей, спрямована на досягнення ігрової мети; активна рухлива діяльність дітей, для якої характерні творчі рухливі дії, мотивовані її сюжетом» [8, с. 5]. Варто відзначити, що тлумачення дотичні й доповнюють один одного.

Нами представлено дефініцію рухливі ігри, крізь призму навчально-виховного процесу закладів освіти, як систему взаємозумовлених дій, які реалізують освітнє, оздоровче та виховне значення в освітньому процесі, через відображення певного мотиву і забезпечують здебільшого активну рухливу діяльність учасників.

Проаналізувавши значимість рухливих ігор у взаємодії з дітьми з особливими освітніми потребами, Н. Лещій підтверджує важливість їх впровадження і зазначає, що рухливі ігри «дозволяють створити ситуації, які сприяють покращенню пам’яті, уваги, уяви та просторового орієнтування» [3, с. 69]. З. Діхтяренко наголошує, що наявність факторів у рухливій грі, а саме: «самостійне вирішення рухових завдань з урахуванням ігрової ситуації; відсутність часу для підготовки до виконання основного руху; швидке переключення з одного руху на інший; емоційна насиченість; узгодження власних рухів із діями ведучого та інших учасників – вдосконалюють якість і швидкість рухових дій, гнучкість рухових навичок» [7, с. 6].

Педагогічні працівники та науковці задля розвитку фізичних якостей дітей з інтелектуальними порушеннями засобом рухливих ігор зачіпають такі виклики, які постають в професійній діяльності, як адаптація правил рухливої гри відповідно до можливостей дітей, забезпечення матеріально-технічної бази (інвентарю), тощо [1; 5]. Зокрема, варто підсумувати, що здебільшого дослідження відображають впровадження рухливих ігор – це важливий інструмент для розвитку здатності переміщатися в просторі, формування навичок взаємодії з предметами і з середовищем.

Українська дослідниця С. Миронова у науковій праці вказує відсоткові значення щодо відхилення у розвитку фізичних якостей дітей з інтелектуальними порушеннями молодшого шкільного віку (відставання від стандартних показників: гнучкість – на 10–20%; сили – на 15–30; швидкість – на 10–15%; витривалість – на 20–40%) [2].

Розглянемо наступний аспект наукової розвідки – експериментальне дослідження, метою якого було виявлення рівня розвитку фізичних якостей дітей з інтелектуальними порушеннями за умови використання рухливих ігор. Дослідження було проведено у початковій школі Концівського ліцею протягом вересня 2023 – травня 2024. На констатувальному етапі було застосовано метод спостереження. За результатами виявлено рівні фізичних якостей дітей з особливими освітніми потребами, як-от: швидкість (завдання – біг на 30м: середній рівень проявили 42,9%, низький – 57,1%); спритність («човниковий» біг 4*9: середній рівень – 14,3% (14 с), низький – 85,7% (в межах 14,2 с – 16 с)); витривалість (біг протягом 3 хв.: середній рівень – 28,6% (в межах 270 м), низький – 71,4% (в межах 200 м)); гнучкість (високий рівень передбачав нахили вперед із положення сидячи та доторкання до стоп – 28,6%; середній рівень, обумовлений нахилами вперед нижче колін, проявили 42,8%; низький рівень практично відображає нахили вперед не нижче колін – 28,6%); сила (для хлопчиків – підтягування на низькій перекладині, для дівчат – підтягування з вису стоячи хватом знизу: високий рівень проявили 14,3%, середній – 28,6%, низький – 57,1%). Підсумувавши отримані дані за вищезазначеними фізичними якостями нами визначено їх середній показник розвитку (високий рівень – 8,58%, середній – 31,44%, низький – 59,98%). Результати дослідження свідчать про невміння дітей виконувати правильні рухи та необхідність подальшої роботи з розвитку фізичних якостей.

Продовжимо розвідку акцентуванням на методичних аспектах. Практика показує, що одним із чинників подолання фізичних труднощів дітей з інтелектуальними порушеннями, формування рухових навичок, які потрібні для цього, є залучення до рухливих ігор, що сприяють руховій активності. Важливо зосередити увагу педагогічних працівників на адаптації гри до індивідуальних можливостей дітей, для цього ми розкриємо особливості, закономірності та організаційно-педагогічні умови проведення рухливих ігор.

На нашу думку, насамперед, доцільно розглянути особливості рухливих ігор для дітей з порушеннями психофізичного розвитку дошкільного віку та молодшого шкільного віку: спільні риси та відмінності. Варто відмітити, сюжети ігор для дітей з порушеннями інтелекту нескладні, а саме: правила – прості (вказується основний напрямок дій гравців), зміст – охоплює на один епізод, рухові дії – елементарні, майже не спостерігається узгодження рухів учасників гри. В процесі систематичної роботи діти визначають ролі учасників, ігри складаються із двох-трьох різних видів вправ (стрибки і ходьба; ходьба, метання і біг). Визначено, доцільність застосовування музичного супроводу та додаткового засобу – масок звірів. Наприклад, під час рухливої гри «Пригоди в лісі» (наявні елементи ходьби або стрибків): лунає музичний супровід зимового або осіннього лісу, діти одягають маски різних звірів (ведмедя, зайця, лисиці, вовка, тощо). У початковій школі спостерігаються спроби учасників узгоджувати рухи в парах, трійках, ускладнюються правила, які обмежують у дії гравців.

Переконані на власному досвіді, що при доборі рухливих ігор необхідно враховувати закономірності: особливості фізичного та психічного розвитку, компенсаторних можливостей організму, рівень підтримки дитини з інтелектуальною недостатністю; для уникнення перевантаження доцільне використання дихальних вправ; відповідність інвентарю індивідуальним потребам та можливостям дітей; розташування дітей в колі сприяють активній взаємодії та комунікації.

Досліджуючи означену проблему, ми сформулювали організаційно-педагогічні умови проведення рухливих ігор з дітьми з порушеннями психофізичного розвитку, з-поміж яких – надання чітких вказівок дитині з особливими освітніми потребами; акцентування уваги на зусилля дитини, а не, власне, на кінцевий результат; подача нового матеріалу (алгоритму проведення рухливої гри) невеликими порціями; сприяння самостійним діям дитини, але тільки безпосередньому супроводі педагогічного працівника; постійне повторення інструктажу/правил та залучення кожної дитини до активної діяльності; позитивне налаштування та оцінювання зусиль та успіхів дитини – усе перелічене успішно досягається завдяки постійному вдосконаленню професійної компетентності педагогічних працівників та їх тісній взаємодії з фахівцями ІРЦ; залучення батьків та/або законних представників проведення заходів [6], у яких висвітлюється значення та особливості (методика) проведення рухливих ігор вдома.

Враховуючи особливості психофізичного розвитку дітей пропонуємо рухливі ігри для розвитку фізичних якостей дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, представлених у таблиці 1.

Таблиця 1

Рухливі ігри для розвитку фізичних якостей дітей з інтелектуальними порушеннями легкого ступеня

Назва рухливої гри	Зміст гри	Очікувані результати
«Світлофор»	Вчитель/асистент вчителя виконує роль «світлофора» та подає команди за допомогою кружечків червоного та зеленого кольору, які відображають певні дії, а саме: червоний кружечок – це «червоне світло» – діти повинні зупинитися і не рухатися, натомість зелений кружечок – це «зелене світло», яке вказує дітям на активні дії, рухатися вперед у пришвидшеному темпі	1. Розвиток швидкості та спритності; 2. Контроль над рухами.
«Швидкий захват»	На майданчику розкладені предмети, які різняться за формою та кольором. Вчитель подає команду. Завдання дітей: захопити фішки, кубики чи кеглі єдиного кольору, наприклад, червоного	1. Стимул реакції і швидкості дій.
«Мандрівники у джунглях»	Діти – мандрівники, які вирушають у подорож через джунглі. Під час подорожі вони долають різноманітні перешкоди: – Пролазять через зарості; – Перестрибують через річку; – Імітують рухи тварин; – Імітують звуки тварин, яких зустрічають. Вихователь/вчитель провідник, який веде групу і надає настанови у правильному виконанні завдань	1. Розвиток моторики (дрібної та загальної); 2. Формування координації рухів; 3. Розвиток мовлення та уяви; 4. Формування соціальних навичок.
«Пригоди в лісі»	Діти одягають маски тварин та імітують рухи. Слухають і реагують на перший звуковий сигнал вчителя, який повідомляє про небезпеку – прихід ведмедя, і припиняють виконувати рухові дії, шукаючи очима місце схованки. Під час подачі другого звукового сигналу, в дітей є визначений час для знаходження місця, яке дозволить уникнути зустрічі з ведмедем. Варто зауважити, що місце схованки вміщає тільки одного лісового жителя і завжди на одне менше від кількості учасників	1. Розвиток комунікації; 2. Покращення моторних навичок; 3. Розвиток уяви; 4. Розвиток спритності.
«У пошуках скарбів. Пригодницький табір»	На шкільному майданчику заховані монети. На монетах зашифровані рухові дії. Дітям потрібно правильно повторити їх. Якщо завдання виконано вірно, то учаснику зараховується 1 бал	1. Формування координації рухів. 2. Контроль над рухами.

Для педагогічних працівників важливим елементом є визначення міри фізичного навантаження при доборі рухливих ігор. Спостереження показали, що у вступній частині уроку чи заняття доцільно застосовувати рухливі ігри малої інтенсивності, з метою розігріву м'язів та зосередження уваги; в основній частині – ігри середньої та великої інтенсивності для розвитку фізичних якостей; в заключній частині – ігри малої та середньої інтенсивності для розвитку координації, корекції постави, тощо. Водночас із дітьми з порушеннями психофізичного розвитку проводяться заняття з лікувальної фізкультури. Нами узагальнено матеріал щодо класифікації рухливих ігор за мірою фізичного навантаження і представлено в таблиці 2.

Не можна не годитися, що наведені рухливі ігри сприяють розвитку не тільки моторики, координації рухів, орієнтації в просторі, динамічної та статистичної рівноваги, стійкості, розширенню обсягу рухових навичок та рухової пам'яті, а й комунікації, взаємодії з однокласниками для вирішення викликів та досягнення результату. Серед ігор для розвитку комунікації, мислення, соціальної взаємодії та моторики дітей з порушеннями інтелекту виділяємо «М'яч дружби», «Хто це?», «Будуємо разом», «Розмалюй світ», «Знайди пару». Зазначене досягається завдяки інтегративному підходу. Відтак, рухливі ігри знаходять відображення в адаптації, інтеграції та соціалізації дітей з особливими освітніми потребами.

Таблиця 2

Класифікація ігор за мірою фізичного навантаження

Малої інтенсивності	Середньої інтенсивності	Великої інтенсивності
«Ловимо кольори», «Слухай і повторюй!», «Мовчанка», «Тиха гра у хованки», «М’яч у колі», «Роззява», «Карлики та велетні», «Знайди річ», «Заборонений рух», «Крокодил»	«Знайди свій колір», «Лови хвіст», «Бій пінгвінів», «Крокодил», «Переправа через струмок», «Передай м’яч»	«Хто швидше», «Смуга перешкод», «Біг стоніжок»

Висновки. На закінчення слід сказати підкреслити, що поступовий та безперервний етап розвитку інклюзивної освіти передбачає професійну підготовку педагогічних працівників до роботи з дітьми з порушеннями інтелекту, постійну взаємодію з фахівцями інклюзивно-ресурсного центру, оволодіння спеціальними методиками навчання, функціонування інклюзивного освітнього середовища. З’ясовано, що не менш важливе значення відводиться рухливим іграм для подолання фізичних труднощів, формування фізичних якостей та розвитку когнітивної сфери. Очевидна значимість підготовки педагогічних працівників до роботи з дітьми з порушеннями інтелекту засобом рухливих ігор: визначення гри, підбір інвентарю, вибір місця навчання, адаптація правил гри, пояснення, контроль та підведення підсумків.

Перспективою подальшого дослідження передбачаємо розширення емпіричних розвідок щодо правильного відбору ігор для кожного рівня підтримки дитини з порушеннями інтелекту, удосконалення методики і розроблення практичних рекомендацій для ефективного впровадження рухливих ігор в освітній процес.

Використана література:

1. Гаяш О. В. Рухливі ігри як засіб фізичного виховання молодших школярів з інтелектуальними порушеннями. *Сучасний стан і перспективи вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту в умовах війни та у післявоєнний період*: збірник матеріалів ІІ науково-практичної конференції 19-20 квітня 2023 року, присвяченої 75-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Ужгород, 2023. 199 с.
2. Миронова С. П. Корекційна психопедагогіка. Олігофренопедагогіка : підруч. Кам’янець-Подільский : К-ПНУ імені І. Огієнко, 2015. 311 с.
3. Лещій Н. В. Застосування рухливих ігор на логопедичних заняттях як засобу корекції мовлення з дітьми старшого дошкільного віку. *Інноваційна педагогіка.* 2023. Вип. 62. Т. 1. С. 67-70.
4. Попович О., Дзямко А. Значення рухливих ігор у системі роботи вихователя закладу дошкільної освіти. In The 15 th International scientific and practical conference *«Modern science and practice»* (4-5 May, 2020). Varna, Bulgaria 2020. 294 p.
5. Потюк С. В. Проблеми формування інклюзивного освітнього середовища початкової школи засобами інноваційних технологій (кінець ХХ–початок ХХІ століття) : дис. … докт. філософії: 011 Освітні, педагогічні науки. Дрогобич, 2024. 312 с.
6. Потюк С. В. Теоретико-методичні засади психолого-педагогічного супроводу батьків, які мають дитину з особливими освітніми потребами. *Acta Paedagogica Volynienses*, 2024. Вип. 4. С. 133-138. doi: https://doi.org/10.32782/apv/2024.4.22
7. Рухливі та спортивні ігри з методикою навчання. Конспект лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної, та заочної форм навчання / уклад. О. В. Радченко, Луцьк : Луцький НТУ, 2020. 116 с.
8. Шутько В. В. Методика застосування рухливих ігор в початковій школі : методичні рекомендації. Кривий Ріг : ДВНЗ «КНУ» КПІ, 2014. С. 47.

References:

1. Haiash O. V. (2023). Rukhlyvi ihry yak zasib fizychnoho vykhovannia molodshykh shkoliariv z intelektualnymy porushenniamy [Active games as a means of physical education for younger schoolchildren with intellectual disabilities]. *Suchasnyi stan i perspektyvy vdoskonalennia natsionalnoi systemy fizychnoho vykhovannia i sportu v umovakh viiny ta u pisliavoiennyi period* : zbirnyk materialiv II naukovo-praktychnoi konferentsii 19-20 kvitnia 2023 roku, prysviachenoi 75-y richnytsi kafedry fizychnoho vykhovannia DVNZ «Uzhhorodskyi natsionalnyi universytet», Uzhhorod. 199 s. [in Ukrainian].
2. Myronova S. P. (2015). Korektsiina psykhopedahohika. Olihofrenopedahohika [Correctional psychopedagogy. Oligophrenopedagogy] : pidruch. Kamianets-Podilskyi : K-PNU imeni I. Ohiienko. 311 s. [in Ukrainian].
3. Leshchii N. V. (2023). Zastosuvannia rukhlyvykh ihor na lohopedychnykh zaniattiakh yak zasobu korektsii movlennia z ditmy starshoho doshkilnoho viku [Application of mobile games in logopedics classes as a measure of speech correction with children of older preschool age]. *Innovatsiina pedahohika*. Vyp. 62. T. 1. S. 67-70 [in Ukrainian].
4. Popovych O., Dziamko A. (2020). Znachennia rukhlyvykh ihor u systemi roboty vykhovatelia zakladu doshkilnoi osvity [The importance of outdoor games in the system of work of a preschool teacher]. In The 15 th International scientific and practical conference *«Modern science and practice»* (4-5 May, 2020). Varna, Bulgaria. 294 p. [in Bulgarian].
5. Potiuk S. V. (2024). Problemy formuvannia inkliuzyvnoho osvitnoho seredovyshcha pochatkovoi shkoly zasobamy innovatsiinykh tekhnolohii (kinets KhKh–pochatok KhKhI stolittia) [Challenges of forming an inclusive educational environment in primary school through innovative technologies (late 20th – early 21st century)] : dys. … dokt. Filosofii : 011 Osvitni, pedahohichni nauky. Drohobych. 312 s. [in Ukrainian].
6. Potiuk S. V. (2024). Teoretyko-metodychni zasady psykholoho-pedahohichnoho suprovodu batkiv, yaki maiut dytynu z osoblyvymy osvitnimy potrebamy [Theoretical and Methodological Foundations of Psychological and Pedagogical Support for Parents with a Child with Special Educational Needs]. *Acta Paedagogisa Volynienses*. Vyp. 4. PP. 133-138 [in Ukrainian].
7. Radchenko O. V. (2020). Rukhlyvi ta sportyvni ihry z metodykoiu navchannia [Movement and sports games with teaching methods]. Konspekt lektsii dlia zdobuvachiv pershoho (bakalavrskoho) rivnia vyshchoi osvity dennoi, ta zaochnoi form navchannia. Lutsk : Lutskyi NTU. 116 s. [in Ukrainian].
8. Shutko V. V. (2014). Metodyka zastosuvannia rukhlyvykh ihor v pochatkovii shkoli [Methodology of applying active games in primary school] : metodychni rekomendatsii. Kryvyi Rih : DVNZ «KNU» KPI. S. 47 [in Ukrainian].

Potiuk S. Moving games as a factor in overcoming physical difficulties of children with intellectual disabilities

The article highlights the essence of moving games and their peculiarities of influence on the physical development of children with psychophysical developmental disorders in preschool and general secondary education institutions.

The main part of the article presents a review of the scientific literature, an experimental study, and methodological aspects. The article analyzes the definition of «moving games» in a number of studies by domestic scholars. In general, the attempt to interpret moving games as a system of interrelated actions that realize educational, health and educational value through the reflection of a certain motive and provide mostly active participation of participants. The experimental study revealed the levels of physical qualities of children with special educational needs. As for the methodological aspect, the features, patterns and organizational and pedagogical implementation of moving games are highlighted. The content of moving games is presented. The material on the classification of moving games by the degree of physical activity is summarized and their place at each stage of the lesson is determined.

It has been established that in order to improve and form motor skills, it is necessary to use moving games. Attention is focused on taking into account the psychophysical limitations and capabilities of children during moving games, using different ways of transmitting information, etc.

Based on the analysis materials, relevant conclusions are drawn. The continuous stage of inclusive education development involves professional training of teachers to work, interaction with specialists of the inclusive resource center, mastering special teaching methods. We emphasize the importance of preparation: defining the game, selecting equipment, choosing a location, adapting the rules of the game, explaining, controlling and summarizing. The author emphasizes the prospects for further research on the outlined issues.

Key words: *children with intellectual disabilities, moving games, physical difficulties, physical activity, organizational and pedagogical conditions of physical development, practical recommendations, primary school.*