

УДК 616.8-053

Карчевська О.В.,

НВК «Олександрійський колегіум — спеціалізована школа»,

м. Олександрія;

Полянничко О.М.,

доцент кафедри фізичного виховання

Гуманітарного інституту

Київського університету імені Бориса Грінченка,

кандидат психологічних наук, доцент

ВПЛИВ ПЕРИНАТАЛЬНИХ УРАЖЕНЬ ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ (ЦНС) НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ

Розглядається вплив перинатальних уражень центральної нервової системи (ЦНС) на фізичне здоров'я, психічний і фізичний розвиток дітей. Представлені психокорекційні вправи, які впливають на діяльність головного мозку, сприяють збереженню здоров'я школярів в процесі навчання завдяки широкому і різноманітному впливу на різні функції організму.

Ключові слова: перинатальні ураження ЦНС, психічний розвиток, фізичний розвиток, здоров'я дитини, психокорекційні вправи.

Постановка проблеми. Виховання здорового покоління з гармонійним розвитком фізичних і духовних якостей — одне з основних завдань сучасного суспільства. У будь-якому суспільстві здоров'я людини є вищою цінністю, найважливішим надбанням держави, воно — безперечний пріоритет, застава життєстійкості і прогресу суспільства.

Проблеми фізичного розвитку дітей, зміцнення та збереження їхнього здоров'я ніколи не втрачають своєї актуальності. Саме відповідно до Законів України «Про освіту» і «Про фізичну культуру і спорт» фізичне виховання спрямоване, насамперед, на охорону та зміцнення психічного і фізичного здоров'я дітей, зміцнення імунітету організму, виховання стійкого інтересу до рухової активності, формування життєво необхідних рухових умінь, навичок та фізичних якостей (швидкість, спритність, витривалість, координація, гнучкість), формування культури здоров'я.

Відомо, що провідне місце в програмі формування культури здоров'я відводиться оптимальній руховій активності людини, оскільки неолік її (гіподинамія) призводить до зниження імунних

властивостей крові, порушень функціонального стану серця, зменшення обсягу циркулюючої крові, зниження аферентної стимуляції клітин головного мозку, зниження розумової і фізичної працездатності, розвитку детренованості систем організму та механізмів їх регуляції [6; 7].

Ефективність навчання дітей у школі багато в чому залежить від стану здоров'я. Але, на жаль, в нашій країні спостерігається виразна тенденція до погіршення стану здоров'я дітей.

Результати поглиблених медичних оглядів показують, що значна частина дітей, які відвідують шкільні установи, мають різні відхилення здоров'я, відстають у фізичному розвитку. Це свідчить про те, що проблеми виховання здорової дитини були і залишаються актуальними в практиці суспільного і сімейного шкільного виховання і диктують необхідність пошуків ефективних засобів їх реалізації [1].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. За даними літератури, органічні ураження нервової системи у дітей з перинатальними ушкодженнями зустрічаються в 9–35 % випадків. Майже в половині дітей знаходять так звані «малі» неврологічні порушення, що проявляються у вигляді тих чи інших синдромів. Типовими наслідками перинатального ураження ЦНС є порушення психомоторного розвитку дитини різного ступеня тяжкості, зокрема відставання у формуванні мови і у персонально-соціальних навичках, дисгармонійність та відставання у фізичному розвитку, наявність ряду неврологічних симптомів, зокрема судом, наявність соматичних захворювань [3].

У ряді випадків спостерігаються такі особливості поведінки дітей — підвищена збудливість, непосидючість, незібраність, відсутність самоконтролю та доступної віку критичності, посилення або зниження спонтанної рухової активності, млявість, малорухомість дитини, емоційна лабільність, дратівливість, руховий неспокій або рухова розгальмованість [2].

Мета статті полягає у висвітленні впливу перинатальних уражень ЦНС на психічний і фізичний розвиток дітей та у формуванні психологічної компетентності фахівців з фізичної культури.

Результати дослідження та їх обговорення. За результатами багатьох досліджень психологів, лікарів, педагогів адаптованість дитини до школи може виступати одним із показників психоло-

гічного здоров'я, оскільки психологічному здоровому функціонуванню відповідає наявність адаптації між людиною та соціальним середовищем. Успіхи у психічному розвитку дитини спираються на її фізичне здоров'я, яке забезпечує активність дитини, її інтерес до оточуючого. Здоровими вважаються діти з гармонійним фізичним і нервово-психічним розвитком, у яких відсутні захворювання та функціональні порушення в організмі.

Статистичні дані наявності психічних розладів у дітей України підтверджуються результатами діагностичних досліджень в навчальних закладах під час вивчення рівня адаптації учнів молодшої школи до нових умов навчання. Протягом останніх років відбувається поступове зростання кількості учнів, комплексний аналіз діагностичних робіт яких вказує на низький рівень адаптації, що може виступати однією із ознак нервово-психічних порушень, що в свою чергу, може відобразитись на показниках фізичного розвитку дітей, на їх здоров'ї.

Проблеми шкільних труднощів — це одна із найбільших проблем в житті дитини саме тому, що вона включає в себе декілька складових: соціальну, психологічну, медичну, педагогічну.

Під шкільними труднощами розуміється весь комплекс проблем, які виникають у дитини при систематичному навчанні і призводять до порушення соціально-психологічної адаптації, що відображається на рівні захворюваності дітей, призводить до зниження успішності навчання.

Спостереження за поведінкою дітей із перинатальними ураженнями ЦНС під час діагностичної роботи вказують на наявність рухової розгальмованості, невміння або небажання реагувати на вказівки дорослих, швидку втомлюваність, замкненість, нерозуміння завдань. Малюнки таких дітей вказують на тривожність, імпульсивність, нерозуміння завдань, низький рівень сформованості дрібної моторики, нервово-психічне напруження.

Спостереження за поведінкою дітей із певними психічними розладами під час уроків фізкультури також вказують на швидку втомлюваність, рухове розгальмування, відмову виконувати фізичні вправи з усією групою учнів, невміння зосередитись на вказівках вчителя, порушення дисципліни, імпульсивність, різку зміну настрою, підвищену рухову активність, яка викликає неконтрольованість рухів дитини, появу агресивності, зниження больової чутли-

вості, зниження м'язового тонусу, невміння виконувати прості рухи за зразком вчителя.

Результати обстеження лікаря — невропатолога підтверджують необхідність лікування таких дітей та проведення корекційно-розвивальних заходів, які сприяли б нормалізації фізичного та психічного здоров'я.

Для нервової системи таких дітей характерна висока збудливість і слабкість гальмівних процесів. Однак тривала підтримка процесу збудження неможлива. Діти швидко втомлюються. Тому при організації занять з молодшими школярами треба уникати довгих настанов і вказівок, тривалих і монотонних завдань. Особливо важливо слідкувати за нормативним дозуванням фізичного навантаження. Діти погано оцінюють зміни внутрішнього середовища організму при втомі і не можуть повною мірою відобразити їх словами, тому це призводить до негативних змін у поведінці під час уроків.

Ефективним засобом нормалізації психічного та фізичного здоров'я дітей молодшої школи є використання фізичних вправ, представлених Семенович А.В. та Сиротюк А.Л. у «Програмі формування нейропсихологічного простору проблемної дитини» [5]. Це сприяє зняттю м'язового і психічного напруження, активізації розумової діяльності, підвищенню ефективності навчання, стабілізації діяльності головного мозку, розвитку міжпівкульної взаємодії, що має своє відображення на фізичному та психічному розвитку дитини. Ці вправи допомагають зберегти здоров'я школярів в процесі навчання завдяки широкому і різноманітному впливу на різні функції організму. Вони включають в себе: дихальні вправи, гімнастику для очей, точковий масаж і самомасаж, рухові вправи: розтяжка, вправи на розвиток рівноваги, орієнтування у просторі, розвиток м'язової моторики рук, кінезіологічні вправи, вправи з нейробіки тощо.

Висновки. Таким чином, використання фізичних вправ, рекомендованих Семенович А.В. та Сиротюк А.Л. в «Програмі формування нейропсихологічного простору проблемної дитини» можуть сприяти стабілізації психічного та фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку із перинатальними ураженнями ЦНС, що обов'язково знайде своє відображення на поведінці дитини, успіхах у навчальній діяльності, розвитку соціальної сфери.

Джерела

1. Ісаєвська А.І. оптимізація фізичного стану дітей 6–7 років засобами оздоровчої аеробіки / http://www.rusnauka.com/13_EISN_2013/Sport/3_136241.doc.htm
2. Нечитайло Д.Ю. Особливості розвитку дітей дошкільного віку з перинатальною патологією ЦНС / Д.Ю. Нечитайло // Буковинський медичний вісник. — 2007. — Т. 11 (№ 1).
3. Няньковський С.Л. Особливості соматичної патології у дітей з перинатальним гіпоксично-ішемічним ураженням ЦНС / Няньковський С.Л., Козубенко Г.Ф., Пакулова-Троцька Ю.В. // Журнал «Здоровье ребенка». — 2007. — № 1(4).
4. Салова М.Н. Состояние здоровья детей 9–11 лет с последствиями перинатальных гипоксических поражений центральной нервной системы с учетом типа их психосоматической конституции: Автореф. по ВАК 14.00.09 / М.Н. Салова. — М, 2009.
5. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А.Л. Сиротюк. — М. : ТЦ Сфера, 2003.
6. Сухарев А.Г. Гигиенические принципы нормирования двигательной активности школьников: Автореф. дисс. ... д-ра мед. наук / А.Г. Сухарев. — М., 1972. — 40 с.
7. Сухарев А.Г. Двигательная активность и здоровье подрастающего поколения / А.Г. Сухарев. — М. : Знание, 1976. — 62 с.
8. Тяжка О.В. Сучасні особливості стану здоров'я дітей молодшого та середнього шкільного віку / Тяжка О.В., Казакова Л.М., Строй О.А., Васюкова М.М., Антошкіна А.М., Вакуловська Т.О., Трофіменко Т.О. // Журнал «Здоровье ребенка» — 2011. — № 4 (31).

Рассматривается влияние перинатальных поражений ЦНС на здоровье, психическое и физическое развитие детей. Представлены психокоррекционные упражнения, которые влияют на деятельность головного мозга, способствуют сохранению здоровья школьников в процессе обучения благодаря широкому и разнообразному воздействию на различные функции организма.

Ключевые слова: перинатальные поражения центральной нервной системы (ЦНС), психическое развитие, физическое развитие, здоровье ребенка, психокоррекционные упражнения.

The article reviews the impact of CNS perinatal lesions on health, mental and physical development of children. It presents psychocorrectional exercises, which influence brain activity to preserve schoolchildren health during the learning process due to broad and diverse effect on different body functions.

Key words: CNS perinatal lesions, mental development, physical development, child health, psychocorrectional exercises.