

ГОТОВНОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВФСК ГТО

УДК/UDC 796.011.3

Поступила в редакцию 11.05.2020 г.



Информация для связи с автором:
klimova@bsu.edu.ru

Кандидат биологических наук, доцент **В.К. Климова**¹
Доктор педагогических наук, профессор **Л.Н. Волошина**¹
Кандидат педагогических наук, доцент **Я.В. Стрелкова**¹
Кандидат педагогических наук **Т.А. Миронова**¹

¹Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород

FITNESS OF SECONDARY SCHOOLCHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES FOR GTO TESTS

PhD, Associate Professor **V.K. Klimova**¹

Dr. Hab., Professor **L.N. Voloshina**¹

PhD, Associate Professor **Ya.V. Strelkova**¹

PhD **T.A. Mironova**¹

¹Belgorod State National Research University, Belgorod

Аннотация

Цель исследования – определение степени готовности мальчиков 11-12 лет с интеллектуальными нарушениями, имеющих диагноз «Легкая умственная отсталость» и «Минимальная мозговая дисфункция», к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Методика и организация исследования: анализ научно-методической литературы, анализ медицинских карт, определение гармоничности физического развития, педагогическое тестирование (предлагалось выполнить 3 обязательных теста и 3 теста по выбору ВФСК ГТО), методы математической статистики. В исследовании приняло участие 40 школьников, по 20 мальчиков 11 и 12 лет, с интеллектуальными нарушениями.

Результаты исследования и выводы. По результатам проведенного анализа выявлено негармоничное развитие обследованного контингента, обусловленное преобладанием массы тела и снижением ростовых параметров. При первом тестировании в начале учебного года установлено, что развитие физических качеств мальчиков обоих возрастов ниже установленных нормативов бронзового знака комплекса ГТО. Явное отставание наблюдается в показателях развития выносливости, силы и скоростно-силовых качеств. В конце года при повторном тестировании рост значений некоторых исследуемых показателей был статистически значимым в обеих группах. Выполнение ряда тестов участниками исследования соответствовало нормативам бронзового знака, однако полный комплекс тестов на получение знака ВФСК ГТО не выполнил ни один участник исследования. Полученные результаты подтверждают наличие проблем в развитии физических качеств у мальчиков 11-12 лет с интеллектуальными нарушениями, что соотносится с результатами современных исследований и нацеливает на системную комплексную подготовку детей к сдаче нормативов ВФСК ГТО в урочных и внеурочных формах работы.

Ключевые слова: готовность, ВФСК ГТО, интеллектуальные нарушения, тесты.

Annotation

Objective of the study was to determine how fit the 11-12-year-old boys with intellectual disabilities diagnosed with mild mental retardation and minimal cerebral dysfunction are for GTO complex tests.

Research methods and structure. The research methods included analysis of scientific and methodological literature, analysis of medical records, physical development rating, pedagogical testing (3 compulsory tests and 3 elective GTO tests), methods of mathematical statistics. The study involved 40 schoolchildren, 20 boys in the age of 11 and 12 years, with intellectual disabilities.

Research results and conclusions. The study revealed the inharmonious development of the surveyed contingent, due to the predominance of body weight and a decrease in growth parameters. The first testing at the beginning of the school year found that the development of physical qualities in boys of both ages is lower than the established bronze badge GTO standards. A clear lag in development is observed in the endurance, strength and speed-strength qualities indices. The second test at the end of the year showed the statistically significant growth in some of the studied indices in both of the groups. Some of tests were performed by the tessees in compliance with the bronze badge standards, however, none of the tessees got through all GTO tests. The results obtained confirm the problems in the development of physical qualities in the 11-12-year-old boys with intellectual disabilities, which correlates with the current research results and aims at the systemic comprehensive training of the children for GTO tests during class time and extracurricular activities.

Keywords: fitness, RPCSC GTO, intellectual disabilities, tests.

Введение. Вовлечение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) как наиболее незащищенной категории в физкультурно-спортивную деятельность является одним из индикаторов уровня развития физической культуры российского общества [2, 3]. За последние годы создана база нормативов ВФСК ГТО для лиц с ОВЗ, учитывающая специфику отклонений, степень двигательных и функциональных нарушений.

В современных исследованиях отечественных и зарубежных ученых констатируется тот факт, что у детей с интеллектуальными нарушениями наблюдается снижение показателей психического и физического статуса. Это подтверждает необходимость создания специальных условий обучения и воспитания на занятиях физической культурой [1, 4, 5]. Необходимым условием обеспечения адаптационной, компенсаторной, реабилитационной функции комплекса

Число отдельных испытаний, по которым выполнены нормативы на получение бронзового знака ВФК ГТО по окончании исследования

| Возраст, лет | Тест 1 | Тест 2 | Тест 3 | Тест 4 | Тест 5 | Тест 6 | Итого |
|--------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 11 | 0 | 2 | 1 | 3 | 0 | 2 | 8 |
| 12 | 1 | 5 | 1 | 10 | 2 | 6 | 25 |

ГТО и мотивации детей с интеллектуальными нарушениями к физкультурно-оздоровительной деятельности является выявление степени готовности обучающихся к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Цель исследования – определение степени готовности мальчиков 11–12 лет с интеллектуальными нарушениями к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Методика и организация исследования. В рамках исследования проводился анализ медицинских карт, определение гармоничности физического развития с использованием центильных таблиц, педагогическое тестирование (предлагалось выполнить 3 обязательных теста и 3 теста по выбору ВФСК ГТО), методы математической статистики.

Исследование проводилось в начале и в конце учебного года на базе муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Общеобразовательная школа № 30» г. Белгорода. В нем приняло участие 40 обучающихся, по 20 мальчиков 11 и 12 лет.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ медицинских карт, проведенный совместно с медицинским работником школы, позволил прийти к заключению, что все участники исследования имеют диагноз «Легкая умственная отсталость» и «Минимальная мозговая дисфункция». У некоторых обучающихся диагноз осложнен сопутствующими патологиями различных систем организма. При оценке гармоничности физического развития установлено, что у 40% детей физическое развитие характеризуется как среднее гармоничное. Негармоничное развитие, обусловленное превышением массы тела и снижением показателей роста, установлено у 60% обучающихся. Из 40 школьников, принявших участие в исследовании, 10 мальчиков (25%) относятся к основной группе здоровья, 30 (75%) – к подготовительной. У всех школьников отсутствуют медицинские противопоказания к занятиям физической культурой.

На рис. 1. приводятся результаты тестирования мальчиков 11 лет, проведенного в сентябре 2018 г. и мае 2019 г. Они позволяют оценить развитие физических качеств в период перехода из начальной школы в основную и выявить динамику их развития за учебный год. Полученные результаты соотношены с требованиями на получение бронзового знака ВФСК ГТО.

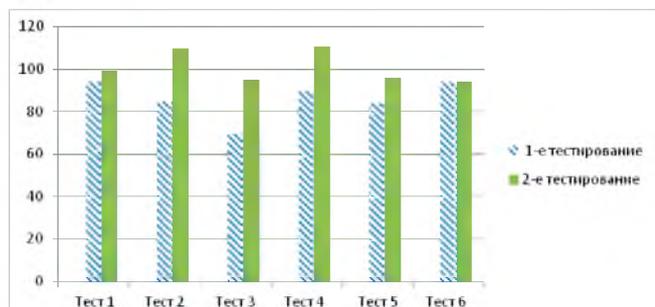


Рис. 1. Результаты тестирования мальчиков 11 лет. Обозначения: Нормативы ВФСК ГТО на получение бронзового знака приняты за 100%.

Обязательные тесты. Тест 1. «Бег на 60 м» (с). Тест 2. «Бег на 1500 м» (мин, с). Тест 3. «Подтягивание из виса на высокой перекладине» (раз).

Тесты по выбору. Тест 4. «Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами» (см). Тест 5. «Прыжок в длину с места» (см). Тест 6. «Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м» (количество попаданий из 10 бросков).

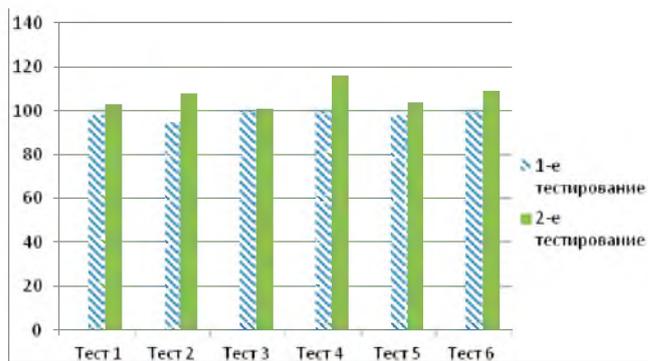


Рис. 2. Результаты тестирования мальчиков 12 лет (обозначения, как на рис. 1)

При первом тестировании установлено, что развитие физических качеств мальчиков, достигших возраста 11 лет, ниже нормативов бронзового знака комплекса ГТО. Явное отставание наблюдается в показателях развития выносливости, силы и скоростно-силовых качеств (см. рис. 1). К окончанию учебного года различия в росте показателей развития гибкости, координационных способностей и выносливости достигли статистически достоверных значений ($p < 0,05$),

У мальчиков 12 лет в начале учебного года практически все значения показателей исследуемых физических качеств были близки значениям нормативов бронзового знака (рис. 2). Максимальный прирост (гибкость – 16%, выносливость и метание малого мяча – 8%) наблюдался в тех же тестах, что и у 11-летних. Различия между значениями этих показателей в начале и в конце года были статистически значимы.

При сравнении требований к выполнению предложенных тестов, входящих в перечень тестов на получение знаков комплекса (III степень ВФСК ГТО для лиц от 11 до 12 лет с интеллектуальными нарушениями), и индивидуальных достижений участников исследования установлено, что требования на получение золотого и серебряного знаков не выполнил ни один из мальчиков ни по одному из видов испытаний как в начале года, так и по его завершении. Практически ни один испытуемый не выполнил в полном объеме нормативы на получение бронзового знака. Однако по отдельным тестам некоторые школьники достигли уровня, который соответствует бронзовому знаку комплекса (см. таблицу). Меньше всего было выполнено тестов, позволяющих оценить развитие быстроты (бег на 60 м) и скоростно-силовых качеств (прыжок в длину). Наиболее продуктивно были выполнены обеими группами тесты, определяющие развитие гибкости и координационных способностей.

Школьниками в возрасте 11 лет было выполнено всего 8 тестов, соответствующих нормативам бронзового знака. 12-летние школьники выполнили таких тестов в 3 раза больше, что можно объяснить возрастными особенностями данной группы и приближением к верхней возрастной норме III степени комплекса.

Выводы. Полученные результаты подтверждают наличие проблем в развитии физических качеств у мальчиков 11–12 лет с интеллектуальными нарушениями, что соотносится с результатами современных исследований и нацеливает на системную комплексную подготовку детей к сдаче нормативов ВФСК ГТО в урочных и внеурочных формах работы.

Анализ результатов тестирования в переходный период от обучения в начальной школе к обучению в основной свиде-

тельствует о недостаточной готовности детей к выполнению нормативов на следующей возрастной ступени, что побуждает обратить внимание на реализацию принципа преемственности в процессе внедрения ВФСК ГТО.

Статья выполнена при поддержке гранта РФФИ 19-013-00133 «Комплексное исследование двигательной активности растущего человека в условиях вариативной системы физического воспитания».

Литература

1. Васянина И.И. Организация и содержание физкультурно-оздоровительного направления внеурочной деятельности по физической культуре учащихся с легкой умственной отсталостью: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.И. Васянина [Текст]. – Санкт-Петербург: Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2016. – 24 с.
2. Евсеев С.П. Подготовка школьников 13-14 лет с интеллектуальными нарушениями к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО для инвалидов в процессе урока физической культуры [Текст] / С.П. Евсеев, А.А. Шелехов, А.В. Титова // Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) для инвалидов: теория и практика: сб. материалов II Всероссийской научно-практической конференции. – СПб.: НГУ им. П.Ф. Лесгафта, 2018. – С. 10-12.
3. Евсеев С.П. Классификация тестов, норм и способов оценки физической подготовленности инвалидов как предпосылка научного обоснования компонентов обеспечения для них доступности центров тестирования ВФСК ГТО [Текст] / С.П. Евсеев, О.Э. Евсева, А.В. Аксенов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 7 (149). – С. 57-66.

References

1. Vasyanina I.I. Organizatsiya i sodержanie fizkulturno-ozdorovitel'nogo napravleniya vneurochnoy deyatel'nosti po fizicheskoy kulture uchashchih'sya s legkoy umstvennoy otstalost'yu [Organization and content of health and fitness direction of extracurricular activities in physical education of students with mild mental retardation]. PhD diss. abstr. St. Petersburg: Lesgaft NSUPCSH publ., 2016. 24 p.
2. Evseev S.P., Shelekhov A.A., Titova A.V. Podgotovka shkolnikov 13-14 let s intellektual'nymi narusheniyami k vypolneniyu normativov ispytaniy (testov) VFSK GTO dlya invalidov v protsesse uroka fizicheskoy kulture [Training of 13-14 year-olds with intellectual disabilities for GTO tests for disabled in the physical education process]. Vserossiyskiy fizkulturno-sportivny kompleks «Gotov k trudu i oborone» (GTO) dlya invalidov: teoriya i praktika [Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" (GTO) for the disabled: theory and practice: collected articles. Proc. II nat. res.-practical conference. St. Petersburg: Lesgaft NSU publ., 2018. pp. 10-12.
3. Evseev S.P., Evseeva O.E., Aksenov A.V. Klassifikatsiya testov, norm i sposobov otsenki fizicheskoy podgotovlennosti invalidov kak predposylka nauchnogo obosnovaniya komponentov obespecheniya dlya nikh dostupnosti tse ntrov testirovaniya VFSK GTO [Classification of tests, norms and methods for rating physical fitness of disabled people as a prerequisite for scientific substantiation of how to make GTO testing centers accessible for them]. Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2017. No. 7 (149). pp. 57-66.
4. Dowling A., McConkey S., Hassan R., David A. Sport, Coaching and Intellectual Disability. Routledge. 2014. 28p.
5. Peer J.W., Hillman S.B. Stress and Resilience for Parents of Children With Intellectual and Developmental Disabilities: A Review of Key Factors and Recommendations for Practitioners. J. Policy Pract. Intellect. Disabil. 2014. Vol. 11, no. 2. pp. 92-98.

ИЗ ПОРТФЕЛЯ РЕДАКЦИИ

ПРИМЕНЕНИЕ СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ БАДМИНТОНА НА СТАБИЛОПЛАТФОРМЕ В ПРОЦЕССЕ КОРРЕКЦИИ ЗРЕНИЯ

Кандидат педагогических наук, доцент

В.Г. Турманидзе¹

Кандидат биологических наук, доцент **А.В. Турманидзе¹**

А.А. Фоменко¹

¹Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, Омск

УДК/UDC 796/799

Ключевые слова: бадминтон, волан, зрение, миопия, стабиллоплатформа.

Введение. Биомеханические способности человека удерживать вертикальное положение напрямую связаны с координационными характеристиками и приспособительными механизмами сенсорной системы, в частности зрительного анализатора [3]. Синхронизация работы зрительного аппарата и вестибулярной системы стабилизируется при реализации сложнокоординационных двигательных действий [1], например при жонглировании и игре в бадминтон [2].

Цель исследования – экспериментально доказать эффективность применения специальных упражнений бадминтона на стабиллоплатформе в процессе коррекции зрения.

Методика и организация исследования. В исследовании приняли участие 18 студентов в возрасте 17–21 года, отнесенные к специальной медицинской группе с нарушениями зрительной функции. Диагностика зрения проводилась на авторефрактометре Topogef II. Изучение параметров вертикальной устойчивости осуществлялось с помощью комплекса стабиллометрии «Стабиллоплатформа СТ-150» по стандартной методике.

Результаты исследования и их обсуждение. Диагностика исследуемой группы производилась на начальном и завершающем этапах эксперимента с временным интервалом в 4 месяца. Исходное тестирование выявило следующие показатели зрения: V OD/OS, 0,2/0,1 ± V OD/OS, 0,3/0,2

SPECIAL FORCE PLATE BADMINTON EXERCISES FOR VISION CORRECTION

PhD, Associate Professor **V.G. Turmanidze¹**

PhD, Associate Professor **A.V. Turmanidze¹**

A.A. Fomenko¹

¹Omsk State University named after F.M. Dostoevsky, Omsk

Поступила в редакцию 28.08.2020 г.

($p < 0,05$). После первой сессии на стабиллоплатформе результат составил 59,54±2,49% ($p < 0,01$) при норме 88%.

Студенты выполняли технические элементы с воланом: подбрасывания на разную высоту и длину, а также удары ракеткой по волану, находясь на стабиллоплатформе и основываясь на мониторинге аудиальных и визуальных помощников системы, старались улучшить показатели равновесия.

Результаты итогового тестирования зафиксировали достоверно значимый прирост по всем исследуемым показателям. Острота зрения возросла до V OD/OS, 0,5/0,4 ± VOD/OS, 0,7/0,6 ($p < 0,05$), а способность удерживать равновесие – до 76,32±3,27% ($p < 0,05$). Мощность корреляционных связей возросла с 2,5 до 3,2 ($r > 0,7$).

Вывод. Тренировка двигательных и координационных способностей посредством специальных упражнений с воланом на стабиллоплатформе в исследуемой группе улучшила характеристики зрения и повысила значения вестибулярного контроля.

Литература

1. Горская И.Ю. Критерии оценки общей координационной подготовленности футболистов / И.Ю. Горская, И.В. Аверьянов, Е.Н. Мироненко // Теория и практика физ. культуры. – 2020. – № 6. – С. 94-96.
2. Турманидзе А.В. Характеристики силовых и скоростно-силовых возможностей мышц высококвалифицированных бадминтонистов / А.В. Турманидзе // Теория и практика физ. культуры. – 2019. – № 8. – С. 8.
3. Турманидзе А.В. Использование специальных физических упражнений с перьевым воланом в процессе коррекции зрения / А.В. Турманидзе // Теория и практика физ. культуры. – 2020. – № 1. – С. 94.

Информация для связи с авторами: anton.turmanidze@yandex.ru