

университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 5 (183). – С. 16–20.

2. Повышение результативности легкоатлетических тестовых заданий ком-плекса ГТО у студентов на основе рационального подбора тренировочных средств / В.Ю. Карпов, М.В. Еремин, О.А. Разживин, А.В. Доронцев // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 6. – С. 39–40.

3. Теоретико-методические аспекты сопряженного развития физических качеств и формирования техники двигательных действий у девочек среднего школьного возраста / В.Ю. Карпов, Н.В. Марьяна, К.К. Скоросов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 6(124). – С. 91–96.

4. Повышение качества учебного процесса по физической культуре на основе обучения технике двигательных действий / В.А. Кудинова, В.Ю. Карпов, А.С. Болдов, Н.Н. Маринина // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 7. – С. 61–63.

5. Карпов В.Ю. Повышение скоростных возможностей у школьников на основе формирования двигательных навыков бега / В.Ю. Карпов, Н.В. Марьяна // Известия Сочинского государственного университета. – 2012. – № 2(20). – С. 135–141.

6. Марьяна, Н.В. Возрастная динамика показателей скоростных способностей у различного контингента девочек / Н. В. Марьяна, В. Ю. Карпов // Известия сочинского государственного университета/ – 2012. – № 3(21). – С. 147–150.

7. Моделирование динамики скорости бега на 400 метров у юных спортсменов / В. Ю. Карпов, М. В. Еремин, А. И. Алифиров, Е. Д. Бакулина // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 7. – С. 63–65.

#### REFERENCES

1. Alenurov, E.A., Petrova, M.A., Marinina, N.N. and Klimova, L.Yu. (2020), “Formation of the optimal parameters of the long jump run in young athletes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 183, No. 5, pp. 16–20.

2. Karpov, V.Yu., Eremin, M.V., Razjivin, O.A. and Dorontsev, A.V. (2021), “Customized track-and-field sports training and progress toolkit for success in GTO complex tests”, *Theory and practice of physical culture and sport*, No. 6, pp. 35–36.

3. Karpov, V.Yu., Maryina, N.V. and Skorosov, K.K. (2015), “Theoretical and methodological aspects of the conjugate development of physical qualities and the formation of the technique of motor actions in girls of secondary school age”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 124, No. 6, pp. 91–96.

4. Kudinova, V.A., Karpov, V.Yu., Boldov, A.S. and Marinina, N.N. (2021), “Motor skills training model to improve schools’ physical education service quality”, *Theory and practice of physical culture and sport*, No. 7, pp. 61–63.

5. Karpov, V.Yu. and Maryina, N.V. (2012), “Increase of speed opportunities at school students on the basis of formation of movement skills of run”, *Bulletin of Sochi State University of tourism and resort business*, No. 2 (20), pp. 135–141.

6. Maryina, N.V. and Karpov, V.Yu. (2012), “Age dynamics of indicators of speed abilities at various contingent of girls”, *Bulletin of Sochi State University of tourism and resort business*, No. 3 (21), pp. 147–150.

7. Karpov, V.Yu., Eremin, M.V., Alifirov, A.I. and Bakulina, E.D. (2020) “Optimal model of speed dynamics in 400m run in junior athletes”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No.7, pp. 63–65.

**Контактная информация:** 9415930@bk.ru

*Статья поступила в редакцию 27.03.2023*

УДК 376.1

#### **КОРРЕКЦИОННО-ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Яна Владимировна Кириллова**, кандидат педагогических наук, доцент, **Евгений Витальевич Быков**, доктор медицинских наук, профессор, заведующий кафедрой, **Андрей Викторович Скутин**, кандидат медицинских наук, доцент, *Уральский государственный*

#### **Аннотация**

Включение комплекса коррекционно-подвижных игр в процесс занятий физической культурой удовлетворяет естественную потребность детей в движении, имеет важное воспитательно-образовательное значение, позволяет решать коррекционные задачи, направленные на психофизическое развитие детей с ЗПР. В связи с этим была поставлена цель исследования: оценить влияние коррекционно-подвижных игр на психофизическое развитие детей 7-8 лет с задержкой психического развития на уроках физической культуры. Результаты проведенного научного исследования позволили утверждать, что уроки физической культуры с использованием коррекционно-подвижных игр оказывают статистически значимое влияние на физическое развитие детей с задержкой психического развития, улучшая показатели скоростно-силовых качеств, гибкости, произвольного внимания и регуляции деятельности.

**Ключевые слова:** задержка психического развития, физическое развитие, коррекционные подвижные игры, уроки физической культуры.

**DOI:** 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p226-231

### **CORRECTIVE OUTDOOR GAMES FOR CHILDREN WITH MENTAL RETARDATION AT PHYSICAL EDUCATION LESSONS**

*Yana Vladimirovna Kirillova, the candidate of pedagogic sciences, docent, Evgeniy Vitalievich Bykov, the doctor of medicine, professor, department chair, Andrey Viktorovich Skutin, the candidate of medical sciences, docent, Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk*

#### **Abstract**

This article is dedicated to the inclusion of a complex of correctional outdoor games in the process of physical education. Their impact satisfies the natural need of children to move, has a significant educational value and allows solving correctional tasks aimed at the psychophysical development of children with intellectual disability. In this respect, the goal of the study was set: to assess the impact of corrective outdoor games on the psychophysical development of 7-8 years old children with intellectual disability in physical education lessons. The results of the scientific research made it possible to assert that the lessons of physical education with the use of correctional outdoor games have a statistically significant effect on the physical development of children with intellectual disability, improving the indicators of speed-strength qualities, flexibility, voluntary attention and regulation of activity.

**Keywords:** intellectual disability, physical rehabilitation, correctional outdoor games, physical education classes.

#### **ВВЕДЕНИЕ**

Актуальность исследования обусловлена нарастающей тенденцией увеличения числа детей с задержкой психического развития (ЗПР), всё больше внимания уделяется созданию условий для осуществления с ними коррекционной работы, что отражается в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» и образовательных стандартах всех уровней [3]. На начало 2022 года [2] в специализированных (коррекционных) школах России обучалось 20,3 тыс. детей с ЗПР, а в специализированных классах общеобразовательных школ – 83,2 тыс.

Задержка психического развития – это психолого-педагогическое определение для группы разнородных нарушений. У детей данной категории наблюдается задержка психоречевого и психомоторного развития, интересы чаще сосредоточены вне учебной деятельности, всё, что связано с учебной работой даётся им трудно, поэтому не вызывает интереса. Однако дети любят подвижные игры, занятия физкультурой, хорошо проявляют себя при выполнении интересных и доступных заданий, не требующих длительного умственного напряжения и проходящих в доброжелательной обстановке.

Таким образом, оптимальной формой коррекции нарушений является двигательная активность в школе (на уроках физической культуры), в которой ведущее место

принадлежит коррекционно-подвижным играм.

Особенность коррекционно-подвижных игр заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферы занимающихся. Быстрая смена игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий [4].

Программа по физической культуре (ФК) для обучающихся с ЗПР начальных классов строится на основе адаптированной основной образовательной программы, содержание которой направлено на освоение базовых знаний и универсальных учебных действий [1]. Основной целью уроков по ФК является совершенствование процесса социализации детей с ЗПР. Уроки проводятся три раза в неделю, продолжительность занятий составляет 30–35 минут.

Особенности частей урока по ФК для детей с ЗПР:

1. Вводная часть способствует улучшению эмоционального состояния, активизации внимания и подготовке детей к физической нагрузке.

2. Основная часть содействует совершенствованию всех физиологических функций детского организма. Используют общеразвивающие упражнения и проработку основных движений согласно цели урока. Итогом этой части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

3. Заключительная часть способствует нормализации функционального состояния детского организма. Рекомендуется использование коррекционных и дыхательных упражнений, которые направлены на снижение двигательной активности детей и восстановление дыхания.

Таким образом, включение комплекса коррекционно-подвижных игр на уроках физической культурой удовлетворяет естественную потребность детей в движении, общении, эмоциональном насыщении и имеет важное воспитательно-образовательное значение, позволяет решать коррекционные задачи, направленные на психофизическое развития детей с ЗПР.

#### МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Цель исследования: оценить влияние коррекционно-подвижных игр на психофизическое развитие детей 7-8 лет с задержкой психического развития на уроках физической культуры.

Задачи исследования:

1. Оценить влияние коррекционно-подвижных игр на физическое развитие детей 7-8 лет с задержкой психического развития.

2. Определить влияние коррекционно-подвижных игр на особенности мышления у детей 7-8 лет с задержкой психического развития.

Исследование проводилось на базе Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 13» г. Миасс, Челябинская область. В исследовании принимали участие 40 детей в возрасте 7-8 лет с диагнозом задержка психического развития церебрально-органического происхождения.

В процессе работы было сформировано 2 группы для исследования: основная (n=20) – 8 мальчиков и 12 девочек; контрольная (n=20) – 9 мальчиков и 11 девочек.

Программа комплексной коррекции в обеих группах включала в себя психологопедagogическую работу, массаж, рефлексотерапию. В контрольной группе так же проводились уроки физической культуры согласно Федеральным государственным общеобразовательным стандартам работы с детьми с ЗПР. В основной группе – уроки физической культуры с использованием коррекционно-подвижных игр. Продолжительность программы комплексной коррекции составила 5 недель. Обследование детей проводилась в начале и конце исследования.

Для изучения особенностей психомоторного развития детей с ЗПР были использованы следующие методы: физическое развитие, бег 30 м, сгибание и разгибание рук в

упоре лежа на полу, наклон вперед из положения, сидя на полу с прямыми ногами (нормативы ВФСК ГТО для лиц с ОВЗ от 11.03.2019 г. № 54013) [1]; для изучения особенностей мышления у детей с ЗПР проводилась методика «Исключение четвертого лишнего» (интерпретированная Н. Л. Белополюской); обработка полученных данных проводилась с помощью метода математической статистики t-критерий Стьюдента.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Полученные результаты тестов представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты изменения физического развития детей с задержкой психического развития

Показатели	Пол	Результаты исследования – среднее значение ± ошибка, достоверность различий: * p<0,05			
		Основная группа (n=20)		Контрольная группа (n=20)	
		До	После	До	После
Бег 30 метров (сек)	Мальчики	9,42±0,87	7,09±0,31*	9,92±0,96	7,97±0,29
	Девочки	10,05±1,23	7,13±0,25*	10,67±1,63	7,91±0,27
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)	Мальчики	3,61±0,93	6,54±0,73*	3,29±0,87	4,56±0,61
	Девочки	1,22±0,51	3,91±0,91*	1,04±0,58	1,59±0,63
Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см)	Мальчики	0,75±0,33	2,05±0,41*	0,63±0,26	1,04±0,21
	Девочки	1,16±0,82	4,06±0,78*	1,12±0,68	2,18±0,49

После проведения курса реабилитации в основной группе по всем тестам произошли статистически значимые изменения (p<0,05). Так, время преодоления дистанции в 30 метров у мальчиков уменьшилось на 2,33 секунды и составило – 7,09±0,31 секунд, у девочек на 2,92 секунды и составило – 7,13±0,25 секунд. Был выполнен норматив бронзового знака отличия как среди мальчиков, так и девочек.

В контрольной группе отсутствовали статистически значимые изменения (p>0,05), прослеживалась динамика к улучшению, так время бега на 30 метров у мальчиков и у девочек составило – 7,97±0,29 секунд и 7,91±0,27 секунд, сократившись на 1,95 секунд и 2,76 секунд соответственно. Однако данные показатели остались ниже нормативных.

Количество отжиманий из положения лежа на полу у мальчиков основной группы составило – 6,54±0,73 раза, увеличилось на 2,93 раз, у девочек – 3,91±0,91 раз, увеличилось на 2,69 раз. Полученные результаты, приближенные к среднему уровню сложности, соответствуют бронзовому знаку отличия.

В контрольной группе отсутствовали статистически значимые изменения (p>0,05), однако отмечена положительная динамика, так количество отжиманий из положения лежа на полу у мальчиков составило – 4,56±0,61 раз, увеличившись на 1,27 раз, у девочек – 1,59±0,63 раз, увеличившись 0,55 раз.

После проведения коррекционной программы при проведении испытания на гибкость в основной группе произошли статистически значимые изменения (p>0,05), так показатели наклона вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами составили у мальчиков – 2,05±0,41 см, улучшившись на 1,3 см, у девочек – 4,06±0,78 см, улучшившись на 2,9 см. Показатели детей соответствуют золотому знаку отличия.

В группе контроля отсутствовали статистически значимые изменения (p>0,05), однако наблюдалась динамика к улучшению, так показатели наклона вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами составили у мальчиков – 1,04±0,21 см, улучшившись на 0,41 см, у девочек – 2,18±0,49 см, улучшившись на 1,06 см. Среди мальчиков достигнут уровень сложности серебряного знака отличия.

На наш взгляд, статистически значимые изменения показателей физического развития в основной группе связаны с тем, что дети в процессе подвижной игры знакомятся с разными движениями и в последующем совершенствуют двигательные умения и навыки. Всевозможные повороты, махи и наклоны, выполняемые в процессе игры, развивают у детей с ЗПР гибкость и координационные способности.

Для изучения особенностей мышления у детей с ЗПР проводилась методика «Исключение четвертого лишнего».

В начале исследования между показателями особенностей мышления в обеих группах отсутствуют статистически значимые различия ( $p>0,05$ ), что свидетельствует о сравнительно одинаковом уровне развития мышления у детей.

Полученные результаты методики представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты уровня развития мышления у детей с задержкой психического развития в основной и контрольной группах в баллах

Группы	До реабилитации (M±m)	После реабилитации (M±m)	Уровень значимости
Основная группа (n=20)	0,76±0,49	2,66±0,56	$p<0,05$
Контрольная группа (n=20)	0,65±0,35	1,15±0,48	$p>0,05$
p	$p>0,05$	$p<0,05$	

Согласно данным таблицы 2 в начале исследования между показателями развития мыслительных процессов в обеих группах отсутствуют статистически значимые различия ( $p>0,05$ ), что свидетельствует о сравнительно одинаковом уровне развития мышления детей. Дети не могли определять ключевое понятие и использовать помощь для обозначения «лишнего» предмета.

После проведения коррекционной программы в основной группе произошли статистически значимые изменения ( $p<0,05$ ). Показатели уровня развития мыслительных процессов составили – 2,66±0,56 баллов, увеличившись на 1,9 баллов. Дети с ЗПР в данной группе старались самостоятельно дать характеристику родовому понятию для определения «лишнего» предмета.

В группе контроля отсутствовали статистически значимые изменения ( $p>0,05$ ), однако наблюдалась динамика к улучшению, так показатели уровня развития мыслительных процессов составили – 1,15±0,48 баллов, увеличившись на 0,5 баллов. Дети с ЗПР определяют ключевое слово, но только с помощью исследователя.

Таким образом, коррекционно-подвижные игры оказывают положительное влияние на развитие мыслительных процессов (анализ, синтез, обобщение, сравнение, абстрагирование, аналогию). На наш взгляд, это связано с тем, что процесс игры обеспечивает направленное воздействие на тот или иной познавательный процесс (внимание, память, мышление). В процессе игры на уроке физической культуры у детей с ЗПР развивается воображение и фантазия, формируются способности к символизации и преобразованию, к выделению существенных признаков определенных предметов среди их многообразия.

## ВЫВОДЫ

Таким образом, применение коррекционно-подвижных игр у детей с задержкой психического развития на уроках физической культуры способствует улучшению их физического развития, гибкости и мыслительных процессов.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Анализ участия инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья во всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» / Евсеев С.П., Аксенов А.В., Крюков И.Г., Кораблев С.В. // *Адаптивная физическая культура*. – 2021. – № 3. – С. 51–52.
2. Концепция развития образования детей с ОВЗ и инвалидностью на период 2020–2030 годы. Альманах института коррекционной педагогики Российской академии образования. – 2019. – № 39. – URL: <https://alldef.ru/ru/articles/almanac-36/> (дата обращения: 20.01.2023).
3. Летова Е.А. Коррекция отклонений в познавательных процессах у детей с задержкой психического развития на уроках физической культуры : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Летова Евгения Александровна. – Тюмень, 2021. – 198 с.
4. Чипышев А.В. Возможности физической терапии в формате непрерывной реабилитации семей, воспитывающих детей с ОВЗ / В.В. Чипышев, Е.В. Быков // *Современные подходы к формированию процесса непрерывной реабилитации в семьях, воспитывающих детей с ОВЗ: актуальность,*

#### REFERENCES

1. Evseev, S.P., Aksenov, A.V., Kryukov, I.G. and Korablev, S.V. (2021), “Analysis of the participation of people with disabilities and health limitations in the All-Russian physical culture and sports complex Ready for Labor and Defense”, *Adaptive physical culture*, No. 3, pp. 51–52.
2. “Concept for the development of education for children with health limitations and disability for the period 2020–2030”, *Almanac of the Institute of Correctional Pedagogy of the Russian Academy of Education*, No. 39, available at: <https://allded.ru/ru/articles/almanac-36/> (accessed 20 January 2023).
3. Letova, E. A. (2021), *Correction of deviations in cognitive processes in children with intellectual disability in physical education lessons*, dissertation, Tyumen.
4. Chipyshev, A.V. and Bykov, E.V. (2022), “Possibilities of physical therapy in the form of continuous rehabilitation of families raising children with health limitation”, “*Modern approaches to the formation of the process of continuous rehabilitation in families raising children with disabilities: relevance, experience and development prospects*”, *All-Russian Scientific and Practical Conference*, Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, pp. 197–201.

**Контактная информация:** yana082010@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 01.03.2023*

**УДК 796.42**

#### **ИННОВАЦИИ ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ПРИМЕРЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ**

*Мария Дмитриевна Клейменова, преподаватель, Петр Николаевич Звягинцев, старший преподаватель, Ольга Павловна Кокоулина, кандидат педагогических наук, доцент, Российский экономический университет имени Г.В. Плеханова, Москва*

#### **Аннотация**

Педагогический эксперимент проходил на базе школы №1505 «Преображенская» с учащимися 10-х классов (60 чел.). Подготовка в экспериментальной группе отличалась от контрольной содержанием подготовительной и основной части урока. Экспериментальная группа изучала преимущественно бег на средние дистанции, в то время, как подготовка в контрольной группе основывалась на коротких дистанциях. Новизна оперативного контроля заключалась в применении фитнес браслета «Huawei band 6», который позволял оценить значения пульса оперативно, мобильно, массово, в любой части занятия, и после любого вида физической нагрузки, и контрольного упражнения. Практическая значимость исследования состоит в изучении динамики показателей пульса, пульсовой стоимости, результатов теста Купера занимающихся экспериментальной и контрольной группы, а также в оценке оздоровительной эффективности занятий. Исследование показало, что экспериментальная группа в отличие от контрольной лучше следовала установкам учителя держать пульс на определенных значениях, а также снизил пульсовую стоимость во время теста Купера, что говорит о больших изменениях в сердечной мышце.

**Ключевые слова:** цифровизация, оперативный контроль, пульсометрия, легкая атлетика, оценка оздоровительной эффективности занятий.

**DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p231-235**

#### **INNOVATIONS OF OPERATIONAL CONTROL IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS (ON THE EXAMPLE OF ATHLETICS)**

*Maria Dmitrievna Kleymenova, the teacher, Petr Nikolaevich Zvyagintsev, the senior teacher, Olga Pavlovna Kokoulina, the candidate of Pedagogical Sciences, docent, Plekhanov Russian*