

УДК 376.4

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ 9–11 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

© Вера Борисовна БОЛДЫРЕВА

кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории
и методики физической культуры и спортивных дисциплин
Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33
E-mail: ver.bor.bold@mail.ru

© Александр Юрьевич КЕЙНО

кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории
и методики физической культуры и спортивных дисциплин,
зам. директора педагогического института
Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина
E-mail: keino@tsu.tmb.ru

© Павел Михайлович ГРИЦКОВ

кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры теории
и методики физической культуры и спортивных дисциплин
Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина
E-mail: gritskov1@yandex.ru

В настоящее время в эпоху автоматизации значительно снизилась двигательная активность людей. В условиях постоянно ухудшающейся экологии это приводит к значительному ухудшению физического развития и различным заболеваниям. Особенно сильно это сказывается на детях-инвалидах. По статистике Минздрава, в нашей стране сейчас рождается до 70 % детей с отклонениями в состоянии здоровья. Поэтому особого внимания заслуживает физическое воспитание детей младшего школьного возраста, когда закладывается двигательная база, формируется мотивация к занятиям физической культурой и спортом. Младший школьный возраст является тем периодом, в котором будущий член общества обучается основным двигательным умениям и навыкам, в формировании которых значительную роль играют координационные способности. Развитие координационных способностей в младшем школьном возрасте является важной частью процесса физического воспитания в школе. Развивая координационные способности у детей разных нозологических групп, мы формируем «школу движений», которая в дальнейшем поможет с наименьшими усилиями разучивать сложные двигательные действия и осваивать новые умения и навыки. Хорошо развитые координационные способности являются благоприятной почвой для развития остальных физических качеств (силы, быстроты, выносливости и т. д.). Важным фактором является правильно построенный учебный процесс по физическому воспитанию для детей младшего школьного возраста с умственными или физическими отклонениями, ограничениями. Учителям по физическому воспитанию необходимо учитывать методические рекомендации по полу, возрасту, степени тяжести заболевания, особенностям психической и эмоционально-волевой сферы детей. Формирование потребности в двигательной активности, систематических занятиях физическим воспитанием (упражнениями) и осуществлении здорового образа жизни является одной из основных задач адаптивного физического воспитания. В процессе физического воспитания у детей младшего школьного возраста разных нозологических групп первостепенное внимание уделяется задачам коррекции основного дефекта, сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, выработке компенсаторных механизмов осуществления жизнедеятельности. Указанные выше положения стали реальными предпосылками, на которых была в дальнейшем теоретически и экспериментально разработана методика развития координационных способностей умственно отсталых детей младшего школьного возраста средствами физического воспитания. Различные физические упражнения, включенные в экспериментальную методику, варьирование методов, методических приемов, условий организации занятий направлено на коррекцию умственно отсталого ребенка, его потенциальных возможностей. Целесообразный подбор физических упражнений позволяет избирательно решать как общие, так и специфические задачи. Такие естественные виды упражнений, как ходьба, бег, прыжки, метания, упражнения с мячом и другие способствуют развитию двигательных качеств и профилактике вторичных нарушений, коррекции сенсорных и психических нарушений.

Ключевые слова: координационные способности; умственно отсталые дети; психические нарушения; физическое воспитание; упражнения; тестовые задания; двигательные возможности

DOI: 10.20310/1810-0201-2017-22-6(170)-151-159

Из всех функциональных отклонений в состоянии здоровья человека по социальным последствиям умственная отсталость является наиболее распространенным и тяжелым дефектом развития. В мире насчитывается более 300 млн человек с интеллектуальной недостаточностью, доля которых в экономически развитых странах, по данным Всемирной организации здравоохранения, составляет 1–3 % [1].

Немаловажное значение для социализации личности умственно отсталых детей имеет организация физического воспитания в педагогическом процессе специальных (коррекционных) школ, в ходе которого преимущественно осуществляется коррекция нарушений двигательной сферы, повышение физической подготовленности, уровня здоровья и функциональных возможностей детей с данной патологией. Для работы с ними целесообразно разрабатывать индивидуальные специальные методики физического воспитания, направленные на развитие координационных способностей [2].

В целях эффективного решения задач коррекции развития двигательной сферы школьников с умственной отсталостью представляется значимым исследование влияния различных подходов в системе физического воспитания учащихся специальных (коррекционных) школ. Исследования А.А. Дмитриева (1986) и других авторов рекомендуют использовать в программах по физическому воспитанию элементы различных видов спорта, подвижные и спортивные игры, специальные упражнения на точность, координацию движений. В целях оптимального физического развития и развития двигательных способностей учащихся специальных (коррекционных) школ предлагают систематическое применение индивидуально дозированных физических нагрузок [3].

В настоящее время для умственно отсталых детей разработаны программы по различным видам спорта: легкоатлетическому многоборью, лыжной подготовке, фигурному катанию, волейболу, баскетболу, вместе с тем практически не разрабатывался вопрос обоснования методики развития координационных способностей умственно отсталых детей средствами физического воспитания в условиях специальной (коррекционной) школы. В связи с этим нами было проведено

исследование развития координационных способностей умственно отсталых детей 9–11 лет средствами физического воспитания Горельской и Стаевской специальных (коррекционных) школ.

Исследование проводилось с детьми младшего школьного возраста с умственной отсталостью. Данные же статистики свидетельствуют о том, что около 2 % детей имеют статус инвалидов, то есть это категория детей с особыми образовательными потребностями. В связи с этим данному контингенту детей необходим особый подход к обучению в целом и физическому воспитанию в частности. Для работы с ними целесообразно разрабатывать индивидуальные, конкретные специальные программы по физическому воспитанию.

Дети с умственной отсталостью в большинстве своем очень раскоординированы и плохо физически развиты. Координация движений непосредственно связана с центральной нервной системой (ЦНС). ЦНС представляет собой высший уровень организации, которая осуществляет управление движениями. Таким образом, по методу обратной связи развитием координационных способностей можно оказывать воздействие на процессы ЦНС. Формируя координационные способности у детей с умственной отсталостью, можно в той или иной мере способствовать устранению отклонений в двигательной системе ребенка, а также воспитанию личностных качеств.

Для характеристики координационных возможностей человека при выполнении какой-либо двигательной деятельности в отечественной теории и методике физической культуры долгое время применялся термин «ловкость». Начиная с середины 1970-х гг. для их обозначения все чаще используют термин «координационные способности». Эти понятия близки по смыслу, но не тождественны по содержанию.

По мнению Н.А. Бернштейна, главной трудностью управления двигательного аппарата является преодоление избыточных степеней свободы. Например, только руки и ноги имеют по 30 степеней свободы. Поэтому основная задача, которую должен решить человек при координации движений, – исключение избыточных степеней свободы [4].

К основным трудностям при управлении двигательным аппаратом относят:

- необходимость распределения внимания между движениями во многих суставах и звеньях тела и необходимость стройно согласовывать все их между собой;
- преодоление большого количества степеней свободы, которые присущи человеческому телу;
- упругую податливость мышц.

В последнее время трудности построения целостного двигательного действия вызывают также со сменой двигательных программ, когда начало одной накладывается на окончание другой. Двигательные программы формируются под влиянием накопленного опыта, следов прошлых действий и «потребностей будущего – прогнозируемого результата. Программа двигательного действия – это механизм «объединения» прошлого, настоящего и будущего, механизм согласования движения с его смысловым содержанием. Одновременные и последовательные взаимодействия двигательных программ объединены переходными процессами. Между ними имеются переходные состояния, когда в центральных структурах управления движениями существуют не одна, а две или несколько альтернативных программ. Переходные механизмы являются ключевым механизмом становления биомеханической структуры движений [5].

Анализ развития и формирования координационных способностей у детей различных нозологических групп показал, что в наибольшей степени они утрачены или не сформированы у умственно отсталых детей. И простые, и сложные движения вызывают у данной категории детей затруднения. Любое двигательное действие требует согласованного, последовательного и одновременного сочетания движений звеньев тела в пространстве и времени, определенного усилия, траектории, амплитуды, ритма и других характеристик движения. Однако управлять всеми характеристиками одновременно умственно отсталый ребенок не способен [6].

Обеспечивая развитие двигательного аппарата, укрепляя здоровье, повышая работоспособность организма ребенка с умственными или физическими ограничениями, физическая культура способствует сглаживанию и преодолению множества отклонений.

Совершенствование физической активности ребенка-адаптанта, обучение моторным навыкам и повышение уровня его тренированности – не самоцель, а только одно из составляющих искомого результата, включающего надежды, отношение и деятельность, а также получение положительных эмоций в процессе обучения и тренировок.

Подводя итоги всему вышесказанному, хочется отметить: несмотря на то, что умственная отсталость – явление необратимое, это не значит, что она не поддается коррекции. Постепенность и доступность дидактического материала при занятиях физическими упражнениями создают предпосылки для овладения детьми разнообразными двигательными умениями, игровыми действиями, для развития физических качеств и способностей, необходимых в жизнедеятельности ребенка [7; 8].

Для оценки координационных способностей умственно отсталых детей в 9–11 лет применялись двигательные тесты, определяющие абсолютные и относительные показатели координации, относящиеся к разным группам двигательных действий.

На начало эксперимента достоверных различий в показателях координационных способностей между умственно отсталыми детьми 9–11 лет экспериментальной и контрольной групп не наблюдалось.

Сравнив результаты начального и конечного тестирования экспериментальной группы с результатами начального и конечного тестирования контрольной группы, мы смогли определить: 1) эффективность разработанного комплекса специальных упражнений по развитию и коррекции координационных способностей у умственно отсталых детей; 2) положительную динамику в развитии координационных способностей воспитанников Горельской и Стаевской специальных (коррекционных) школ; 3) результаты экспериментальной или контрольной групп.

На рис. 1 и 2 представлены результаты начального и конечного тестирования мальчиков 9 лет (в конце эксперимента – 11 лет) экспериментальной и контрольной групп.

Анализ результатов теста «Метание мяча на дальность» показал: при исходном тестировании результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 43,91 % ($p < 0,05$). Однако по итогам конечного тес-

тирования результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 76,92 % ($p < 0,05$).

По итогам исходного тестирования в тесте «Ласточка» результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 52,78 % ($p < 0,05$). Результат экспериментальной группы в конце исследования стал

лучше контрольной группы на 23,5 % ($p < 0,05$).

В начале педагогического эксперимента в тесте «Линейка» результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 206,69 % ($p > 0,05$), а по результатам заключительного тестирования стал лучше на 44,44 % ($p < 0,05$).



Рис. 1. Развитие координационных способностей мальчиков 9 лет контрольной и экспериментальной групп



Рис. 2. Развитие координационных способностей мальчиков 9 лет контрольной и экспериментальной групп

Анализ результатов теста «Челночный бег» показал: по результатам исходного тестирования экспериментальная группа выполнила задание лучше контрольной группы на 13,83 % ($p < 0,05$), по окончании эксперимента разница в результатах увеличилась до 51,31 % ($p < 0,05$).

С тестом «Метание мяча на точность» при исходном тестировании экспериментальная группа справилась лучше контрольной группы на 33,33 % ($p < 0,05$). По данным последнего тестирования результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы уже на 77,77 % ($p < 0,05$).

Тест «Катание мяча рукой» при исходном тестировании экспериментальной группы показал результат лучше контрольной группы на 72,41 % ($p > 0,05$). По окончании педагогического эксперимента результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 127 % ($p > 0,05$).

Результат экспериментальной группы в тесте «Катание мяча ногой» в начале исследования был хуже контрольной группы на 112,12 % ($p < 0,05$). По окончании эксперимента результат экспериментальной группы был также хуже контрольной группы, но уже на 27,11 % ($p < 0,05$).

Соотношение достоверных ($p < 0,05$) результатов тестирования к недостоверным ($p > 0,05$) – 75 % ($p < 0,05$) : 25 % ($p > 0,05$).

На рис. 3 и 4 представлены результаты начального и конечного тестирования девочек 9 лет (в конце эксперимента – 11 лет) экспериментальной и контрольной групп.

Анализ результатов теста «Метание мяча на дальность» показал: при исходном тестировании результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 51,79 % ($p < 0,05$). Результат экспериментальной группы по окончании педагогического исследования стал лучше контрольной группы на 20,27 % ($p < 0,05$).

По данным исходного прохождения теста «Ласточка» результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 722,92 % ($p > 0,05$). Однако по окончании эксперимента результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 23,08 % ($p < 0,05$).

С тестом «Линейка» при исходном тестировании экспериментальная группа справилась хуже контрольной группы на 152,23 % ($p > 0,05$). В конце исследования результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 21,73 % ($p < 0,05$).

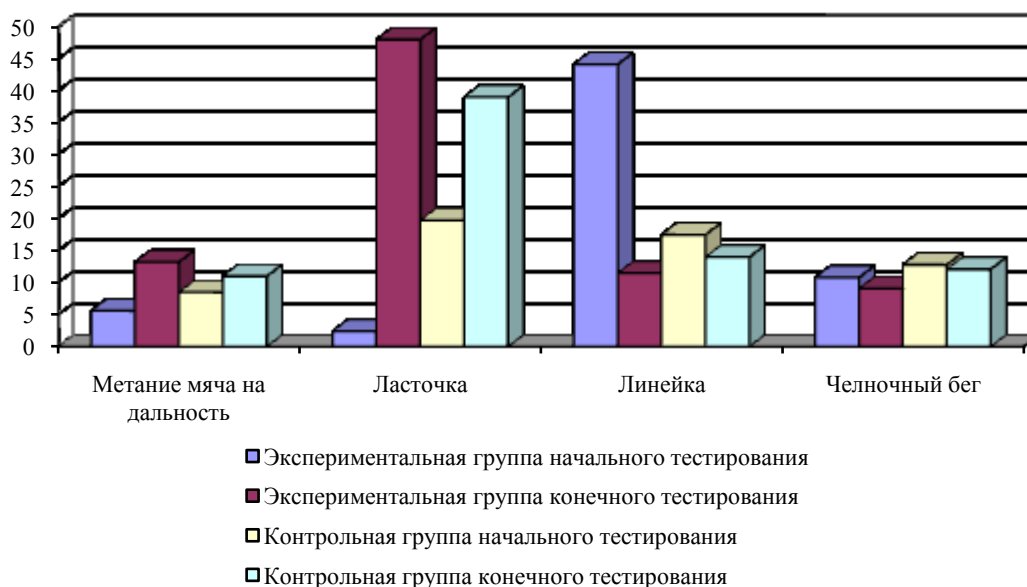


Рис. 3. Развитие координационных способностей девочек 9 лет контрольной и экспериментальной групп



Рис. 4. Развитие координационных способностей девочек 9 лет контрольной и экспериментальной групп

Исходные результаты экспериментальной группы в тесте «Челночный бег» были лучше контрольной группы на 18,52 % ($p < 0,05$), а по итогам тестирования в конце эксперимента экспериментальная группа была лучше контрольной группы уже на 32,97 % ($p < 0,05$).

Результат экспериментальной группы при исходном тестировании в тесте «Метание мяча на точность» был хуже контрольной группы на 41,67 % ($p < 0,05$). В конце эксперимента результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 67,69 % ($p > 0,05$).

Анализ результатов теста «Катание мяча рукой» показал, что при исходном тестировании результат экспериментальной группы был хуже контрольной группы на 60,34 % ($p > 0,05$). Однако итоговые результаты экспериментальной группы были лучше контрольной группы на 566,67 % ($p > 0,05$).

Результаты исходного тестирования в тесте «Катание мяча ногой» показали, что экспериментальная группа справилась с заданием хуже контрольной группы на 33,33 % ($p < 0,05$). Но по окончании педагогического исследования результат экспериментальной группы стал лучше контрольной группы на 72,5 % ($p < 0,05$).

Соотношение достоверных ($p < 0,05$) результатов тестирования к недостоверным ($p > 0,05$) – 60 % ($p < 0,05$) : 40 % ($p > 0,05$).

Для того чтобы выявить динамику развития (в течение трех лет) координационных способностей испытуемых контрольной и экспериментальной групп, необходимо сопоставить данные межгодовых динамик развития координационных способностей контрольной и экспериментальной групп. Полученные результаты представлены в табл. 1, 2.

В табл. 1 приведена динамика развития координационных способностей мальчиков экспериментальной и контрольной групп. Так, в четырех тестах из семи «Метание мяча на дальность», «Ласточка», «Линейка» и «Челночный бег» результаты первой межгодовой динамики экспериментальной группы лучше контрольной группы и в дальнейшем данная тенденция сохраняется. В тестах «Метание мяча на точность», «Катание мяча рукой», «Катание мяча ногой» первая межгодовая динамика экспериментальной группы хуже контрольной группы, однако вторая межгодовая динамика экспериментальной группы значительно лучше контрольной группы.

В табл. 2 приведена динамика развития координационных способностей девочек экспериментальной и контрольной групп. Так, во-первых, в четырех из семи тестах «Метание мяча на дальность», «Метание мяча на точность», «Ласточка» и «Линейка» результаты первой межгодовой динамики экспериментальной группы лучше контрольной группы и в дальнейшем данная тенден-

Таблица 1

Динамика развития координационных способностей
мальчиков 9 лет экспериментальной и контрольной групп

Название теста	Первая межгодовая динамика, %		Разница, %	Вторая межгодовая динамика, %		Разница, %
	ЭГ	КГ		ЭГ	КГ	
Метание мяча на дальность	34,56	-2,08	36,64	116,37	8,33	108,04
Ласточка	83,31	44,30	39,01	86,66	-17,02	103,68
Линейка	-2,32	-38,0	35,68	173,00	-3,85	176,85
Челночный бег	16,44	-3,58	20,02	2,99	-7,98	10,97
Метание мяча на точность	35,77	80,72	-44,95	43,71	-10,00	53,71
Катание мяча рукой	8,13	20,00	-11,87	70,68	-33,33	104,01
Катание мяча ногой	0,00	47,27	-47,27	53,25	-7,41	60,66

Таблица 2

Динамика развития координационных способностей
девочек 9 лет экспериментальной и контрольной групп

Название теста	Первая межгодовая динамика, %		Разница, %	Вторая межгодовая динамика, %		Разница, %
	ЭГ	КГ		ЭГ	КГ	
Метание мяча на дальность	53,42	0,00	53,42	31,25	4,76	26,49
Ласточка	546,67	-7,58	554,25	23,17	-14,75	37,92
Линейка	114,95	89,66	25,29	41,91	-48,22	90,13
Челночный бег	8,67	33,03	-24,36	3,96	-28,68	32,64
Метание мяча на точность	343,75	46,67	297,08	53,52	-8,77	62,29
Катание мяча рукой	57,63	108,0	-50,37	12,9	-85,58	98,48
Катание мяча ногой	5,13	103,33	-98,20	125,61	-45,36	170,97

ция сохраняется. Во-вторых, в тестах «Челночный бег», «Катание мяча рукой», «Катание мяча ногой» первая межгодовая динамика экспериментальной группы хуже контрольной группы, однако, вторая межгодовая динамика экспериментальной группы лучше контрольной группы.

Из вышесказанного можно сделать следующие выводы.

1. В современной адаптивной физической культуре и, в частности, в физическом воспитании умственно отсталых детей в настоящее время наиболее часто используется методика тестирования развития координационных способностей, предложенная В.И. Ляхом (2001). Данная методика тестирования физических качеств в целом достоверно отражает их развитие и динамику. Для умственно отсталых детей целесообразно использовать не все тесты, предложенные В.И. Ляхом, так как некоторые тесты не могут быть выполнены ими и особенно детьми с тяжелой и глубокой формами умственной отсталости). Анализ тестов, которые использовались в программе «Адаптивное образова-

ние детей-инвалидов», показал их высокую информационную значимость.

2. Анализ результатов экспериментальной программы позволил нам выявить динамику развития координационных способностей у умственно отсталых детей контрольной и экспериментальной групп. У мальчиков экспериментальной группы в четырех тестах из семи «Метание мяча на дальность», «Ласточка», «Линейка» и «Челночный бег» результаты первой межгодовой динамики лучше контрольной группы и в дальнейшем данная тенденция сохраняется. В остальных тестах первая межгодовая динамика экспериментальной группы хуже контрольной группы, однако, вторая межгодовая динамика экспериментальной группы значительно лучше контрольной группы. У девочек экспериментальной группы в четырех тестах из семи «Метание мяча на дальность», «Ласточка», «Линейка» и «Метание мяча на точность» результаты первой межгодовой динамики лучше контрольной группы и в дальнейшем данная тенденция сохраняется. В остальных тестах первая межгодовая дина-

мика экспериментальной группы хуже контрольной группы, однако, результаты второй межгодовой динамики экспериментальной группы лучше контрольной группы.

3. Обобщая все вышесказанное, можно сделать общий вывод о том, что целенаправленное педагогическое воздействие по формированию координационных способностей у умственно отсталых детей младшего школьного возраста оказывает существенное влияние на их развитие и коррекцию. С одной стороны, данное педагогическое воздействие играет важную роль в формировании и коррекции координационных способностей; с другой – увеличивается уровень социализации умственно отсталых детей, что в целом подтверждает теорию А.А. Дмитриева, Л.М. Шипицыной и В.Б. Болдыревой о социализирующей роли физического воспитания детей различных нозологических групп.

Список литературы

1. Болдырева В.Б. Исследование влияния средств баскетбола на двигательные способности умственно отсталых детей 13–14 лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2008. № 6. С. 45–48.
2. Болдырева В.Б. Развитие координационных способностей у детей с умственной отсталостью на занятиях баскетболом // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2009. Вып. 2 (70). С. 267–271.
3. Дмитриев А.А. Развитие и коррекция двигательной сферы детей с интеллектуальными нарушениями. Красноярск: РИО КГПУ, 2002. 320 с.
4. Бернштейн Н.А. О ловкости и ее развитии. М.: ФиС, 1991. 288 с.
5. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. М.: Сов. спорт, 2004. 457 с.
6. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры. М.: Сов. спорт, 2004. 464 с.
7. Шипицына Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. М.: Речь СиБ, 2005. 474 с.
8. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе. М.: Учеб. лит., 1997. 320 с.
9. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Изд-во АСТ, 1998. 272 с.

References

1. Boldyreva V.B. Issledovanie vliyaniya sredstv basketbola na dvigatel'nye sposobnostey umstvenno otstalykh detey 13–14 let [The study

of the influence of basketball resources on moving abilities of mentally disabled children of 13–14 years old]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka – Physical Education: Education, Training*, 2008, no. 6, pp. 45–48. (In Russian).

2. Boldyreva V.B. Razvitie koordinatsionnykh sposobnostey u detey s umstvennoy otstalost'yu na zanyatiyakh basketbolom [The development of coordination abilities at children with mental disability during basketball practicing]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series Humanities*, 2009, no. 2 (70), pp. 267–271. (In Russian).
3. Dmitriev A.A. Razvitie i korrektsiya dvigatel'noy sfery detey s intellektual'nymi narusheniyami [The Development and Correction of Motive Sphere of Children with Intellectual Abnormalities]. Krasnoyarsk, Editorial and Publishing Unit of Krasnoyarsk State Pedagogical University named after V.P. Astavief, 2002, 320 p. (In Russian).
4. Bernshteyn N.A. O lovкости i ee razvitiya [About Dexterity and its Development]. Moscow, Physic Culture and Sport Publ., 1991, 288 p. (In Russian).
5. Kuramshin Yu.F. Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury [Theory and Methods of Physical Culture]. Moscow, Sovetskiy sport Publ., 2004. 457 p. (In Russian).
6. Shapkova L.V. Chastnye metodiki adaptivnoy fizicheskoy kul'tury [Private Methods of Adaptive Physical Culture]. Moscow, Sovetskiy sport Publ., 2004, 464 p. (In Russian).
7. Shipitsyna L.M. «Neobuchaemyy» rebenok v sem'e i obshchestve [“Un-teachable Child in the Family and Society”]. Moscow, Rech SiB Publ., 2005, 474 p. (In Russian).
8. Chernik E.S. Fizicheskaya kul'tura vo vspomogatel'noy shkole [Physical Culture in Special Needs School]. Moscow, Uchebnaya literatura Publ., 1997, 320 p. (In Russian).
9. Lyakh V.I. Testy v fizicheskom vospitanii shkol'nikov [Tests in Physical Education of Schoolchildren]. Moscow, AST Publ., 1998, 272 p. (In Russian).

Поступила в редакцию 20.12.2016 г.

Отрецензирована 30.01.2017 г.

Принята в печать 08.08.2017 г.

Received 20 December 2016

Reviewed 30 January 2017

Accepted for press 8 August 2017

Конфликт интересов отсутствует.

There is no conflict of interests.

UDC 376.4

THE DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES OF MENTALLY RETARDED CHILDREN 9–11 YEARS OLD BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION

Vera Borisovna BOLDYREVA

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Culture and Sport Disciplines Department

Tambov State University named after G.R. Derzhavin

33 Internatsionalnaya St., Tambov, Russian Federation, 392000

E-mail: ver.bor.bold@mail.ru

Aleksander Yurevich KEYNO

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Culture and Sport Disciplines Department, Deputy Head of Pedagogical Institute

Tambov State University named after G.R. Derzhavin

E-mail: keino@tsu.tmb.ru

Pavel Mikhaylovich GRITSKOV

Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of Theory and Methods of Physical Culture and Sport Disciplines Department

Tambov State University named after G.R. Derzhavin

E-mail: gritskov1@yandex.ru

At the present time, in the era of automation, people's motor activity has significantly decreased. In a constantly deteriorating environment, this leads to a significant deterioration in physical development and various diseases. This especially affects children with disabilities. According to the statistics of the Ministry of Health, in our country now up to 70% of children with disabilities in the state of health are born. Therefore, special attention deserves the physical education of children of primary school age, when the motor base is laid, the motivation for practicing physical culture and sports is formed. Junior school age is the period in which the future member of society learns basic motor skills and skills, in the formation of which a significant role is played by coordination abilities. The development of coordination abilities in junior school age is an important part of the process of physical education in school. Developing the coordination abilities of children of different nosological groups, we form a "school of movements", which in the future will help with less effort to learn complex motor actions and learn new skills. Well-developed coordination capabilities are a fertile ground for the development of other physical qualities (strength, speed, endurance, etc.). An important factor is a properly constructed educational process for physical education for children of younger school age with mental or physical disabilities, restrictions. Teachers for physical education should take into account the methodical recommendations on sex, age, severity of the disease, the peculiarities of the psychic and emotional-volitional sphere of children. Formation of the need for motor activity, systematic training by physical education (exercises) and the implementation of a healthy lifestyle is one of the main tasks of adaptive physical education. In the process of physical education in primary school children of different nosological groups, primary attention is paid to the problems of correction of the primary defect, concomitant diseases and secondary deviations, the development of compensatory mechanisms for the realization of vital activity. The above provisions became real prerequisites, in which the method of developing the coordination abilities of mentally retarded children of primary school age by means of physical education was subsequently developed theoretically and experimentally. Various physical exercises included in the experimental method, variation of methods, methodological methods, and conditions for organizing classes are aimed at correcting the mentally retarded child and his potential opportunities. The appropriate selection of physical exercises allows you to selectively address both general and specific problems. Such natural kinds of exercises such as walking, running, jumping, throwing, ball exercises and others contribute to the development of motor qualities and the prevention of secondary disorders, correction of sensory and mental disorders.

Keywords: coordination ability; mentally retarded children; mental disorders; physical education; exercises; tests; possibility of movement

DOI: 10.20310/1810-0201-2017-22-6(170)-151-159

Для цитирования: Болдырева В.Б., Кейно А.Ю., Грицков П.М. Развитие координационных способностей умственно отсталых детей 9–11 лет средствами физического воспитания // Вестник Тамбовского университета. Серия Гуманитарные науки. Тамбов, 2017. Т. 22. Вып. 6 (170). С. 151-159. DOI: 10.20310/1810-0201-2017-22-6(170)-151-159.

For citation: Boldyreva V.B., Keyno A.Y., Gritskov P.M. Razvitie koordinatsionnykh sposobnostey umstvenno otstalykh detey 9–11 let sredstvami fizicheskogo vospitaniya [The development of coordination abilities of mentally retarded children 9–11 years old by means of physical education]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2017, vol. 22, no. 6 (170), pp. 151-159. DOI: 10.20310/1810-0201-2017-22-6(170)-151-159. (In Russian, Abstr. in Engl.).