

Алсуфьев Георгий Александрович
студент
Череповецкий государственный университет
Россия, г. Череповец
e-mail: gaalsufev@chsu.ru

Научный руководитель: Артеменков Алексей Александрович
кандидат биологических наук, доцент
Череповецкий государственный университет
Россия, г. Череповец

ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 8-12 ЛЕТ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА

Аннотация: В статье рассматривается проблема использования гимнастических упражнений для развития координационных способностей детей 8-12 лет с нарушением интеллекта. Автором проводится экспериментальное исследование, подкрепляющее все теоретические положения указанной темы.

Ключевые слова: умственная отсталость, нарушение интеллекта, координация, способности, дети, школа, развитие, упражнение, гимнастика.

Alsufiev Georgy Alexandrovich
student
Cherepovets State University
Russia, Cherepovets

Scientific adviser: Artemenkov Alexey Alexandrovich
candidate of biological sciences, associate professor
Cherepovets State University
Russia, Cherepovets

GYMNASTIC EXERCISES AS A MEANS OF DEVELOPING THE COORDINATION ABILITIES OF CHILDREN 8-12 YEARS OLD WITH INTELLECTUAL DISORDERS

Abstract: The article deals with the problem of using gymnastic exercises for the development of coordination abilities of children of 8-12 children with intellectual disabilities. The author conducts an empirical study that supports all the theoretical provisions of this topic.

Key words: mental retardation, intellectual disability, coordination, abilities, children, school, development, exercise, gymnastics.

В последние десятилетия увеличивается количество детей, имеющих нарушения интеллектуального развития. Частота умственной отсталости в экономически развитых странах, по данным всемирной организации здравоохранения, составляет 1-3 %. В то же время по данным отдельных регионах нашей страны, этот показатель составляет около 3 % от общего числа детей [2, 3].

Обучение и воспитание детей с умственной отсталостью, в том числе и физическое, – достаточно актуальная тема в практике теории и методики адаптивной физической культуры [1].

В связи с вышеизложенным, **цель** нашего исследования состоит в оценке эффективности гимнастических упражнений как средство развития координационных способностей детей 8-12 лет с нарушением интеллекта на уроках физической культуры.

Для решения поставленной цели исследования были определены следующие **задачи**:

1. На основании научно-методической литературы раскрыть современные подходы к развитию координационных способностей у детей с нарушением интеллекта
2. Оценить координационные способности детей 8-12 лет с нарушениями интеллекта
3. Разработать комплекс гимнастических упражнений, направленных на развитие координационных способностей школьников
4. Оценить эффективность воздействия комплекса гимнастических упражнений на уровень развития координационных способностей.

Объект исследования: процесс развития координационных способностей детей начальных классов коррекционной школы-интернат 8-12 лет с умственной отсталостью.

Предмет исследования: воздействие комплекса гимнастических упражнений для развития координационных способностей у детей 8-12 лет с нарушением интеллекта на уроках физической культуры.

Методы исследования: фиксированное наблюдение, констатирующий и формирующий эксперимент, биографический метод, изучение анамнестических данных, методы математической статистики.

Проблемная ситуация заключается в необходимости эффективного и активного использования разработанной методики занятий по адаптивному физическому воспитанию с использованием здоровьесберегающих технологий, направленных на развитие двигательной сферы детей 8-12 лет с умственной отсталостью, чему, в свою очередь мешает недостаточное количество разработанных методик, способствующих успешности данного процесса.

В качестве рабочей гипотезы предполагается, что разработанная методика позволит улучшить координационные способности детей 8-12 лет с умственной отсталостью будет способствовать улучшению показателей физических качеств.

Базой исследования выступило ГБОУ АО "Черевковская специальная (коррекционная) общеобразовательная школа- интернат" (школа VIII вида).

Научная новизна исследования заключается в том, что его результаты развивают и уточняют сложившиеся ранее научные представления и практические достижения в области использования эффективности гимнастических упражнений как средство развития координационных способностей детей 8-12 лет с нарушением интеллекта на уроках физической культуры.

Практическая значимость исследования заключается в том, что его результаты могут быть использованы учителями физической культуры коррекционных школ VIII вида.

Научная новизна: Разработан комплекс гимнастических упражнений, направленный на развитие координационных способностей и адаптированный для использования на занятиях физической культуры с детьми младшего

школьного возраста в условиях коррекционной школы-интернат с нарушением интеллекта.

Для изучения специфики развития координационных способностей детей 8-12 лет, нами было проведено эмпирическое исследование, в котором приняло участие 10 учащихся. Первая половина детей (5 человек) составили экспериментальную группу, а вторая половина – контрольная. Реализация гимнастических упражнений происходила только в экспериментальной группе.

Далее нами был реализован комплекс гимнастических упражнений в экспериментальной группе. Мы считаем, что данный комплекс позволил повысить уровень развития координационных способностей детей 8-12 лет с интеллектуальными нарушениями. Полное подтверждение данной гипотезы подтверждено после проведения контрольного этапа экспериментального исследования.

Для выявления координационных способностей после проведения контрольного этапа экспериментального исследования, нами были проведены следующие диагностические упражнения: метание мяча в цель с 6 метров, челночный бег, прыжки в длину, стойка на одной ноге, прыжки со скакалкой, прыжки на разметку, сгибание туловища из лежа на спине (кол-во раз за 30 с), бег на 30 метров, метание теннисного мяча, упор-присев-лежа, 6-минутный бег.

В экспериментальной группе среднее значение на указанным показателем 4,2 раз., 10,34 сек., 127 см., 33.2 сек., 28.6 раз, 2,2 см., 11 раз., 7,2 сек., 14 м., 13.5 сек., 846 м.

В контрольной группе аналогичные средние значения представлены следующими результатами 2,8 раз., 11,84 сек., 114 см., 47,8 сек., 23,8 раз., 4,8 см., 9,8 раз., 8,45 сек, 13,8 м., 15,1 сек., 738 м.

Таким образом, получено научное подтверждение применения данного коррекционно-развивающего комплекса физических упражнений на занятиях физической культуры у школьников с интеллектуальными нарушениями в условиях коррекционной школы 8 вида, способствует улучшению показателей координационных способностей.

Список литературы:

1. Федулов Б.А. Особенности социальной реабилитации лиц с ограниченными физическими возможностями на занятиях по адаптивной физической культуре // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2016. № 10-3 (64). С. 209-211.
2. Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура): сборник статей / под общ. ред. А.П. Ярошинской. Астрахань: Сорокин Р.В., 2016. 71 с.
3. Шамуратов С.Ф. Состояние проблемы физического воспитания детей с умственной отсталостью // Школа будущего. 2016. № 5. С. 168-172.