

УДК 373.879.6

**Применение компьютерных технологий на уроках физической культуры  
в начальной школе в инклюзивных классах**

**Стрелкова Наталья Михайловна<sup>1</sup>**

**Федорова Наталья Игоревна<sup>2</sup>**, доктор педагогических наук, доцент

<sup>1</sup>*Средняя школа № 40, Смоленск*

<sup>2</sup>*Смоленский государственный университет спорта, Смоленск*

**Аннотация.** Учебный процесс в общеобразовательных школах в последние годы претерпевает серьезные изменения, повсеместно внедряются цифровые технологии. В статье описана методика проведения урока физической культуры в начальной школе с применением компьютерных технологий. Представлены ее структура, методические приемы, схема проведения уроков физической культуры в течение недели и схема построения урока по экспериментальной методике. Инновационным является применение видео-блоков в основной части урока физической культуры. Анализ представленного материала позволяет увидеть возможность реализации педагогического процесса.

**Ключевые слова:** физическая культура, компьютерные технологии, задержка психического развития, младший школьный возраст.

**The use of computer technologies in physical education lessons in primary school  
in inclusive classes**

**Strelkova Natalya Michailovna<sup>1</sup>**

**Fedorova Natalya Igorevna<sup>2</sup>**, doctor of pedagogical sciences, associate professor

<sup>1</sup>*Secondary school No. 40, Smolensk*

<sup>2</sup>*Smolensk State University of Sports, Smolensk*

**Abstract.** The educational process in general education schools has undergone significant changes in recent years, with digital technologies being widely implemented. The article describes the methodology of conducting a physical education lesson in primary school using computer technologies. It presents its structure, teaching techniques, a weekly schedule for physical education lessons, and a scheme for implementing experimental methods. The innovative aspect is the use of video blocks in the main part of the physical education lesson. The analysis of the presented material allows us to see the possibility of implementing the pedagogical process.

**Keywords:** physical education, computer technology, delayed mental development, primary school age.

**ВВЕДЕНИЕ.** В последние десятилетия в России особое внимание уделяется детям с ограниченными возможностями здоровья. От своевременной, правильной и полноценной реабилитации зависит их интеграция в общество. Физическая культура играет немаловажную роль в данном процессе [1].

У детей с задержкой психического развития (ЗПР) наблюдается отставание в физическом развитии, отсутствие владения техникой основных видов движений, недостаточность двигательных качеств, а также несовершенство мелкой моторики рук. Поэтому в программах воспитания и обучения детей с ЗПР, а также в методических рекомендациях по проведению коррекционной работы с данной категорией занимающихся, необходимо проводить специальные мероприятия, направленные на укрепление и охрану здоровья, развитие и коррекцию общей и мелкой моторики, развитие зрительно - моторной координации [2, 3].

В современной системе образования все больше внедряются новые технологии, совершенствуются средства работы с детьми, чтобы занятия были более интересными и доступными, особенно если это касается занятий с обучающимися с ограниченными возможностями. Компьютерные технологии внедряются, в том

числе, в сферу физической культуры и спорта, и благодаря яркому привлекательному дизайну и доступному интерфейсу возможно обеспечить новаторский подход в процессе обучения [1].

**ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ** – разработать и теоретически обосновать методику применения компьютерных технологий на уроках физической культуры у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** В рамках научной деятельности проводилась разработка и обоснование экспериментальной методики проведения урока физической культуры с применением компьютерных технологий в начальной школе для детей с ЗПР, структура которой представлена на рисунке 1.

Методика проведения уроков физической культуры младших школьников с ЗПР, с применением компьютерных технологии	
<b>Цель методики</b> занятий по ФВ - коррекция психофизического состояния и содействие социальной адаптации младших школьников с ЗПР.	
Общие задачи	
<ul style="list-style-type: none"> <li>укрепление здоровья;</li> <li>расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>содействие гармоничному физическому развитию;</li> <li>воспитание устойчивого интереса и привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями</li> </ul>
Специальные задачи	
<ul style="list-style-type: none"> <li>профилактика соматических нарушений, повышение двигательной активности;</li> <li>укрепление ОДА;</li> <li>постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных; возможностей физиологических систем организма;</li> <li>повышение функциональных резервов организма посредством занятий с компьютерной технологией.</li> </ul>	
Принципы физического воспитания	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Принцип единства диагностики и коррекции</li> <li>Принцип индивидуализации</li> <li>Принцип вариативности</li> </ul>	
Организационно-методические условия успешной организации занятий по физическому воспитанию младших школьников с ЗПР	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Создание условий для активного включения обучающихся в физкультурную деятельность за счет применения компьютерной технологии.</li> <li>Выбор средств, которые обеспечивают комплексное воздействие на физическую и психическую сферу обучающихся.</li> <li>Обеспечение индивидуального подхода к обучающимся на основе учета их индивидуальных особенностей.</li> </ul>	
Критерии эффективности экспериментальной методики	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Степень тревожности</li> <li>Уровень здоровья</li> <li>Физическое развитие</li> <li>Физическая подготовленность</li> </ul>	

Рисунок 1 – Методика проведения уроков физической культуры младших школьников с ЗПР с применением компьютерной технологии

Представленный рисунок иллюстрирует единство составляющих педагогического процесса: цели, задач и принципов физического воспитания младших школьников.

Поставленная цель экспериментальной методики решается при помощи общих и специальных задач.

Задачи адаптивного физического воспитания обучающихся начальной школы с ЗПР решались комплексно, одновременно воздействуя на их двигательную и психическую сферы.

Подбор средств при построении методики физического воспитания младших школьников с ЗПР основывался на следующих основных принципах:

Принцип единства диагностики и коррекции. Для повышения эффективности процесса физического воспитания необходимо хорошо знать особенности протекания основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, показаний и противопоказаний к различным видам физических упражнений.

Принцип индивидуализации. Индивидуальный подход осуществлялся через учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося.

Принцип вариативности, оптимальности и адекватности нагрузки. Все упражнения подбирались с учетом реальных функциональных возможностей и интересов обучающихся.

Кроме того, были определены следующие организационно-методические условия успешной организации занятий по физическому воспитанию младших школьников с ЗПР:

- создание условий для активного включения обучающихся в физкультурную деятельность за счет применения компьютерных технологий;
- выбор средств, которые обеспечивают комплексное воздействие на физическую и психическую сферы обучающихся;
- обеспечение индивидуального подхода к обучающимся на основе учета их индивидуальных особенностей.

Основываясь на полученных данных, разработаны критерии эффективности применения разработанной экспериментальной методики использования компьютерных технологий на уроках физической культуры в начальной школе в инклюзивных классах:

- повышение показателей физического развития и физического состояния детей младшего школьного возраста с ЗПР;
- повышение показателей общей физической подготовленности занимающихся по экспериментальной методике;
- снижение уровня тревожности и повышение уровня здоровья у детей с ЗПР;
- развитие физических качеств: силы, быстроты, скоростно-силовых, выносливости, активной и пассивной гибкости и координации движений посредством упражнений с применением компьютерных технологий;
- развитие умений и навыков выполнения двигательных действий;
- формирование у детей с ЗПР умения ориентироваться в спортивном зале во время подвижных игр, эстафет и выполнения двигательных действий без подсказок учителя и одноклассников.

Инновационным является применение видео блоков в основной части урока в зависимости от раздела программы физической культуры. Их использование позволяет решать поставленные общие и специальные задачи урока, а также учитывать гетерохронность развития физических качеств, умений и навыков детей с ЗПР, что позволяет варьировать предлагаемую физическую нагрузку.

Дети с ограниченными возможностями здоровья в большинстве случаев не могут выполнять предложенные задания наравне со здоровыми сверстниками. Предлагаемая нами методика создает равные возможности для всех участников образовательного процесса с помощью следующих методических приемов: вариация выполнения заданий, выполнение упражнений с форой и выполнение обучающимися с ЗПР ролевых функций, если они не могут выполнять задание со здоровыми сверстниками (рис. 2).

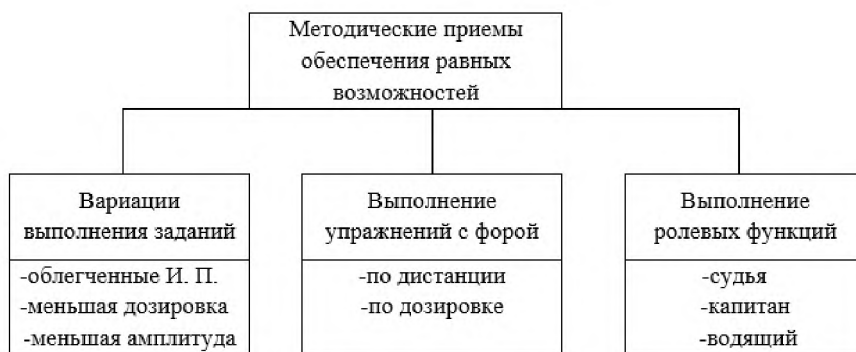


Рисунок 2 – Методические приемы обеспечения равных возможностей детей с ЗПР и здоровых сверстников

Экспериментальная методика проведения уроков физической культуры в начальной школе для обучающихся с ЗПР строилась по следующей схеме (рис. 3).

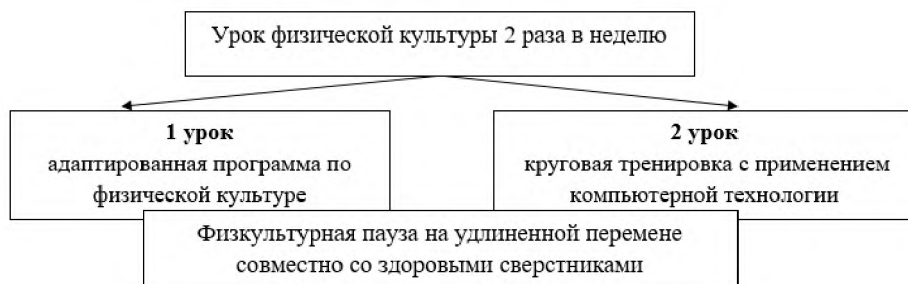


Рисунок 3 – Схема проведения уроков физической культуры в начальной школе с детьми с ЗПР

Первый урок проводится в соответствии с адаптированной программой по физической культуре, на котором решаются соответствующие задачи.

На втором уроке физической культуры, проводимом по экспериментальной методике, основная часть урока представлена в виде круговой тренировки, одним

из этапов которой является выполнение заданий обучающимися с ЗПР с использованием компьютерных технологий.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.** Таким образом, применение компьютерных технологий на уроках физической культуры в начальной школе в инклюзивных классах открывает широкий спектр возможностей для детей с ЗПР. Разработанная экспериментальная методика позволяет стимулировать физическую активность, даёт обучающимся возможность почувствовать себя частью коллектива и реализовать свои способности наравне со здоровыми сверстниками, а также делает урок физической культуры интересным и современным.

#### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Таштарян М. Физическая и техническая подготовка юных сурдбадминтонистов с применением компьютерных технологий : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Москва, 2018. 161 с.
2. Горская И. Ю., Суянгулова Л. А. Базовые координационные способности школьников с различным уровнем здоровья : монография. Омск : СибГАФК, 2000. 212 с.
3. Шипицына Л. М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. 2-е изд., перераб. и дополн. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 477 с.

#### REFERENCES

1. Tashtarian M. (2018) "Physical and technical training of young badminton players using computer technologies", Dissertation, Moscow, 161 p.
2. Gorskaya I. Yu., Suyangulova L. A. (2000), "Basic coordination abilities of schoolchildren with different levels of health", Monograph, Omsk, SibGAFK, 212 p.
3. Shipitsyna L. M. (2005), "Uneducable" child in the family and society. Socialization of children with intellectual disabilities", 2nd ed., revised. and additional, St. Petersburg, Rech, 477 p.

#### Информация об авторах:

**Стрелкова Н.М.**, учитель высшей категории, natalya-epifanova@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0004-4569-2896>.

**Федорова Н.И.**, заведующий кафедрой спортивной медицины и адаптивной физической культуры, Doc\_fni777@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7381-9728>.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

*Поступила в редакцию 18.06.2024.*

*Принята к публикации 16.07.2024.*