

Характеристика просторової організації тіла молодших школярів із депривацією зору в процесі фізичного виховання

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Анотація:

У статті подано характеристику просторової організації тіла молодших школярів із депривацією зору. Важкий зоровий дефект ще в ранній період життя викликає вторинні відхилення та супутні захворювання, знижує розвиток усіх сфер діяльності дитини з депривацією зору, а отже, формує відставання цих дітей у психофізичному розвитку, фізичній підготовленості, спричиняє обмеження їхньої рухової діяльності та, як наслідок – специфічні особливості фізичного розвитку, які можуть проявлятися в різних порушеннях опорно-рухового апарату й постави слабкозорих школярів, зміні просторової організації тіла, порівняно з їхніми здоровими ровесниками. Завдання дослідження – розкрити особливості просторової організації тіла в молодших школярів із депривацією зору в процесі фізичного виховання. Визначення та корекція просторової організації тіла дітей молодшого шкільного віку з депривацією сенсорних систем у процесі фізичного виховання є важливим чинником для формування життєво необхідних рухових умінь та навичок. Незначна кількість робіт із цього напрямку визначає дослідження просторової організації тіла як своєчасне та важливе й таке, що потребує детального вивчення задля подальшої корекції параметрів рухової сфери дитини та розроблення технології корекції просторової організації тіла в дітей із депривацією зору в процесі фізичного виховання, яке стане перспективою наших подальших досліджень.

Ключові слова:

молодий, школяр, депривація, зір, фізичний, розвиток, виховання, просторовий, організація.

Демчук Светлана. Характеристика пространственной организации тела младших школьников с депривацией зрения в процессе физического воспитания. В статье представлена характеристика пространственной организации тела младших школьников с депривацией зрения в процессе физического воспитания. Сложный зрительный дефект еще в ранний период жизни вызывает вторичные отклонения и сопутствующие заболевания, снижает развитие всех сфер деятельности ребенка с депривацией зрения. Задача исследования – раскрыть особенности пространственной организации тела у младших школьников с депривацией зрения в процессе физического воспитания. Определение и коррекция пространственной организации тела детей младшего школьного возраста с депривацией сенсорных систем в процессе физического воспитания является важным фактором для формирования жизненно необходимых двигательных умений и навыков. Незначительное количество работ по данному направлению определяет исследование пространственной организации тела как своевременное и важное, нуждающееся в детальном изучении с целью дальнейшей коррекции параметров двигательной сферы ребенка и разработки технологии коррекции пространственной организации тела у детей с депривацией зрения в процессе физического воспитания, что станет перспективой дальнейших наших исследований.

младший, школьник, депривация, зрение, физическое, развитие, воспитание, пространственное, организация.

Demchuk Svitlana. Characteristics of Spatial Organization of Bodies of Junior Pupils with Visual Deprivation in the Process of Physical Education. The article contains the characteristics of spatial organization of bodies of junior pupils with visual deprivation. Heavy eye defect in the early life period causes secondary deviations and related diseases, reduces the development of all areas of activity of a child with visual deprivation. Accordingly it forms lagging of these children in mental development and physical preparedness, causes peculiarities of physical development which may show up in various disorders of the musculoskeletal apparatus and posture of visually impaired pupils, change of spatial organization of a body comparing to their healthy peers. Research objective is to reveal the peculiarities of spatial organization of bodies of junior pupils with visual deprivation in the process of physical education. Identification and correction of the spatial organization of bodies of junior pupils with sensory deprivation in the process of physical education is an important factor of formation of vital motor skills. A small number of works on this direction determine study of the spatial organization of a body as timely and important and which requires detailed study for the purpose of further correction of the parameters of motor areas of a child and development of the technologies correcting the spatial organization of bodies of pupils with deprivation of view in physical education which will be the topic of our next research.

junior pupil, deprivation, vision, physical development, education, spatial organization.

Вступ. Зміни, що відбуваються у всіх сферах нашого суспільства, обумовили низку проблем, одна з яких – тенденція до збільшення кількості дітей з обмеженими можливостями зору, що

актуалізує роботу з профілактики та корекції не лише зорових порушень, але й корекції їхнього фізичного розвитку [1, 3, 6, 7, 10]. У слабкозорих школярів простежено відставання в психофізичному й руховому розвитку, відбувається порушення просторової організації тіла, порівняно з їхніми здоровими ровесниками [2, 5, 8]. Проте в наш час лише в певному обсязі вивчено особливості розвитку, навчання й виховання слабкозорих дітей переважно дошкільного віку та недостатньо – учнів молодшого шкільного віку з депривацією зору в процесі фізичного виховання в умовах спеціального навчального закладу [8–10 та ін.].

Сучасний підхід до дослідження проблеми фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку з депривацією зору виявляється багатоплановою, багатогранною й історично обумовленою потребою суспільства в оновленому баченні цільових основ й установок на фізичне вдосконалювання особистості, яка в наші дні поставлена перед необхідністю бути стійкою, фізично загартованою, соціально адаптованою до швидкоплинних умов життєдіяльності. Водночас вивчення стану просторової організації тіла та процесу його корекції в слабкозорих учнів молодшого шкільного віку в спеціальних установах вимагає пильної уваги педагогів і вчених.

У зв'язку з цим потрібна переорієнтація на формування й розвиток усіх функціональних систем дитини в її природних рухових актах. Тоді як у спеціальних навчальних закладах для дітей із депривацією зору досі збережено тенденцію оцінки фізичного розвитку за параметрами здорової дитини. Така практика, звичайно ж, неприпустима. Подібних проявів «загальнопедагогічних» підходів до аналізу стану фізичного виховання в спеціальних шкільних установах можна виявити в практиці цілком достатньо. Але це неправомірно стосовно дітей із депривацією зору, тому що тут ми бачимо трохи інші мету й завдання, спрямовані на подолання захворювання й корекцію просторової організації тіла. Про це особливо замислюєшся, коли розглядаєш фізіологічні механізми розвитку рухів у дітей, у яких виявляються системний взаємозв'язок та ієрархія як регулювальних, так і виконуючих структур організму людини.

Отже, виникають суперечності між необхідністю впровадження в процес фізичного виховання слабкозорих учнів молодшого шкільного віку в умовах спеціального навчального закладу традиційних і нетрадиційних засобів фізичного виховання, що припускають коригувально-оздоровчий вплив, і недостатньою теоретичною й методичною розробленістю основ комплексного застосування цих засобів щодо вказаного контингенту, фрагментарністю їх застосування у фізичному вихованні слабкозорих учнів.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Аналіз спеціальної літератури свідчить, що рівні фізичного розвитку й фізичної підготовленості молодших школярів із депривацією зору значно відстають від подібних показників здорових дітей (Р. Н. Азарян, Л. І. Плаксіна, Б. В. Сермеєв, Л. Н. Солнцева, Л. Н. Ростомашвілі й ін.). При порушенні зору простежено обмеження рухової активності дитини, у результаті чого виникає низка вторинних відхилень у фізичному розвитку слабкозорих школярів (R. Schindele, Л. Н. Ростомашвілі, Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян та ін.).

Аналізуючи наявні літературні дані про особливості фізичного розвитку дітей із патологією зору, можна сказати, що цей дефект ускладнює весь хід психофізичного розвитку дитини з порушенням зору [2; 3; 4; 8]. Дослідники різних видів діяльності, таких як навчальна (М. І. Земцова, А. І. Каплан, М. С. Певзнер, А. Г. Литвак, Е. П. Синявий, В. М. Ремажєвська), трудова (Єрмаков В. П., Свиридюк Т. П.), ігрова (Солнцева Л. І.), фізичне виховання (В. З. Деніскіна, В. А. Кручинін, Д. М. Маллаєв, Л. С. Сековець, Б. В. Сермеєв, Б. Г. Шеремет та ін.), показали, що при порушенні зору рухові функції успішно розвиваються на полісенсорній основі, коли в самоконтролі й саморегуляції рухів беруть участь поряд із зором слухова, тактильна й м'язова чутливість. У зв'язку з цим у загальній системі навчально-виховної роботи, проведеної зі школярами, котрі мають відхилення в роботі зорового аналізатора, незмінно зростають роль і значення фізичного виховання.

Ослаблення рухової активності слабкозорих дітей призводить до зниження рівня розвитку пізнавальних процесів. У молодших школярів із зоровою патологією через відчуття страху простору обмежена рухова й пізнавальна діяльність. Інколи в них відсутні найпростіші навички ходьби та бігу, просторової орієнтації й елементарного самообслуговування. Пози дітей під час читання й письма з низькоопущеною головою при залишковому зорі, монозорі, порушенні бінокулярного зору негативно впливають на розвиток дихальної системи, опорно-рухового апарату, призводять до кривоший, сколіозів, остеохондрозів у шийному відділі й інших порушень. Тому діти з патологією зору більше потребують м'язової діяльності, ніж ті, котрі мають нормальний зір. Не підлягає сумніву й той факт, що ефективність лікування зорової патології найбільш висока в дітей із підвищеною руховою активністю (Д. М. Маллаєв, Н. Л. Літош, Л. В. Шапкова, А. А. Нестеров, Т. А. Овчиннікова, С. О. Філіппова).

У наш час зусилля фахівців спрямовані на пошуки найбільш ефективних способів, які дають змогу виявити роль різних видів м'язової діяльності в удосконалюванні всіх систем організму людини й корекції наявних у неї недоліків [1; 4; 7]. Отже, аналіз науково-методичної літератури засвідчив, що вивчення особливостей фізичного виховання молодших школярів із порушенням зору розкрито в роботах багатьох дослідників (Б. В. Сермеєв, А. П. Павлов, Є. С. Аветісов, Е. І. Лівачо, Р. Н. Азарян, Л. Н. Ростомашвілі, Е. В. Чорнобильська, Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян, В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін, Л. І. Плаксина й ін.). Проте досліджень, спрямованих на корекцію просторової організації тіла в молодших школярів із депривацією зору засобами фізичного виховання, досить мало.

Завдання дослідження – розкрити особливості просторової організації тіла в молодших школярів із депривацією зору в процесі фізичного виховання спеціальної школи-інтернату.

Методи дослідження – аналіз та узагальнення літературних джерел, аналіз досвіду передових фахівців галузі.

Результати дослідження та їх обговорення. Дискусія. Як свідчить аналіз літературних джерел, порушення зорової функції призводить до виникнення вторинних порушень у просторовій організації тіла в дітей із депривацією зору: у поставі, робочій позі, координації й точності рухів, відчутті ритму (Г. Г. Демирчоглян, М. І. Земцова, А. І. Каплан, Б. В. Сермеєв, В. П. Філатов, В. В. Скородинська та ін.). Як відомо з публікацій М. І. Земцової, Л. І. Солнцевої (1987), Л. А. Семенової (1990) й ін., важкий зоровий дефект ще в ранній період життя дитини знижує в неї не лише пізнавальну, але й рухову активність, призводить до того, що дитина значно пізніше, ніж її здорові однолітки, приймає вертикальне положення під час ходьби, при природній стійці часто відзначається неправильне положення стоп.

На думку Г. Г. Демирчоглян, С. І. Шкарлової, Г. В. Никуліної, К. Роберто, Л. Н. Ростомашвілі, для молодших школярів найбільш характерні такі порушення зору, як короткозорість, далекозорість, астигматизм, амбліопія, ністагм, косоокість. В. П. Єрмаков, Г. А. Якунін, Л. В. Шапкова й інші відзначають, що в слабкозорих дітей простежено відставання в довжині, масі тіла, життєвій ємності легенів, обсязі грудної клітини та інших антропометричних показниках. Багато слабкозорих школярів зазнають труднощів в орієнтуванні в просторі. У них значно знижені рухові функції і якості, а саме: координація, витривалість, швидкість і ритм рухів (відставання від норми становить 53 %). Меншою мірою (на 8–12 %) виражене відставання за показниками м'язової сили й швидко-силових якостей (С. Н. Попов, 1999).

Учені-дефектологи Т. А. Власова, В. П. Єрмаков, М. І. Земцова, Л. Ф. Касаткіна, А. Г. Литвак, І. С. Моргуліс, М. С. Певзнер, Б. В. Сермеєв, Л. І. Солнцева, Б. Г. Шеремет та ін. відзначають, що в дітей із порушенням зору простежено відставання у фізичному розвитку у зв'язку з обмеженою руховою активністю. А. П. Павлов показав, що специфічні особливості фізичного розвитку можуть проявлятися й у різних порушеннях опорно-рухового апарату та постави. Порушення постави й ступінь їх виразності обумовлені станом зору в дітей із депривацією зору. Частота випадків порушень постави в дітей із порушенням зору становить 60–65 % і залежить від характеру зорової патології.

При косоокості, міопії дитина змушена нахилити голову в зручне для неї положення, щоб забезпечити краще бачення розглянутих предметів, низько нахилити голову під час руху (ходьби, бігу й т. ін.). Крім того, за даними Т. В. Попової, Н. Б. П'ястовалої, А. А. Удалової, порушення постави в дітей є наслідком залишкових явищ родової травми, рахіту, різних парезів м'язів, ослаблення м'язової системи від частого тривалого сидіння в неправильній позі: із нахиленим убік тулубом, опущеною головою. Порушення постави трапляються також через неправильну організацію офтальмо-гігієнічних умов педагогічного процесу, порушення рухового режиму, відсутність спеціальних коригувальних вправ, які б покращували формування правильної постави й активізували їхню рухову діяльність.

Потрібно зазначити, що порушення постави в сліпих і слабкозорих дітей трапляється значно частіше, ніж у здорових. На думку В. П. Єрмакова, порушення постави простежено в 59,2 % слабкозорих хлопчиків і 58 % дівчаток, тоді як у здорових дітей – відповідно, у 40 та 45%. Як уважає Л. В. Шапкова, діти з порушеннями зору приходять у школу вже зі стійкими порушеннями постави, із круглою спиною, посиленням грудного кіфозу й сплюсненням поперекового лордозу, сколіозом, плоскостопістю тощо. На думку Г. Г. Демирчогляна, у 87 % слабкозорих школярів простежено кіфатичну деформацію хребта [6].

Поряд із порушенням постави в дітей трапляються деформації нижніх кінцівок, що виражається у викривленнях стоп (І. Д. Ловейко, М. І. Фонарьов). Плоскостопість у дітей із депривацією зору постає в результаті постійного статичного перевантаження нижніх кінцівок через слабкість м'язів стоп, а також як наслідок часткових паралічів. Плоскостопість різко знижує опорну функцію ніг і створює загрозу для більшого сплюснення. Неправильно сформовані навички в ходьбі, бігові й інших рухах, недостатня рухова активність дітей також створюють небезпеку для більшого прояву цих порушень (С. Брукарт).

Діти з порушенням зору відстають за всіма показниками в розвитку рухів від своїх однолітків (Т. В. Попова, Н. Б. Пястовалова, А. А. Удалова). Під час ходьби й бігу в них простежено велику м'язову напругу, голова опущена вниз, рухи рук і ніг не погоджені, стопи ніг поставлено широко, темп нерівномірний. Через порушення рівноваги вони змушені зупинятися під час ходьби, при цьому втрачається напрямок. Н. А. Фомін, Ю. Н. Вавилов стверджують, що дефекти постави й порушення зору простежено в школярів тим частіше, чим менше вони відводять часу на фізичні вправи, заняття на відкритому повітрі.

У процесі фізичного виховання виконуються не лише спільні завдання (розвиток, навчання, виховання), але й спеціальні, що мають коригувальну, компенсаторну, профілактичну, а також лікувально-відновлювальну спрямованість. Як відзначає Б. Г. Шеремет, у дітей із порушенням зору через недостатність зорового контролю й аналізу за рухом відбувається зниження рухової активності, що призводить до труднощів у формуванні основних параметрів ходьби й, насамперед, у збереженні прямолінійності руху. За даними Л. С. Сековець, порушення прямолінійності під час ходьби пов'язані зі звуженням поля огляду через вимикання одного ока з акту зору в період оклюзії при косоокості, зниженні гостроти зору слабкозорих. Ще більші труднощі відчувають діти під час ходьби в обмеженому просторі (М. І. Земцова, Л. І. Плаксина). Відчуваючи зорові обмеження, діти все-таки спираються на зорову орієнтацію, тому ходьба характеризується більшою хвилеподібністю, а лінія руху в них наближається то до однієї сторони обмежень, то в окремих ділянках заходить за них, потім знову наближається ближче до вихідної. Усе це створює враження про ходьбу «зі сторони в сторону», що пов'язано з тим, що порушення стереоскопічного зору при монокулярному зорі ускладнює просторове орієнтування, створює плоске сприйняття простору.

Порушення ходьби в обмеженому просторі викликані й зниженням гостроти зору, тому що дитина з депривацією зору не може простежити й відтворити рух без помилок, які проявляються в порушеннях координації рук і ніг, неузгодженості дій правої й лівої рук. Цим пояснюється також те, що рука притиснута до тулуба або ж витягнута вперед для того, щоб визначити напрямок руху під час ходьби. У всіх видах ходьби в дітей виявлено неправильну постановку стопи. Більш ніж у 20 % дітей простежено паралельну постановку стоп, 40 % ставлять стопи носками всередину, тоді як у здорових однолітків відхилення в постановці стоп відзначаються в 15 % випадків. Своєрідність ходьби в дітей іноді викликана порушенням рівномірності під час ходьби. Рівномірність при ходьбі визначається довжиною кроку. Установлено, що з початку ходьби крок дітей більш рівномірний, ніж на наступних відрізках. Зниження прямолінійності, порушення рівноваги й координації, зорове стомлення викликають зниження довжини кроку. У дітей із порушенням зору довжина кроку під час ходьби у всіх вікових групах нижча за норму на 4–5 см.

Найбільш значущими у сфері АФВ компонентами просторової організації тіла дітей із послабленим зором молодшого шкільного віку стало проведене А. А. Дяченко дослідження, яке дало змогу визначити стан фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку з послабленим зором. Науковцем отримано цілком нові кількісні показники біогеометричного профілю постави дітей із послабленим зором. На основі отриманих даних автор визначив сколіотичну поставу у 22 % досліджуваних, круглоувігнуту спину – у 16 %, плоску – у 6 % та плоскоувігнуту – у 2 % дітей із послабленим зором [7].

Висновки. Аналіз літературних джерел засвідчив, що в дітей із депривацією зору простежено відставання в психофізичному розвитку; специфічні особливості фізичного розвитку можуть проявлятися й у різних порушеннях опорно-рухового апарату й постави, тобто в порушенні просторової організації тіла, порівняно з їхніми здоровими ровесниками. Звертаючи увагу на те, що визначення характеристик просторової організації тіла дітей молодшого шкільного віку з депривацією сенсорних систем – важливий чинник для формування рухових умінь і навичок, а також зважаючи на незначну кількість робіт із цього напрямку в досліджуваного контингенту, вивчення просторової організації тіла в процесі фізичного виховання є своєчасним і важливим та потребує детального опрацювання задля

подальшої корекції параметрів рухової сфери дитини й розроблення технології корекції її порушень, що буде перспективною подальших досліджень.

Джерела та література

1. Адаптивное физическое воспитание: авторская программа по лечебной физкультуре для детей с тяжелой зрительной патологией (начальная школа) : учебно-метод. пособие / сост. А. Н. Ростамовшвили. – СПб., 1997. – 43 с.
2. Аббасов М. Г. Развитие практической пространственной ориентации у учащихся вспомогательной школы : автореф. дис. ... канд. пед. наук. / М. Г. Аббасов. – М., 1978. – 161 с.
3. Азарян А. Р. Методика формирования правильной ходьбы и манеры движений у школьников с нарушением зрения / А. Р. Азарян // Физ. воспитание детей с нарушением зрения. – 2004 – № 5. – С. 10–16.
4. Балашова В. Ф. Компетентность специалиста по адаптивной физической культуре : монография / В. Ф. Балашова. – М. : Физ. культура, 2008. – 150 с.
5. Вопросы обучения и воспитания слепых и слабовидящих детей / под ред. А. Г. Литвака. – Л. : Медицина, 1981. – С. 39–41.
6. Демирчоглян Г. Г. Специальная физическая культура для слабовидящих школьников / Г. Г. Демирчоглян, А. Г. Демирчоглян. – М. : Сов. спорт, 2000. – 160 с.
7. Дяченко А. А. Корекція порушень постави дітей молодшого шкільного віку з пониженим зором засобами фізичного виховання : дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту за спец. : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / А. А. Дяченко. – К., 2010. – 190 с.
8. Ермаков В. П. Основы тифлопедагогтики: развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения : учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. / В. П. Ермаков, Г. А. Якунин. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 238 с.
9. Ростомашвили Л. Н. Концепция адаптивного физического воспитания детей младшего школьного возраста с сенсорными и множественными нарушениями / Л. Н. Ростомашвили // Адаптивная физическая культура. – 2008. – № 2 (34). – С. 7–12.
10. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре : учеб. пособие / авт.-сост. О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев ; под ред. С. П. Евсеева. – М. : Сов. спорт, 2005. – 269 с. : ил.

References

1. Rostamoshvili, A. N. (1997). *Adaptivnoe fizicheskoe vospitanie: avtorskaya programa po lechebnoy fizkulture dlya detey s tyazholoy zritel'noy patologiyey (nachalnaya shkola)* [Adaptive physical education: author program on curative physical culture for children with severe visual disorders (elementary school)]. Saint Petersburg.
2. Abbasov, M. G. (1978). *Razvitie prakticheskoy prost-ranstvennoy orientatsii u uchashchihshia vspomogatel'noy shkoly* [Development of practical spatial orientation of pupils of an auxiliary school] (PhD dissertation). Moscow.
3. Azaryan, A. R. (2004). *Metodika formirovaniya pravil'noy hodby i manery dvizheniy u shkolnikov s narusheniem zreniya* [Methodology of formation of the right walk and manner of movements of pupils with visual impairment]. *Fizicheskoe vospitanie detey s narusheniem zreniya*, 5, 10–16.
4. Balashova, V. F. (2008). *Kompetentnost spetsialista po adaptivnoy fizicheskoy kulture* [Competence of a specialist in adaptive physical culture]. Moscow: Fizicheskaya kultura.
5. Litvak, A. G. (1981). *Voprosy obucheniya i vospitaniya slepyh i slabovidiashchih detey* [Issues of education and upbringing of blind and visually impaired children]. Leningrad: Meditsina.
6. Demirchoglyan, G. G., Demirchoglyan, A. G. (2000). *Spetsial'naya fizicheskaya kultura dlya slabovidiashchih shkolnikov* [Special physical culture for visually impaired children]. Moscow: Sovetskiy sport.
7. Dyachenko, A. A. (2010). *Korektsiya porushen postav ditye molodshoho shkilnoho viku z ponyzhenym zorum zasobamy fizychnoho vykhovannia* [Correction of faults in posture of children of junior school age with reduced vision by means of physical education] (PhD dissertation). Kyiv.
8. Ermakov, V. P., Yakunin, G. A. (2000). *Osnovy tiflopedagogikik: razvitie, obuchenie i vospitanie detey s narusheniyami zreniya* [Basics of methods of teaching the blind: development, teaching and upbringing of children with visually impaired children]. Moscow: VLADOS.
9. Rostomashvili, L. N. (2008). *Kontseptsia adaptivnogo fizicheskogo vospitania detey mladshego shkol'nogo vozrasta s sensornymi i mnozhestvennymi narusheniyami* [Conception of adaptive physical education of children of junior school age with sensor and multiple deviations]. *Adaptivnaya fizicheskaya kultura*, 2 (34), 7–12.
10. Aksenova, O. E., Evseev, S. P. (2005). *Tehnologii fizkulturno-sportivnoy deyatel'nosti v adaptivnoy fizicheskoy kulture* [Technologies of physical cultural and sports activity in adaptive physical culture]. Moscow: Sovetskiy sport.

Інформація про авторів:

Демчук Світлана; <http://orcid.org/0000-0001-9484-4367>; d_sveta@ukr.net; Національний університет фізичного виховання і спорту України. вул. Фізкультури, 1, м. Київ, 03680, Україна.

Information about the Authors:

Demchuk Svitlana; <http://orcid.org/0000-0001-9484-4367>; d_sveta@ukr.net; National University of Physical Education and Sport of Ukraine; 1 Physical Culture Street, Kyiv, 03680, Ukraine.

Стаття надійшла до редакції 09.02.2016 р.