

## **МЕДИЧНІ НАУКИ**

**Корнич О.М.**

*студент,*

*Чернівецький національний університет*

### **ПРОГРАМА РАНЬОГО ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ Г. ДОМАНА, ЇЇ РОЛЬ У ЗБІЛЬШЕННІ ПОТЕНЦІАЛУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ**

В наш час багато дітей мають розлади психічного, мовленнєвого, фізичного розвитку і тому необхідно докласти максимум зусиль для профілактики та корекції порушень. Звичайно, можна заспокоїти батьків, що навчиться з часом, переросте. А от коли дитина часто падає, необережна та незграбна в рухах, занадто повільна або навпаки імпульсивна, що призводить до великої кількості травм щодня, коли на власне ім'я відсутня реакція, є страх погляду в очі з явищами агресії, спрямованої як на себе, так і на оточуючих, коли уникає однолітків і є помітним порушення соціалізації, комунікації тоді звичайного заспокоєння та очікування мало.

Здоров'я (за визначенням ВООЗ) – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не відсутність дефектів та фізичних вад. Потреба пізнавати світ формується з народження і основним завданням є не припинити її. Потреба є попередником функції. Хочу нагадати про дослід «кам'яне обличчя», Е. Тронік, 1989 р., що яскраво продемонстрував: після короткого ігрового контакту з емоційним піднесенням, при присутності одного з батьків, але емоційно відстороненого, недоступного, настає погіршення емоційного та соматичного стану у 3-місячних малюків (плач, смоктання пальців, слинотеча та гикавка). При відновленні ж гри гарний настрій до дитини повертався. Позитивним аспектом програми раннього фізичного розвитку Г. Домана є регулярний, якісний контакт батьків з дитиною з піднесенням, радісним емоційним фоном без примусу до занять. Бонусом для батьків стають успіхи дитини, збільшення кількості та обсягу вмінь маленького генія.

Існує 6 основних функцій, завдяки яким людина відрізняється від інших істот, і всі вони – продукт кори головного мозку:

1. Ходіння, біг, стрибки у вертикальному положенні, коли протилежні кінцівки рухаються разом.

2. Мовлення (здатність розуміти та використовувати штучної символічної знакової системи).

3. Письмо (мануальні навички).

4. Візуальні навички (читання).

5. Слухові навички (розуміння мовлення та походження різних звуків, інтонації).

6. Тактильні навички (здатність ідентифікувати об'єкти, не вдаючись до допомоги зору, смаку, запаху).

Саме ступінь засвоєння та користування дитиною цими шістьма навичками і визначає обдарованість, талановитість. Коли ж якась з вищеперерахованих функцій недорозвинена, то дитина потребує особливих умов розвитку та навчання. Кожна з цих функцій формується під контролем головного мозку та набуває більш досконалого рівня, проходячи 7 стадій дозрівання ЦНС (дуже важливим є забезпечити всі умови для того, щоб не пропустити жодного рівня організації навичок, щоб розвиток відбувався інтегровано):

– 0–2,5 міс. – Медулла (продовгуватий мозок);

– 2,5–7 міс. – Понс (міст мозку);

– 7–12 міс. – Середній мозок;

– 12–18 міс. – Початковий кортекс;

– 18–36 міс. – Ранній кортекс;

– 36–72 міс. – Первісний кортекс;

– Все подальше життя – Кора головного мозку.

Весь можливий розвиток дитини можна умовно розділити на 5 основних напрямків:

1. Фізичний. 2. Інтелектуальний. 3. Емоційний. 4. Соціальний. 5. Духовний.

Сенситивний період розвитку вестибулярного апарату перебуває в межах від 6 до 14 міс, а рухів та дій від 0 до 48 міс. За допомогою фізичних вправ відбувається стимуляція розвитку нервових зв'язків, що в свою чергу дає змогу дитині відчувати власне тіло, м'язи, суглоби, контролювати рівновагу, планувати рухи, концентрувати увагу, краще орієнтуватися в просторі, бути більш самостійною особистістю.

Вся програма раннього фізичного розвитку Г. Домана відбувається за трьома напрямками, – рухливість, мануальні навички, рівновага, – та здійснюється за трьома правилами: частота (кількість на весь час активного дня дитини), інтенсивність (з якою силою та потужністю виконується формування навичку), тривалість (необхідний час для заняття кожного дня до повного сформування навичку).

Г. Доман вводить поняття «контур розвитку», яке використовується для вимірювання здібностей та навичок дітей. Вимірюючи рівень розвитку всіх шести функцій, ми визначаємо нейрологічний вік і кожна мама може чітко визначити на якому шаблі розвитку, порівняно з середньостатистичними однолітками, перебуває її дитина, скільки часу та сил необхідно докласти для того, аби досягнути середньостатистичного рівня розвитку, та має можливість оцінити яка інтенсивність розвитку в різні вікові проміжки (розвиток відбувається швидше, повільніше чи з тією ж швидкістю, що і раніше).

Г. Доман та його співробітники (Філадельфійський інститут розвитку потенціалу людини) у своїй програмі раннього фізичного розвитку активно користуються поняттям «фізичний інтелект» (руховий і мануальний), для підвищення якого і створена програма.

Таблиця 1

**Руховий інтелект (схематично, скорочено),  
перехід від стадії I (медула) до стадії II (понс)**

Вік в тижнях	Руховий інтелект	Коментар
3	361	Світовий рекорд
4	271	Вам чудово все вдається
6	180	
8	135	
10	108	Продовжуйте з тим же ентузіазмом
<b>10,5 (74дні)</b>	<b>100</b>	<b>Середній рівень</b>
11	98	Надайте дитині більше можливостей рухатися
13	83	
14	77	Працюйте з більшим ентузіазмом
15	72	
16	67	Терміново необхідно давати дитині більше можливостей рухатися, рухатися, рухатися
20	54	
22	49	Необхідна допомога професіоналів, терміново!!!

Г. Доманом розроблені такі таблиці для кожної функції та стадії розвитку.

Фізичний інтелект визначається шляхом ділення середнього віку (вік, коли середньостатистична дитина досягає певного рівня розвитку навика) на біологічний вік дитини, і отриманий результат множимо на 100. Наприклад, 74 дні (середній вік, коли відбувається перехід від стадії медула до стадії понс) ділимо на 42 дні (вік, коли дитина здійснила необхідні навика, які свідчать, що цей перехід відбувся):  $74 : 42 = 1.8 * 100$ , тобто 180% (Все вдається чудово). Отже, важливість реалізації Програми раннього фізичного розвитку Г. Домана (Філадельфійського інституту розвитку потенціалу людини) полягає в тому, щоб:

– збільшити потенціал дитини, закладений природньо, не пропустити той найважливіший відрізок життя дитини, коли батьки під керівництвом спеціаліста зможуть використати всі природні задатки дитини та привчити її до активності, цілеспрямованості, організованості в усіх сферах, розвинути в дитині любов до розвитку, праці;

– отримувати величезне задоволення від декретної відпустки та початкових років життя, а також зрозуміти мізерну цінність побуту та екранів у порівнянні з маленькою особистістю, правильно розставити пріоритети, цікаво провести декретну відпустку, також розвиваючись;

– системі освіти – отримати покоління людей, котрі змалку звикли працювати, розвиватися та вдосконалюватися, отримуючи радість від роботи, для яких процес навчання буде легким та масштабним, прогресуючим;

– для системи охорони здоров'я це є дієвим засобом для профілактики та ранньої корекції різного роду порушень розвитку дитини.

### **Список використаних джерел:**

1. Доман Г. Гармоничное развитие ребёнка. Озон, 1996. 170 с.
2. Крановиц К.С. Разбалансированный ребёнок. Редактор, 2012. 396 с.
3. Беккер Э.Б., Стодли С.Дж. Расстройство аутистического спектра и мозжечок. Международный обзор нейробиологии. 2013. 113: 1–34. Epub 2013/12/03. doi: 10.1016/B978-0-12-418700-9.00001-0. PMID: 24290381.