

## **СТАНОВЛЕНИЕ МОТОРНЫХ НАВЫКОВ И РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ С ПРОБЛЕМАМИ В ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОМ РАЗВИТИИ**

**Павлюк Н.Б.<sup>1</sup>, Перевозчикова Е.В.<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Шуйский филиал ФГОБУ ВПО Ивановский государственный университет. г. Шуя. Российская Федерация (155908, Ивановская область, г. Шуя, ул. Кооперативная, д.24), e-mail: sgpu@sspu.ru*

Рассматривая проблему двигательно-моторного и эмоционального развития детей с проблемами в интеллектуальном развитии, нами были определены направления исследовательской работы. Суть их заключается в выявлении и создании условий для развития основных движений и на их основе способствовать формированию двигательных умений, а также произвести сравнительный анализ физической подготовленности детей с проблемами в интеллектуальном развитии с уровнем развития физических способностей с детьми без отклонений в развитии. Результаты исследования показали, что систематические занятия по формированию двигательных навыков и развитию физических способностей у детей с проблемами в интеллектуальном развитии способствуют развитию основных двигательных действий и улучшению координации движений. Исследование развития физических способностей показало, что у детей с проблемами в интеллектуальном развитии хорошо развиты силовые способности, а другие показатели физической подготовленности очень низкие и не соответствуют возрасту. По результатам исследования мы заключили, что задачами обучения и воспитания детей с проблемами в интеллектуальном развитии должны быть: развитие собственной активности детей, формирование навыков адекватного поведения и общения с окружающими, формирование основ двигательного опыта и поэтапное формирование двигательных умений в сочетании с развитием физических способностей.

Ключевые слова: проблемы в интеллектуальном развитии, основные двигательные умения, мышечные усилия, моторные навыки, ориентировка в пространстве, развитие физических способностей, навыки адекватного поведения и общения с окружающими.

## **FORMATION OF THE MOTOR HABITS AND DEVELOPMENT OF PHYSICAL ABILITIES IN CHILDREN WITH THE PROBLEMS OF THE INTELLECTUAL DEVELOPMENT**

**Pavlyuk N.B.<sup>1</sup>, Perevozchikova E.V.<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Szujski is the branch FGOBU VPO Ivanovskiy state university. g. Shuya. The Russian Federation, (155908 the Ivanovo province, Shuya, st. Cooperative, d.24) e-mail: sgpu@sspu.ru*

Examining the problem of the engine- motor and emotional development of children with the problems in the intellectual development, the determinate directions of research work were by us. Their essence consists in development and creation of conditions for the development of basic motions and to on their basis contribute to the formation of engine skills, and to also carry out the comparative analysis of the physical preparedness of children with the problems in the intellectual development with the level of the development of physical abilities with the children without the deviations in the development. The results of a study showed that the systematic occupations on the formation of the engine habits and the development of physical abilities in children with the problems of the intellectual development, contribute to the development of basic engine actions and to an improvement in the motor coordination. Development of physical abilities showed that in children with the problems in the intellectual development the power abilities are well developed, but other indices of physical preparedness very low and do not correspond to age. We concluded according to the results of a study that the instructions and of training the children with the problems in the intellectual development must be tasks: the development of the personal activity of children, the formation of the habits of adequate behavior and contact with those surrounding, the formation of the bases of engine experience and the step by step formation of engine skills in combination with the development of physical abilities.

Keywords: Problems in the intellectual development basic engine skills, muscular efforts, motor habits, orienting in the space, the development of physical abilities, the habits of adequate behavior and contact with those surrounding.

Актуальность нашего исследования была определена тем, что в раннем школьном возрасте у детей с проблемами интеллектуального развития наблюдается задержка становления моторных навыков, и на этом фоне – низкий уровень развития физических способностей. А проблемы с двигательным и эмоциональным развитием детей могут еще в большей степени задерживать их умственное и физическое развитие.

Научно доказано, что низкий уровень развития зрительного восприятия, двигательной и зрительно-двигательной координации существенным образом сдерживает процесс овладения ребенком двигательных умений. Кроме этого, у них наблюдается низкая готовность к установлению эмоционально-коммуникативных взаимоотношений со взрослыми, слабая выраженность стремления наладить эмоциональный контакт и найти способы общения со взрослыми, неумение привлечь их к совместной деятельности и согласовать с ними свои действия [2, 4, 5].

Вместе с тем исследования [2,3], а также опыт работы с детьми с проблемами в интеллектуальном развитии показывают, что эту беспомощность можно успешно преодолеть. Для этого необходимо рано включить ребенка в процесс систематических физкультурно-коррекционных занятий, которые будут способствовать как его физическому и психическому развитию в целом, так и формированию двигательных умений в частности.

#### **Задачи и направления исследования**

В исследовании были поставлены следующие задачи:

1. Выявить основные условия для развития движений, и на их основе способствовать формированию двигательных умений у детей с проблемами в интеллектуальном развитии.
2. Провести тестирование по определению физических способностей у детей с проблемами в интеллектуальном развитии и произвести сравнительный анализ с уровнем развития физических способностей с детьми без отклонений в развитии.

В исследовании приняли участие дети с проблемами в интеллектуальном развитии в возрасте 10-11 лет в количестве 12 человек (7 мальчиков и 5 девочек), находящиеся на обучении в специализированном учреждении для детей с проблемами в развитии г. Шуя Ивановской области, они составили экспериментальную группу. Контрольную группу составили дети 10-11 лет общеобразовательной школы № 9 г. Шуя в составе 12 человек (6 мальчиков и 6 девочек).

В ходе наблюдений за детьми с проблемами в интеллектуальном развитии было выявлено, что в процессе выполнения ими таких основных двигательных умений, как ходьба, бег и прыжки, их движения хаотичны, плохо координированы, дети плохо реагировали на мышечные усилия (часто теряли из рук спортивный инвентарь).

Доказано, что становление моторных навыков у детей с проблемами в интеллектуальном развитии идёт с большим опозданием [1]. У них нарушены функции движения: управляемость, чёткость, объём. В связи с этим нами были выделены следующие направления работы:

1. Развитие основных движений, таких как прямолинейный бег и ходьба, лазание и переползание, метание, прыжки, где целью было – выработка целенаправленного, полного и чётко направленного движения.
2. Развитие ориентировки в пространстве: кувырки, повороты различной сложности, изменение движений на условные сигналы, работы с инвентарем разным по составу. Целью было – научить ощущать своё тело, его положение в пространстве, мышечную силу.

### **Описание исследования**

В ходе исследования нами были определены и созданы необходимые условия для развития основных движений, и на их основе формирование двигательных умений и развитие физических способностей:

1. Произведён подбор и размещение специального и нестандартного оборудования с учётом гигиенических, методических и эстетических требований.
2. Для поддержания активности детей на занятиях, применялись подвижные игры на фоне эмоционально-речевого общения с педагогом.
3. Занятия проводились в индивидуальной форме (индивидуальную помощь оказывали студенты – личные тренеры) с увеличением самостоятельной двигательной активности детей с проблемами в интеллектуальном развитии.
4. Постепенное увеличение нагрузки и расширение двигательного опыта по мере подготовки детей, их обучения и физического развития.
5. Дети занимались в удобной, красивой и лёгкой спортивной форме, приятной с точки тактильных ощущений. Не допускалось использование синтетических тканей.
6. Занятия всегда проходили в чистом, хорошо проветренном помещении. При соблюдении температурного режима.

Было определено, что наиболее благоприятное время для проведения занятий это первая половина дня (10-11 часов). В это время дети наиболее активны и восприимчивы к физической и эмоциональной нагрузке. В содержание занятий входили упражнения, пробуждающие интерес детей к общению со взрослыми, устанавливающие связи и зависимости между словами, жестами и двигательным действием. Время первых занятий составляло всего 5-7 минут, постепенно время занятий увеличивалось и, в конечном счёте, было доведено до 25 минут. Положительным моментом было то, что у каждого ребенка экспериментальной группы был свой личный тренер в лице студента факультета физической

культуры ФГБОУ ВПО Шуйского филиала ИвГУ. Студенты помогали детям при выполнении всех физических упражнений и в решении двигательных задач.

В результате первых занятий у детей с проблемами в интеллектуальном развитии улучшилась целенаправленность движений, они стали подчинены жестам и речи взрослого. В ходе наблюдений нами было отмечено, что дети перестали хаотично выполнять двигательные задачи, их движения стали более целенаправленными на достижение условно поставленной цели, их действия стали подчиненными и легко регулируемы педагогом. Постепенно, по мере сформированности устойчивого внимания, мы старались перейти от индивидуальной работы к групповой работе (в группе было по 3-4 чел.), где деятельность детей переходила под контроль педагога. Виды упражнений на данном этапе обучения и развития детей были направлены на развитие основных двигательных действий и развитие ориентировки в пространстве. Для помощи в выполнении упражнений мы привлекали самих детей, это способствовало проявлению интереса у детей к взаимовыручке и товариществу. Для повышения эмоционального фона занятий всегда применялось музыкальное сопровождение и интерактивная доска с показом упражнений в видеорежиме. Одним из основных методических приёмов было то, что после выполнения определённых двигательных действий и упражнений, дети всегда поощрялись. Всё это, на наш взгляд, способствовало развитию моторно-зрительной координации, пространственной ориентировки, развитию действий совместно с педагогом, воспитанию чувства коллективизма.

### **Результаты исследования**

В ходе проведения систематических занятий по формированию двигательных навыков и развитию физических способностей, дети научились выполнять основные двигательные действия, ориентируясь в пространстве, научились правильно выбирать направление движений (вправо, влево, вперёд, назад, вверх, вниз), у детей значительно улучшилась координация движений, они научились управлять мышечными усилиями.

Проведённое исследование развития физических способностей показало, что у детей с проблемами в интеллектуальном развитии более всего развиты силовые способности, тогда как другие показатели физической подготовленности очень низкие и не соответствуют возрасту (табл.1).

**Таблица 1**

Результаты тестирования развития физических способностей детей контрольной и экспериментальной групп

Физические способности	Контрольные упражнения	Контрольная группа $X \pm m$	Экспериментальная группа $X \pm m$
------------------------	------------------------	---------------------------------	---------------------------------------

		Мал. n = 6	Дев. n = 6	Мал. n = 7	Дев. n = 5
Скоростные	Бег 30 м (с)	5,7 ± 0,6	5,9 ± 0,7	7,4 ± 1,3	9,1 ± 0,9
Координационные	Челночный бег 3x10 (с)	9,2 ± 0,5	9,7 ± 0,3	15,7 ± 1,6	19,2 ± 1,3
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	145 ± 5	132 ± 3,5	102 ± 5,5	65 ± 15,25
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	7,5 ± 0,5	8,5 ± 1,5	3,5 ± 0,5	7,5 ± 0,5
Силовые	Подтягивание (кол-во раз)	6 ± 0,5	4 ± 1,5	7 ± 0,5	4 ± 1,25

В результате тестирования определили, что уровень развития физических способностей 10-11 летних детей с проблемами в интеллектуальном развитии соответствует низкому уровню семилетних детей, кроме показателей при измерении силовых способностей и гибкости. У детей с проблемами в интеллектуальном развитии менее всего развиты координационные способности, а у девочек очень низкие показатели развития скоростно-силовых способностей.

#### **Обсуждение результатов исследования и выводы**

По результатам исследования мы заключили, что задачами обучения и воспитания детей с проблемами в интеллектуальном развитии должны, в первую очередь, быть: развитие собственной активности детей, формирование навыков адекватного поведения и общения с окружающими, формирование основ двигательного опыта и поэтапное формирование двигательных умений в сочетании с развитием физических способностей. Немаловажной задачей также является развитие чувства товарищества и коллективизма. Необходимо постоянно, без перерывов развивать у детей с проблемами в интеллектуальном развитии зрительно-моторную координацию и ориентировку в пространстве, обучать самостоятельному выполнению двигательных задач и формировать постоянный интерес к занятиям физическими упражнениями.

#### **Список литературы**

1. Головачева Т.В. Особенности развития игры у детей с проблемами в психическом развитии, воспитывающихся в доме ребенка [Электронный ресурс]// Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» URL: <http://festival.1september.ru/articles/524685/> (дата обращения: 17.02.15).
2. Кулеша Э. Освоение предметных действий умственно отсталыми детьми// Дефектология.- 1999.- №3 . – С. 65-68

3. Павлюк Н.Б., Перевозчикова Е.В. Инновационные технологии при формировании двигательных навыков в баскетболе в целях повышения качества учебного процесса //Журнал «Вестник Северо-Кавказского государственного технического университета».- 2013 - № 4 (37) - С.177-180
- 4.Соколова Н.Д. Игровая деятельность умственно отсталых дошкольников// Дошкольное воспитание аномальных детей: Книга для учителя и воспитателя/ Под. ред. Л.П. Носковой.- М.: Просвещение, 1993.- С. 135-147
5. Стребелева Е.А. О путях развития мышления умственно отсталых детей//Психолого-педагогические особенности коррекционной работы во вспомогательной школе и дошкольных учреждениях.- Л.: Изд. ЛГПИ, 1996.- С. 87-95

**Рецензенты:**

Правдов М.А., д.п.н., профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта. Шуйский филиал ФГОУ ВПО Ивановский государственный университет. г. Шуя;  
Кисляков П.А., д.псх.н., доцент кафедры безопасности жизнедеятельности. Шуйский филиал ФГОУ ВПО Ивановский государственный университет, г. Шуя.