

Секция 4

**ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА**

УДК 796.011.3

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7440986>*Бойко Н.А.**ORCID: 0000-0002-7590-8924, канд. пед. наук**Иванова А.Г., Зелинская Е.В.**Сургутский государственный педагогический университет**г. Сургут, Россия***КОРРЕКЦИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ОБУЧАЮЩИХСЯ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЛЕГКОЙ УМСТВЕННОЙ
ОТСТАЛОСТЬЮ НА ОСНОВЕ ИГРОВОГО МЕТОДА**

Аннотация. В статье представлено обоснование игрового метода в коррекции развития физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью. Определены показатели развития физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью в процессе эксперимента. В процессе эксперимента была доказана эффективность представленных игровых компонентов, которые были включены в игровой метод для обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью.

Ключевые слова: игровой метод; коррекция физических качеств; обучающиеся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью

*Boyko N.A.**ORCID: 0000-0002-7590-8924, Ph.D.**Ivanova A.G., Zelinskaya E.V.**Surgut State Pedagogical University, Surgut, Russia***CORRECTION OF THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES
OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS WITH MILD MENTAL RETARDATION
ON THE BASIS OF THE GAME METHOD**

Abstract. The article presents the substantiation of the game method in the correction of the development of physical qualities of elementary school students with mild mental retardation. The indicators of the development of physical qualities of elementary school students with mild mental retardation in the course of the experiment. In the course of the experiment the effectiveness, the presented game components, which were included in the game method for elementary school age students with mild mental retardation was proved.

Keywords: game method; correction of physical qualities; primary school students with mild mental retardation

У обучающихся с отклонениями в умственном развитии медленнее происходит формирование двигательных действий, а также физических качеств, которые ребенок осваивает через игровую деятельность в учебном процессе. От того, как построен учебно-

воспитательный процесс через применение игровых заданий и упражнений зависит не только его физические показатели, но эмоциональные. Об этом свидетельствуют многочисленные публикации в научных исследованиях и программа физического воспитания (программы физической культуры), основы здорового образа жизни для этой категории обучающихся [2].

Реализация игрового метода в процессе физического воспитания, то это, в первую очередь, активизирует все компенсаторные чувства посредством игры, повысит интерес к занятиям физической культуры. С помощью групповых игр сформируются навыки культурного поведения, успешная их социально-бытовая ориентировка и адаптация в современных условиях жизни [1].

Цель исследования: экспериментально проверить эффективность игрового метода в коррекции развития физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью.

Задачи исследования:

1. Выявить показатели физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью.
2. Обосновать и внедрить игровой метод на уроке физической культуры для коррекции физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью и доказать его эффективность.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, методы тестирования физических качеств, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе КОУ «Сургутская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» в период с 2021 по 2022 гг.

В эксперименте приняли участие дети с легкой умственной отсталостью. Общее количество детей 14 человек в возрасте 7-8 лет.

В начале эксперимента определили показатели физических качеств у обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью. Результаты представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Сравнительный анализ показателей физических качеств у мальчиков экспериментальной и контрольной групп, n=4, в начале эксперимента

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	6.8	0.2	0.2	1.05	2.92	>0.05
	контрольная	6.9	0.17	0.17			
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	6.92	1.02	1.02	1.02	2.92	>0.05
	контрольная	7.95	0.08	0.08			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, (кол-во раз)	экспериментальная	8	2	2	-0.3	2.92	>0.05
	контрольная	8.5	0.8	0.8			
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	116.5	2.65	2.65	-1.69	2.92	>0.05
	контрольная	122.5	4.42	4.42			
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, (см)	экспериментальная	2	2	2	0.44	2.92	>0.05
	контрольная	0	4	4			

Таблица 2

Сравнительный анализ показателей физических качеств у девочек контрольной и экспериментальной групп, n=10, в начале эксперимента

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	7.3	0.87	0.43	0.69	1.85	>0.05
	контрольная	7	0.24	0.12		2.89	
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	7.9	1.5	0.75	1	1.85	>0.05
	контрольная	7.6	0.5	0.25		2.89	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, (кол-во раз)	экспериментальная	5.2	1.28	0.64	0.44	1.85	>0.05
	контрольная	3	1.71	0.85		2.89	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	108.2	10	5	-0.67	1.85	>0.05
	контрольная	113	10	5		2.89	
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, (см)	экспериментальная	5	1.28	0.64	-0.14	1.85	>0.05
	контрольная	5.2	2.14	1.07		2.89	

По полученным результатам таблиц 1-2, видим, что показатели развития физических качеств в экспериментальной и контрольной группах на констатирующем этапе эксперимента значимых различий не имеет, что говорит об однородности данных обследуемых (P>0,05). В данных результатах динамики не наблюдается.

В процессе эксперимента применяли подвижные игры, игровые задания, игровые упражнения и эстафеты.

В таблицах 3 и 4 представлен промежуточный эксперимент. Данное тестирование было проведено для того, чтобы проследить динамику показателей между констатирующим и формирующим экспериментами.

Таблица 3

Сравнительный анализ показателей физических качеств у мальчиков экспериментальной и контрольной групп, n=4, на промежуточном этапе

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	7.15	0.26	0.26	-0.28	2.92	>0.05
	контрольная	7.6	0.17	0.17		6.96	
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	7.5	0.76	0.7	-0.56	2.92	>0.05
	контрольная	8.45	1.5	1.5		6.96	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, (кол-во раз)	экспериментальная	4.5	1	1	-1.5	2.92	>0.05
	контрольная	6.5	0.88	0.88		6.96	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	109	2	2	-1.87	2.92	>0.05
	контрольная	114	1.76	1.76		6.96	
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, (см)	экспериментальная	1	0	0	0.5	2.92	>0.05
	контрольная	-1	4	4		6.96	

Таблица 4

Сравнительный анализ показателей физических качеств у девочек экспериментальной и контрольной групп, n=10, на промежуточном этапе

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	7.44	0.5	0.25	-0.5	1.85	>0.05
	контрольная	7.9	0.8	0.4		2.89	
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	7.5	0.32	0.16	-0.91	1.85	>0.05
	контрольная	8.29	0.8	0.4		2.89	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, (кол-во раз)	экспериментальная	3.6	1.77	0.88	2.1	1.85	<0.05
	контрольная	2.6	4	2		2.89	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	104.2	3.86	1.93	-0.46	1.85	>0.05
	контрольная	106.6	3.43	1.71		2.89	
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, (см)	экспериментальная	2.4	1.71	1	0	1.85	>0.05
	контрольная	2.4	3	1.5		2.89	

По полученным данным таблиц 3-4 видим, что на промежуточном этапе в экспериментальной и контрольной группах результаты изменились, показав отрицательную динамику. Но так же можно увидеть, что в тесте «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» появилась положительная динамика ($P < 0,05$), нежели в констатирующем эксперименте в данном тесте, который равен ($P > 0,05$).

По полученным данным промежуточного этапа исследования меняли условия в игровых заданиях для коррекции отстающих физических качеств.

В конце исследования провели формирующий эксперимент с целью подтверждения эффективности, предложенного игрового метода (см. табл. 5-6).

Таблица 5

Сравнительный анализ показателей физических качеств у мальчиков экспериментальной и контрольной групп формирующего экспериментов, n=4

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	6.3	0.4	0.4	1.05	2.92	>0.05
	контрольная	6.65	0.3	0.3		6.96	
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	6.13	0.27	0.27	0.76	2.92	>0.05
	контрольная	6.7	0.71	0.71		6.96	
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз)	экспериментальная	11	2	2	0.7	2.92	>0.05
	контрольная	13.5	3	3		6.96	
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	125.5	5	5	0.06	2.92	>0.05
	контрольная	126	6	6		6.96	
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, м	экспериментальная	5.5	1	1	0.7	2.92	>0.05
	контрольная	4	2	2		6.96	

Таблица 6

Сравнительный анализ показателей физических качеств у девочек экспериментальной и контрольной групп формирующего эксперимента, n=10

Показатели	Группы	\bar{X}	σ	m	t _{факт}	t _{крит}	P
Бег 30 м (с)	экспериментальная	6.68	0.24	0.12	0.36	1.85	>0.05
	контрольная	6.6	0.38	0.19			
Смешанное передвижение на 1000 м (мин. с.)	экспериментальная	6.8	0.6	0.3	0.83	1.85	>0.05
	контрольная	7.2	0.15	0.1			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (количество раз)	экспериментальная	8.2	2.4	1.2	2	1.85	<0.05
	контрольная	5.4	2	1			
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	экспериментальная	117	7	3.5	0.7	1.85	>0.05
	контрольная	120.2	6	3			
Наклон вперед стоя на гимнастической скамье, см.	экспериментальная	9	2.14	1.07	0.25	1.85	>0.05
	контрольная	8.4	3.5	1.75			

По полученным данным таблиц 5 и 6, видим, что на формирующем этапе в экспериментальной группе результаты изменились, показав положительную динамику, хотя и в контрольной есть небольшая динамика.

На уроках физической культуры, для коррекции физических качеств обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью, был обоснован и внедрен игровой метод в учебный процесс. Данный метод включил в себя четыре формы:

- подвижные игры
- игровые задания
- игровые упражнения
- эстафеты.

Сравнительный анализ показателей физических качеств экспериментальной и контрольной группы за весь период эксперимента показал, что в данных группах во всех оценочных тестах появилась положительная динамика. Полученные результаты двух этапов были обработаны с помощью математической статистики, которая доказала эффективность игрового метода в коррекции развития физических качеств у обучающихся младшего школьного возраста с легкой умственной отсталостью.

Литература

1. Алиева А.З., Бойко Н.А. Игровые технологии на уроках физической культуры у обучающихся с нарушением зрения // Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма, психологического сопровождения и оздоровления различных категорий населения. Сургут, 2020. С. 42-50.
2. Тимошенко Г.Ю. Использование игровых технологий на уроках в рамках реализации Федерального государственного образовательного стандарта // Школьная педагогика. 2019. №3(16). С. 6-8.