

Власов Валерий Николаевич,

д-р мед. наук, профессор;

Манаева Ольга Сергеевна,

студентка магистратуры,

ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет»,

г. Тольятти, Самарская область, Россия

УЛУЧШЕНИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 12-15 ЛЕТ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

В статье представлены данные по влиянию средств физической реабилитации по развитию координационных способностей детей 12-15 лет с задержкой психического развития. Полученные результаты свидетельствуют о положительном влиянии дополнительных занятий физической культурой по улучшению координационных способностей учащихся.

Ключевые слова: задержка психического развития, физическая реабилитация, координационные способности.

Задержка психического развития является одной из наиболее распространённых форм патологии детского возраста. Это особый вид аномалии, проявляющийся в нарушении нормального темпа психического развития. Число детей с задержкой психического развития разной степени выраженности может достигать 15-16% [1, 2].

Известно, что физическое развитие детей находится в тесной взаимосвязи с их психическим развитием. Вследствие замедленного темпа развития психики, замедляется их физическое развитие и как следствие замедляется развитие основных физических качеств, становление которых напрямую зависит от подбора средств и методов педагогического воздействия. К сожалению, таких разработок в образовательных учреждениях в настоящее время недостаточно. Причем проблема развития координационных способностей детей затронута лишь косвенно [1, 2].

Цель исследования: разработка методики физической реабилитации для улучшения координационных способностей детей 12-14 лет с задержкой психического развития.

Объект исследования – процесс физической реабилитации детей 12-14 лет с задержкой психического развития.

Предмет исследования – методика физической реабилитации по улучшению координационных способностей детей 12-14 лет с задержкой психического развития.

Материал и методики. В исследовании приняло участие 20 мальчиков 12-14 лет с задержкой психического развития по 10 человек в группе.

В контрольной группе дети занимались по общепринятой образовательной программе.

В экспериментальной группе мальчики один раз в неделю в течение четырех месяцев дополнительно занимались физической культурой, продолжительностью сорок минут. Занятия были направлены на улучшение координационных способностей. Они включали в себя специально разработанные комплексы упражнений. Еженедельно выполнялся один из трех разработанных комплексов. Форма построения занятий была традиционной и состояла из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Результаты оценки в динамике координационных способностей мальчиков экспериментальной и контрольной групп по традиционно используемым показателям представлены в Таблице 1.

Анализируя полученные результаты, можно обнаружить положительную динамику результатов всех используемых в исследовании показателей, как в экспериментальной, так и контрольной группах. Однако в экспериментальной группе улучшение значений показателей было достоверно значимо и в сравнении с контрольной группой, что свидетельствует о влиянии еженедельных дополнительных занятий физической культурой по улучшению координационных способностей мальчиков 12-15 лет с задержкой психического развития.

Таблица 1 – Изменения координационных способностей мальчиков 12-15 лет с задержкой психического развития ($M \pm m$)

№п/п	Значение показателя	До эксперимента		После эксперимента	
		Контрольная группа	Экспериментальная группа	Контрольная группа	Экспериментальная группа
1	Проба Ромберга (сек.)	44,5±5,48	45,5±5,03	44,7±5,16*	53,3±4,52**##
2.	Челночный бег 3-10 м (сек.)	9,69±0,39	9,56±0,33	9,56±0,31*	8,96±0,44**##
3.	Обводка фишек футбольным мячом (сек.)	27,57±0,48	26,78±0,54	28,84±0,48*	21,7±0,52*#
4.	Бег 50 м с применением координационной лестницы (сек.)	16,82±0,39	16,84±0,6	17,12±0,72*	15,61±0,61*#
5.	Ведение баскетбольного мяча в беге с изменением направления 10м (сек.)	10,77±0,82	10,61±0,76	10,87±0,92*	9,75±0,81**##
6.	Ведение мяча по линии круга (сек.)	26±1,56	23,8±1,32	26±1,25*	22±1,33*#
7.	«Ласточка» (сек.)	6,7±0,74	6,76±0,71	6,42±0,91*	7,59±1,14**##
8.	Бег с изменением движения (полоса препятствий) (сек.)	163,3±9,98	160,2±9,94	163,4±9,67*	150,1±11,3*#

* - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$ – достоверность отличий относительно начала эксперимента
- $p < 0,05$; ## - $p < 0,01$ – достоверность отличий относительно контроля

Таким образом, улучшение результатов координационных способностей у детей экспериментальной группы в конце эксперимента по сравнению с детьми контрольной группы подтверждают эффективность применения дополнительных занятий физической культурой для улучшения координационных способностей у детей с задержкой психического развития.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дробинская А.О. Ребенок с задержкой психического развития: понять, чтобы помочь. – М.: Школьная пресса – 2011. – 96 с.
2. Ярлыкова О.В. Актуальные проблемы совершенствования физической подготовленности детей младшего школьного возраста, имеющих отклонения в состоянии здоровья // Таврический научный обозреватель. – 2016. – № 8. – С. 36-42.