

УДК 796.011

DOI 10.5930/1994-4683-2026-7-140-147

Применение танцевальных упражнений в процессе развития координационных способностей дошкольников со сложным дефектом

Заходякина Кристина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент

Лямкина Екатерина Владимировна

Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Цель исследования – изучение влияния разработанного комплекса танцевальных упражнений на развитие координационных способностей дошкольников 5–7 лет со сложным дефектом.

Методы и организация исследования. В процессе исследования были применены анализ литературных источников, нормативно-правовых актов и выписок из медицинской документации, тестирование (оценивали уровень развития способностей к ориентированию в пространстве, к сохранению динамического равновесия, а также к упорядоченным и согласованным движениям тела и его частей), методы математико-статистической обработки данных с использованием критерия Уилкоксона для связанных выборок. В педагогическом эксперименте приняли участие пять дошкольников с сочетанием нарушений зрения и интеллекта, которые в течение шести недель занимались по утвержденной программе дошкольного образования, дополненной разработанным комплексом танцевальных упражнений.

Результаты исследования и выводы. Выявлено, что использование в процессе адаптивного физического воспитания танцевальных упражнений и составленных из них танцевальных связок оказывает положительное влияние на развитие координационных способностей дошкольников 5–7 лет с сочетанием нарушений зрения и интеллекта.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, дошкольники со сложным дефектом, сочетание нарушений зрения и интеллекта, координационные способности, танцевальные упражнения

Для цитирования: Заходякина К. Ю., Лямкина Е. В. Применение танцевальных упражнений в процессе развития координационных способностей дошкольников со сложным дефектом. DOI 10.5930/1994-4683-2026-7-140-147 // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2026. № 7 (257). С. 140–147.

The use of dance exercises in developing coordination abilities in preschoolers with multiple disabilities

Zakhodyakina Kristina Yurevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Lyamkina Ekaterina Vladimirovna

Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

The purpose of the study is to investigate the influence of the developed set of dance exercises on the development of coordination abilities in preschoolers aged 5–7 years with multiple disabilities.

Research methods and organization. In the course of the study, an analysis of literary sources, regulatory legal acts and extracts from medical documentation, as well as testing (assessing the level of ability to orient in space, to maintain dynamic balance, and to perform ordered and coordinated movements of the body and its parts) and methods of mathematical and statistical data processing using the Wilcoxon test for related samples were used. Five preschoolers with combined visual and intellectual impairments took part in the pedagogical experiment and were engaged for six weeks in the approved preschool education program, supplemented with the developed set of dance exercises.

Research results and conclusions. It was revealed that the use of dance exercises and dance sequences composed of them in the process of adaptive physical education has a positive effect on the development of coordination abilities in preschoolers aged 5–7 years with combined visual and intellectual impairments.

Keywords: adaptive physical education, preschoolers with multiple disabilities, combined visual and intellectual impairments, coordination abilities, dance exercises

For citation: Zakhodyakina K. Y., Lyamkina E. V. (2026), "The use of dance exercises in developing coordination abilities in preschoolers with multiple disabilities", *Scientific notes of P.F. Lesgaft university*, No 7 (257), pp. 140–147, DOI 10.5930/1994-4683-2026-7-140-147.

Введение. Категория детей с двумя и более первичными нарушениями в структуре дефекта является одной из наиболее многочисленных, что подтверждается увеличением количества организаций, реализующих адаптированные образовательные программы для лиц со сложным дефектом [1]. Тем не менее, последние достоверные данные о численности лиц со сложным дефектом были зафиксированы Детским фондом Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ) в 2021 году, что объясняется остаточным явлением длительной изоляции данной группы.

В соответствии с определением, принятым в Российской Федерации, сложный дефект представляет собой любое сочетание психических и (или) физических недостатков, подтвержденных в установленном порядке [2]. Своеобразие индивидуальных маршрутов развития детей со сложным дефектом, обусловленное влиянием сразу нескольких первичных нарушений, отягощающих общее состояние, делает невозможным рассмотрение детей данной группы в рамках других нозологических групп.

В контексте адаптивного физического воспитания детей со сложным дефектом особое внимание уделяется процессу развития координационных способностей во многом по причине того, что эффективность выполнения двигательных действий любого уровня сложности предполагает последовательное и согласованное сочетание движений тела и его частей [3].

Важно отметить, что результативность образовательного процесса определяется не только качеством разработки и реализации адаптированных образовательных программ на отдельной ступени образования, но и логической последовательностью и взаимосвязанностью этапов индивидуального образовательного маршрута. С целью наиболее раннего формирования компенсаторных механизмов, процесс развития координационных способностей требует начала на этапе дошкольного образования, поскольку своевременное начало педагогических воздействий повышает потенциальные возможности формирования у детей со сложным дефектом социально-бытовых навыков и позволяет создать условия для дальнейшей социальной адаптации ребенка.

Существующие методики адаптивного физического воспитания, разработанные преимущественно для детей с одним первичным нарушением, трудно применимы по отношению к детям со сложным дефектом в связи с тем, что сочетание нарушений в структуре сложного дефекта не рассматривается в виде простой суммации отдельных дисфункций [4].

В качестве одного из перспективных направлений, входящих также в структуру Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ФАОП ДО для обучающихся с ОВЗ), рассматривается включение в образовательный процесс танцевальных упражнений как одного из средств развития координационных способностей.

За рубежом танцевальная деятельность уже более полувека рассматривается как эффективное средство воздействия на двигательную сферу лиц с отклонениями в состоянии здоровья. В свою очередь, в России этот вид двигательной активности начал набирать популярность в аналогичном контексте сравнительно недавно [5]. Накопленный за последние три десятилетия опыт в области адаптивной

физической культуры позволяет говорить о комплексном воздействии танцевальных упражнений на координационные способности детей со сложным дефектом и их двигательную и эмоциональную сферы в целом [6, 7].

Тем не менее, несмотря на научное обоснование эффективности применения танцевальных упражнений в отношении моторного, когнитивного и эмоционального развития детей со сложным дефектом, музыкально-ритмическая деятельность по-прежнему занимает крайне незначительное место в системе адаптивного физического воспитания дошкольных и общеобразовательных организаций.

Диссонанс между доказанной эффективностью средств танца и их незначительной практической реализацией обусловлен двумя основными факторами: структурным многообразием сочетаний нарушений и недостаточным количеством специалистов в области специальной педагогики и адаптивной физической культуры, владеющих хореографической базой. По этой причине упражнения под музыкальное сопровождение включены в процесс адаптивного физического воспитания дошкольников со сложными нарушениями развития по большей части в виде отдельных элементов, преимущественно рекреационной направленности.

В связи с этим становится актуальной разработка и внедрение в процесс адаптивного физического воспитания комплекса танцевальных упражнений, направленного на развитие координационных способностей и учитывающего особые образовательные потребности дошкольников со сложным дефектом.

Методика и организация исследования. Практическая часть настоящего исследования предполагала проведение педагогического эксперимента, в рамках которого была сформирована экспериментальная группа (ЭГ) из пяти дошкольников 5–7 лет со сложным дефектом. У четырех обучающихся сложный дефект обусловлен сочетанием нарушений зрения и интеллекта различных степеней тяжести, у одного обучающегося – сочетанием нарушений зрения, интеллекта и речи.

В соответствии с расписанием занятий и организацией образовательной деятельности учреждения, занятия по физическому воспитанию проводились 2 раза в неделю по 25 минут в течение шести недель. Экспериментальная разработка была включена в подготовительную и основную части занятия по физической культуре.

В процессе исследования были использованы анализ литературных источников и нормативно-правовых актов, анализ выписок из медицинской документации, метод тестирования, педагогический эксперимент и метод математико-статистической обработки данных.

Метод тестирования включал исследование состояния развития четырех компонентов координационных способностей, наиболее часто проявляющихся в процессе игровой и социально-бытовой деятельности ребенка.

Способность к ориентированию в пространстве оценивалась с помощью двух тестов: «Отклонение от прямой линии» – в данном случае оценивалась способность ориентироваться в замкнутом пространстве посредством подсчета сбитых кеглей [8]; и «Умение ориентироваться в пространстве на основе локализации звукового сигнала», в ходе которого оценивалась точность локализации звукового сигнала [8]. Для оценки уровня развития динамического равновесия был выбран тест «Передвижение по ограниченной опоре с заданием», разработанный для лиц с нарушением зрения, но наиболее оптимальный применительно к лицам со сложным дефектом. Ребенку предлагалось пройти до конца скамьи, выполнить поворот на 180 градусов и вернуться обратно по скамье, руки в стороны [9]. Согласованность движений оценивалась в ходе проведения тестового задания «Лазание по гимнастиче-

ской стенке переменным способом» [10]. Каждый из четырех тестов, являясь адаптированным для детей с комплексными нарушениями развития, предполагает качественную систему оценивания в баллах.

С целью установления взаимосвязи между показателями до и после проведения педагогического эксперимента и оценки влияния предложенной экспериментальной разработки было произведено сравнение данных, полученных до и после проведения педагогического эксперимента. Обработка результатов осуществлялась с использованием критерия Уилкоксона для связанных выборок и статистического пакета Statgraphics Centurion 18.

В образовательной области «Физическое развитие» ФАОП ДО для обучающихся с ОВЗ представлено 16 направлений работы, связанных с развитием координационных способностей у дошкольников и применимых для обучающихся со сложным дефектом. На основании преобладающего проявления координационных способностей указанные направления объединены в четыре классификационные единицы: развитие статодинамического равновесия; согласование движений (в том числе с музыкальным ритмом); развитие пространственной ориентировки; выполнение последовательности двигательных действий.

Из изложенного следует, что целью разработанного экспериментального комплекса танцевальных упражнений является комплексное развитие специфических проявлений координационных способностей – динамического равновесия, пространственной ориентировки, способности к согласованным и упорядоченным движениям тела и его частей – у дошкольников 5–7 лет со сложным дефектом (дети с сочетанными нарушениями зрения и интеллекта).

В результате учета возрастных особенностей дошкольников, отличительных характеристик психических процессов, физической подготовленности и индивидуальной особенностей развития детей ЭГ, а также выделенных направлений работы по развитию координационных способностей, был разработан экспериментальный комплекс танцевальных упражнений.

Для оптимальной организации танцевальные упражнения разработанного комплекса были разделены на четыре блока, внутри каждого из которых упражнения подразделяются на три уровня сложности (табл. 1).

В процессе разучивания танцевальных упражнений общими для всех блоков являются ключевые методические приемы работы с детьми со сложным дефектом, выделенные Л. Н. Ростомашвили [2]:

- полное физическое сопровождение или частичное участие в деятельности ребенка;
- дистанционное управление действиями обучающегося;
- поощрение и стимулирование двигательной активности.

Для упражнений каждого из четырех блоков и танцевальных связок предлагается использование музыкального сопровождения с размером 4/4 и отчетливо выраженным акцентом на первой доле такта. Ритмическое и звуковое сопровождение усиливает эффект от выполнения предложенных танцевальных движений за счет создания дополнительного пространственно-временного ориентира, облегчающего своевременное начало и завершение движения.

Упражнения одного блока, вне зависимости от уровня сложности, подчинены общей задаче, что позволяет производить коррекцию планирования в соответствии с текущим состоянием занимающихся. Кроме того, такая организация комплекса предоставляет возможность искусственного создания для ребенка ситуации успеха в период его снижения интереса к виду двигательной активности.

Таблица 1 – Содержание разработанного экспериментального комплекса танцевальных упражнений

Блок № 1	Блок № 2	Блок № 3	Блок № 4
Упражнения для развития координации движений рук и корпуса	Упражнения для развития координации движений ног	Упражнения с перемещением в пространстве	Упражнения в партере
Раздельные движения руками в положении стоя	Простые движения ногами и простые переносы веса тела	Простейшие перемещения в пространстве (в стороны, вперёд и назад)	Базовые движения ногами в положении сидя
Согласованные движения руками и корпусом с включением ритмического рисунка	Сочетание движений ног с переносом веса тела в неустойчивых положениях	Последовательность перемещений с включением рук, сменой ритма	Базовые перемещения и смены положений тела в партере
Последовательность асимметричных двигательных действий руками и корпусом	Сложнокоординационные движения ногами	Сложнокоординационные перемещения с поворотами и одновременной работой рук	Сложные перемещения в партере с перекатами и сменой опорных поверхностей
Танцевальные связи			
Включающие упражнения базового уровня сложности из разных блоков	Включающие упражнения различных уровней сложности в рамках одного блока	Включающие упражнения различных уровней сложности из разных блоков	

Примечание: переход от одного уровня сложности к следующему осуществляется при соблюдении трёх условий: самостоятельное выполнение упражнений, сохранение стабильного темпа, отсутствие грубых ошибок.

Разработанный экспериментальный комплекс танцевальных упражнений выступает в роли конструктора, обеспечивающего возможность комбинирования средств в соответствии с выделенными направлениями развития координационных способностей, задачами конкретного занятия и текущим состоянием занимающихся.

Результаты исследования. Перед началом и по окончании шестинедельного педагогического эксперимента было проведено определение уровня развития координационных способностей дошкольников с сочетанием нарушений зрения и интеллекта, в результате чего была зафиксирована положительная динамика (табл. 2). Таблица 2 – Показатели развития координационных способностей у дошкольников ЭГ (n=5) до и после применения экспериментальной разработки, балл

Тестовое задание	Этап обследования	M±m	Статистический вывод
Отклонение от прямой линии	До эксперимента	2,40±0,24	P<0,05
	После эксперимента	3,60±0,24	
Умение ориентироваться в пространстве на основе локализации звукового сигнала	До эксперимента	1,40±0,24	P>0,05
	После эксперимента	1,80±0,20	
Передвижение по ограниченной опоре с заданием	До эксперимента	2,60±0,24	P<0,05
	После эксперимента	3,60±0,24	
Лазанье по гимнастической стенке переменным способом	До эксперимента	2,60±0,24	P>0,05
	После эксперимента	3,20±0,20	

Специфика изучаемого контингента, а также неравномерность коррекционно-развивающего воздействия, связанная с разным количеством посещенных занятий по адаптивной физической культуре, делают некорректным сравнение исключительно среднegrupповых показателей. В связи с этим, для более информативного изучения влияния разработанного комплекса был проведен анализ индивидуальных результатов детей экспериментальной группы.

В ходе анализа результатов тестирования способности к ориентированию в замкнутом пространстве у каждого из дошкольников было зафиксировано положительное изменение (рис. 1). Выраженный прирост зафиксирован у ребенка с исходно низким исследуемым показателем и относительно более сохранным интеллектом, тогда как у остальных участников эксперимента отмечена умеренная положительная динамика. Подобная тенденция позволяет предположить, что темпы развития координационных способностей у данной категории могут определяться степенью сохранности интеллектуальных способностей.

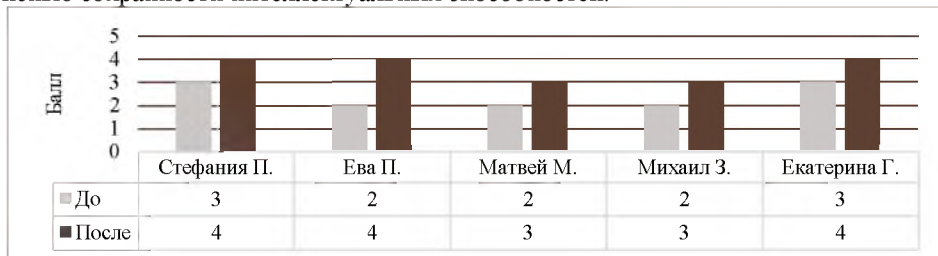


Рисунок 1 – Индивидуальная динамика развития способности к ориентированию в замкнутом пространстве у дошкольников ЭГ до и после эксперимента

Положительная динамика показателя, характеризующего состояние развития пространственной ориентировки с опорой на звуковой сигнал, зафиксирована у двоих детей, у троих показатель не изменился (рис. 2). Отсутствие динамики может объясняться особенностями самого тестового задания, которое требует достаточно высокого уровня развития слухового восприятия и способности дифференцировать источник звука в пространстве, либо более грубыми органическими поражениями отделов головного мозга, отвечающих за переработку слуховой информации, что предполагает необходимость дальнейшей индивидуализации приёмов обучения.

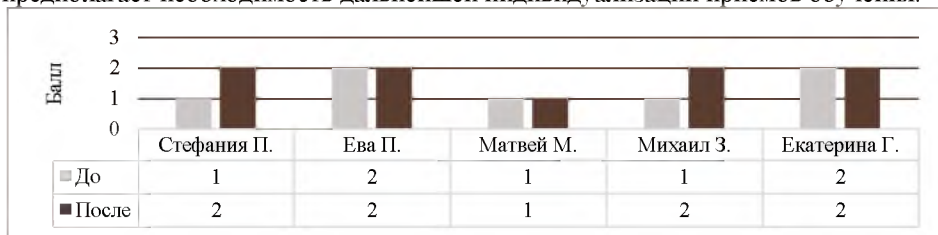


Рисунок 2 – Индивидуальная динамика развития способности ориентироваться в пространстве на основе локализации звукового сигнала у дошкольников ЭГ до и после эксперимента

В результате анализа индивидуальной динамики уровня развития способности к сохранению динамического равновесия выявлено увеличение его численного значения у четырех дошкольников. Единственный ребёнок, не показавший улучшений, имеет три первичных нарушения в структуре сложного дефекта (рис. 3). Стабилизация показателя в этом случае может быть рассмотрена как положительный промежуточный результат, требующий продолжения коррекционно-развивающего воздействия и проведения повторного тестирования.

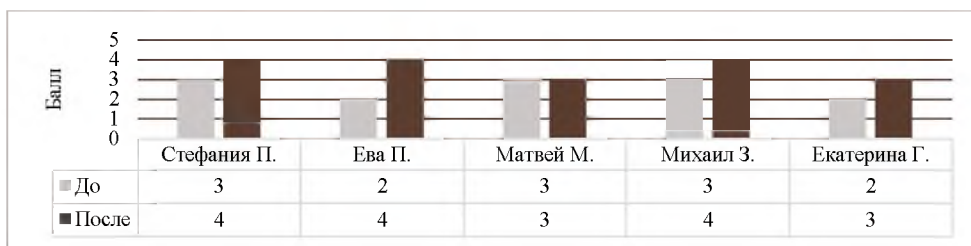


Рисунок 3 – Индивидуальная динамика развития способности к сохранению динамического равновесия у дошкольников ЭГ до и после эксперимента

В тесте «Лазание по гимнастической стенке» трое дошкольников показали прирост на 1 балл, у двоих показатель не изменился (рис. 4). Отсутствие динамики может быть обусловлено недостаточной сформированностью, вплоть до полного отсутствия, представлений о схеме собственного тела, а также страхом выполнения заданий на гимнастической стенке, возникающим из-за отсутствия контакта с устойчивой поверхностью.

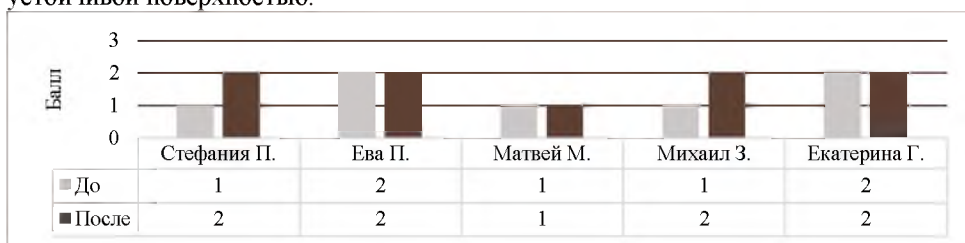


Рисунок 4 – Индивидуальная динамика развития способности к согласованным и упорядоченным движениям тела и его частей у дошкольников ЭГ до и после эксперимента

Выводы. Таким образом, полученные данные подтверждают, что применение экспериментального комплекса танцевальных упражнений оказывает положительное влияние на развитие координационных способностей у дошкольников 5–7 лет со сложным дефектом. Неоднородность изменений и отсутствие достоверных различий в двух из четырех тестах могут быть объяснены относительной непродолжительностью коррекционно-развивающего воздействия. В связи с этим, отсутствие отрицательной динамики рассматривается как промежуточный положительный результат, требующий увеличения продолжительности внедрения экспериментальной разработки в процесс адаптивного физического воспитания детей со сложным дефектом.

Список источников

- 1 Доклад о результатах комплексного анализа системы общего и дополнительного образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья : в рамках исполнения поручения Президента РФ по итогам заседания Совета при Президенте РФ по развитию гражданского общества и правам человека 10 декабря 2024 г. № Пр-248 от 07.02.2025 г. Москва : Институт коррекционной педагогики, 2025. 46 с. URL: <https://contact-autism.ru/new/wp-content/uploads/2025/06/ikp-doklad-prezidentu-.pdf?ysclid=mpelwlp82o371626810> (дата обращения: 18.05.2026).

References

- 1 Institute of Correctional Pedagogy (2025), "Report on the results of a comprehensive analysis of the system of general and additional education for students with disabilities", as part of the execution of the instruction of the President of the Russian Federation following the meeting of the Presidential Council for the Development of Civil Society and Human Rights on December 10, 2024 No. Pr-248 dated 02/07/2025, Moscow, 46 p., URL: <https://contact-autism.ru/new/wp-content/uploads/2025/06/ikp-doklad-prezidentu-.pdf?ysclid=mpelwlp82o371626810> (date of request: 05/18/2026).

- 2 Ростомашвили Л. Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития. Москва : Советский спорт, 2015. 164 с. ISBN 978-5-9718-0776-6. EDN VRTCPR.
- 3 Матвеева Д. В., Пушкина В. Н. Развитие координационных способностей у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : сборник статей по материалам XIII научно-практической конференции с международным участием, Москва, 21 апреля 2023 года. Москва : Московский гор. пед. ун-т, 2023. С. 215–219. EDN SDHMP.
- 4 Специальная психология / под ред. Л. М. Шипициной. Москва : Юрайт, 2016. 287 с. ISBN 978-5-534-02326-8. EDN GFWQFU.
- 5 Николаева К. И. Исторические аспекты развития танцевальной двигательной терапии в работе с лицами с депривацией зрения // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2015. № 3 (121). С. 93–97. EDN TPCPCV.
- 6 Клезович О. В. Концептуальные подходы к организации музыкально-ритмической деятельности детей с тяжелыми множественными нарушениями развития // Вестник Белорусского гос. пед. университета. Серия 1. Педагогика. Психология. Филология. 2012. № 1 (71). С. 10–14. EDN: SENTKZ.
- 7 Мясникова Л. В. Коррекция физического развития детей, имеющих комплексные нарушения, средствами музыкально-двигательной терапии // Конфликты в современном мире: международное, государственное и межличностное измерение : материалы V Междунар. науч. конф., Саратов, 08 апреля 2016 года. Москва : Изд-во «Перо», 2016. С. 762–765. EDN: WHLIND.
- 8 Ростомашвили Л. Н., Иванов А. О. Комплексная диагностика развития детей со сложными нарушениями. Санкт-Петербург : Институт специальной педагогики и психологии, 2012. 158 с. ISBN 978-5-8179-0155-9.
- 9 Николаева К. И. Использование элементов рок-н-ролла в развитии специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2016. 22 с. EDN ZQAWSD.
- 10 Скрибина И. Д. Методика контроля в адаптивном физическом воспитании детей 5–6 лет с задержкой психического развития // Физическое воспитание и спортивная тренировка. 2014. № 3 (9). С. 59–63. EDN TENDRD.
- 2 Rostomashvili L. N. (2015), “Adaptive physical culture in working with people with complex (complex) developmental disorders”, Moscow, Soviet Sport, 164 p., ISBN 978-5-9718-0776-6.
- 3 Matveeva D. V., Pushkina V. N. (2023), “Development of coordination abilities in children with severe multiple developmental disabilities”, *Innovative technologies in sports and physical education of the younger generation*, A collection of articles based on the materials of the XIII scientific and practical conference with international participation, Moscow, April 21, 2023, Moscow, Moscow City Pedagogical University, pp. 215–219.
- 4 Shipitsina L. M. (ed.) (2016), “Special psychology”, Moscow, Yurait Publishing House, 287 p., ISBN 978-5-534-02326-8.
- 5 Nikolaeva K. I. (2014), “Historical aspects of the development of dance movement therapy in working with people with visual deprivation”, *Scientific notes of the P. F. Lesgaft University*, No. 3 (121), pp. 93–97.
- 6 Klezovich O. V. (2012), “Conceptual approaches to the organization of musical and rhythmic activities of children with severe multiple developmental disorders”, *Bulletin of the Belarusian State Pedagogical University. Series 1. Pedagogy. Psychology. Philology*, No. 1 (71), pp. 10–14.
- 7 Myasnikova L. V. (2016), “Correction of the physical development of children with complex disorders by means of musical and motor therapy”, *Conflicts in the modern world: international, state and interpersonal dimension*, Proceedings of the V International Scientific Conference, Saratov, April 08, 2016, Moscow, Pero Publishing House, pp. 762–765.
- 8 Rostomashvili L. N., Ivanov A. O. (2012), “Comprehensive diagnostics of the development of children with complex disorders”, St. Petersburg, Institute of Special Pedagogy and Psychology, 158 p., ISBN 978-5-8179-0155-9.
- 9 Nikolaeva K. I. (2016), “The use of rock'n'roll elements in the development of specific coordination abilities of younger schoolchildren with visual deprivation”, abstract of dis., St. Petersburg, 22 p.
- 9 Scriabina I. D. (2014), “Methods of control in adaptive physical education of children aged 5–6 years with mental retardation”, *Physical education and sports training*, No. 3 (9), pp. 59–63.

Информация об авторах: Захорякина К.Ю., доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, ORCID: 0000-0001-9510-9831, SPIN-код: 1923-0940. Лямкина Е. В., SPIN-код: 3353-5538. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 31.05.2026.

Принята к публикации 21.06.2026.