

умовах інклюзивної освіти. *Практична психологія та соціальна робота*. 2019. №6. С. 27–30.

4. Луценко Г. І. Особливості психічного розвитку дітей з РАС. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Т. 12, вип. 3. С. 112–117.

5. Овчинникова С. В. Нейропсихологічна корекція при аутизмі. [Електронний ресурс]. URL: http://neirokid.ru/stati/article_post/neyropsikhologicheskaya-korreksiya-pri-autizme.

6. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). 5th ed. Washington, DC : American Psychiatric Publishing, 2013. 947 p.

УДК 796.012.62:616-082.8]:159.922.76-056.29

Пахомова Наталія, доктор педагогічних наук, професор, директор Навчально-наукового інституту спеціальної та інклюзивної освіти, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава.
Йовенко Владислава, здобувач другого (магістрантського) рівня вищої освіти, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, м. Полтава.

ВПЛИВ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗКУЛЬТУРИ НА ПСИХОФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

У статті розглянуто значення лікувальної фізичної культури (ЛФК) у комплексному підході до реабілітації дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату. Проаналізовано вплив систематичних занять ЛФК на психічний та фізичний розвиток, адаптаційні можливості, моторні функції та соціалізацію дітей. Визначено особливості організації занять залежно від віку та виду порушення.

Ключові слова: лікувальна фізична культура, дошкільний вік, опорно-руховий апарат, психофізичний розвиток, реабілітація.

The article considers the importance of physical therapy in an integrated approach to the rehabilitation of preschool children with musculoskeletal disorders. The influence of systematic exercise therapy on mental and physical development, adaptive capabilities, motor functions and socialization of children is analyzed. The peculiarities of the organization of classes depending on the age and type of disorder are determined.

Key words: therapeutic physical culture, preschool age, musculoskeletal system, psychophysical development, rehabilitation.

Постановка проблеми. У сучасних умовах збільшується кількість дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату, що значною мірою обумовлено як генетичними, так і соціально-екологічними чинниками. Такі порушення не лише обмежують фізичну активність дитини, але й негативно впливають на її емоційний стан, пізнавальну активність, здатність до соціальної адаптації. Традиційні підходи до реабілітації недостатньо враховують потреби у всебічному і цілісному психофізичному розвитку дитини. Саме тому постає необхідність аналізу існуючих підходів та впровадження ефективних засобів комплексної психолого-педагогічної корекції та реабілітації, серед яких важливе місце займає лікувальна фізична культура як комплексний, інтегративний метод впливу. Порушення опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку є важливою і актуальною медико-соціальною проблемою, що впливає не лише на фізичну активність, але й на загальний психофізичний розвиток дитини. У цьому контексті лікувальна фізична культура виступає як один із ключових напрямів корекційно-реабілітаційної допомоги.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психофізичного розвитку дітей з порушеннями опорно-рухового апарату широко висвітлюється у працях вітчизняних і зарубіжних учених. Зокрема, М. Єфименко, Д. Завітренко, Л. Коваль, Н. Кононенко, О. Линчак, О. Мастюкова, В. Савченко, А. Синиця, А. Шевцов, С. Штангей та ін. [1, 2] наголошують на важливості комплексного підходу до фізичної реабілітації дітей, підкреслюючи роль ЛФК у формуванні

моторних навичок та покращенні соматичного здоров'я. Дослідження, що проводяться під егідою Всесвітньої організації охорони здоров'я (WHO), засвідчують позитивний вплив систематичної рухової активності на фізичний і психоемоційний стан дітей раннього віку.

Незважаючи на значну кількість публікацій, на нашу думку, недостатньо висвітленими залишаються питання впливу ЛФК на соціалізацію та психологічну адаптацію дітей з обмеженими можливостями здоров'я. Це зумовлює необхідність поглибленого вивчення зазначеної тематики. У зв'язку з цим, **метою** нашого дослідження є аналіз та визначення ключових аспектів впливу занять ЛФК на психофізичний розвиток дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату.

Виклад основного матеріалу. Лікувальна фізкультура є однією з провідних форм фізичної реабілітації дітей дошкільного віку, яка дозволяє досягти значного прогресу у відновленні та розвитку опорно-рухових функцій. Основними напрямками застосування ЛФК є: покращення м'язового тону, формування правильної постави, розвиток координації рухів, зміцнення загального фізичного стану та сприяння психоемоційній стабілізації дитини [2, 3, 4, 5].

При застосуванні ЛФК у дошкільному віці є необхідність врахування вікових, індивідуальних та психологічних особливостей дитини. Використовуються переважно ігрові методи, вправи з предметами, елементи дихальної гімнастики та релаксації. Заняття повинні бути короткими, емоційно насиченими, варіативними за складністю [3].

Систематичне застосування ЛФК сприяє підвищенню фізичної витривалості, поліпшенню моторних функцій, зниженню рівня тривожності та підвищенню впевненості у власних силах. Значною мірою покращується й соціальна адаптація дітей, оскільки фізичні вправи в груповій формі сприяють розвитку комунікативних навичок та формуванню позитивного емоційного фону.

Практика показує, що найбільш ефективним є поєднання ЛФК з іншими засобами корекційно-реабілітаційної роботи – логопедичними заняттями, психоемоційною терапією, арттерапією, масажем і фізіотерапією. Такий підхід

дозволяє досягти цілісного реабілітаційного ефекту та забезпечити соціалізацію і гармонійний психофізичний розвиток дитини.

Результати численних досліджень українських науковців підтверджують ефективність лікувальної фізичної культури (ЛФК) у психофізичному розвитку дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату (ОРА).

Зокрема, М. Єфименко розробив модель корекційного фізичного виховання для дітей з нейроортопедичною патологією, яка включає індивідуально-диференційовані програми, які адаптовані до типу рухових порушень (церебрального, цервікального, люмбального та змішаного типів). Ця модель передбачає використання ігрових методів та архетипних образів для активізації несвідомого потенціалу дитини, що сприяє більш ефективному засвоєнню рухових навичок [1].

Інше дослідження, проведене І. Мисулою та В. Васильчуком показало, що поєднання ЛФК з масажем є ефективним методом реабілітації дітей з порушеннями постави. Застосування цих методів особливо ефективне на початкових стадіях порушень, що підкреслює важливість раннього втручання [3].

Також варто відзначити дослідження А. Руденка, учений розробив програму фізичної реабілітації для дітей з наслідками дисплазії кульшових суглобів. Програма включає профілактичні та реабілітаційні блоки, що охоплюють різноманітні фізичні вправи, гідрокінезотерапію, рухливі ігри та масаж, спрямовані на відновлення фізичного та функціонального стану ОРА дошкільників [4, 5].

Крім того, дослідження Л. Волошко та Д. Вовка акцентує увагу на використанні аквааеробіки як ефективного засобу оздоровлення дітей з порушеннями ОРА. Аквааеробіка сприяє зміцненню м'язів, покращенню координації рухів та загальному фізичному розвитку дітей.

Усі ці дослідження підкреслюють важливість комплексного підходу до реабілітації дітей з порушеннями ОРА, де ЛФК відіграє ключову роль у забезпеченні гармонійного психофізичного розвитку та соціальної адаптації дошкільників.

Таким чином, ЛФК позитивно впливає на психічний стан дітей: зменшується тривожність, підвищується самооцінка, покращується увага, пам'ять, здатність до

концентрації. Соціальний аспект проявляється у зростанні комунікативних навичок, готовності до взаємодії з однолітками та дорослими. Відтак, ЛФК виконує не лише корекційну, а й розвивальну функцію, забезпечуючи інтеграцію дитини у соціальне середовище.

Провідні науковці підкреслюють, що найвищих результатів вдається досягти при міждисциплінарному підході: поєднанні ЛФК з психолого-педагогічним супроводом, логопедичними заняттями, арт- і музикотерапією. Впровадження таких програм у систему дошкільної освіти створює умови для комплексного розвитку дитини з особливими освітніми потребами [4].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Лікувальна фізична культура є ефективним засобом корекції та психофізичного розвитку дітей дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату. Її систематичне використання позитивно впливає на моторні функції, сприяє нормалізації м'язового тону, розвитку координації рухів, а також покращує емоційний стан, підвищує самооцінку та рівень соціальної адаптації дітей.

Аналіз наукових досліджень українських фахівців підтверджує доцільність застосування індивідуально орієнтованих програм ЛФК у комплексі з іншими методами реабілітації. Практика показує, що ефективність корекційного впливу значною мірою залежить від своєчасної діагностики, адаптації занять до вікових та психофізіологічних особливостей дитини, міждисциплінарного підходу та участі родини.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні ефективності різних методичних підходів до ЛФК залежно від виду порушення, вивченні довгострокового впливу занять на соціалізацію дітей, а також розробці цифрових інструментів для моніторингу динаміки психофізичного розвитку. Окремої уваги заслуговують питання професійної підготовки фахівців із фізичної терапії та спеціальної освіти в умовах сучасних освітньо-реабілітаційних практик.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Єфименко М. М., Мога М. Д. Форми інклюзії у фізичному розвитку дітей з особливими освітніми потребами. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки)*. 2022. Вип. 20. С. 82-94.
2. Ковальчук О. В. Особливості застосування лікувальної фізкультури у корекції порушень опорно-рухового апарату у дітей дошкільного віку. *Педагогіка та психологія*. 2021. № 3. С. 45-50.
3. Мисула І. Р., Васильчук В. В. Ефективність застосування лікувальної фізкультури і масажу при порушеннях постави у дітей дошкільного віку. *Медсестринство*. 2019. № 1. С. 13-14.
4. Руденко А. М., Лянной Ю. О., Звіряка О. М. Особливості програми фізичної реабілітації дітей дошкільного віку із наслідками дисплазії кульшових суглобів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2020. Вип. 4 (124). С. 79-85.
5. Руденко А. М., Лянной Ю. О., Звіряка О. М. Оцінка стану опорно-рухового апарату у дітей із наслідками дисплазії кульшових суглобів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури*. 2020. С.
6. Сидоренко Л. М. Вплив фізичної реабілітації на розвиток моторики у дітей з порушеннями опорно-рухового апарату. *Збірник наукових праць Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2020. № 1120. С. 98-104.