

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНУЮ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ

Песоцкий Д.Н.,

магистрант ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Минина Н.В., канд. пед. наук, доцент

В практике физического воспитания чаще всего индивидуальный подход применяют к учащимся подросткового возраста. В этот период у детей определяются достоверные различия в длине и массе тела, окружности грудной клетки, темпах полового созревания. Все это требует учета в обучении двигательным действиям, при развитии двигательных качеств, сдаче контрольных нормативов [1].

Цель исследования – изучить особенности физического развития детей вспомогательных учреждений различного возраста.

Материал и методы. В исследовании приняло участие 28 учащиеся вспомогательной школы №26 г. Витебска, имеющие легкую степень интеллектуальной недостаточности. Методы исследования: измерение массы тела, длины тела; математической статистики, наблюдения.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенного исследования было установлено, что дети, имеющие отклонения в умственном развитии, достоверно отличаются по показателям физического развития не только в подростковом возрасте. Так 32% девочек младшего возраста имеют достоверные различия в массе тела. Нами установлены достоверные различия показателей длины тела у 28% юношей старшего возраста.

Учет индивидуальных особенностей физического развития и моторики, а также уровня интеллектуального развития детей позволяет более целенаправленно и эффективно корректировать имеющиеся у них недостатки.

При выборе средств и методов, используемых на занятиях с детьми, имеющими интеллектуальную недостаточность, учитель предлагает упражнения, наиболее соответствующие их возможностям, силам.

В практике физического воспитания для оценки физической подготовленности существует стандартный набор тестов. Всем занимающимся предлагается выполнить одинаковые задания. На наш взгляд, измерения различных сторон физической подготовленности необходимо проводить систематически не реже 1 раза в четверть, а не 2 раза в год как предусмотрено программой.

Поскольку учащиеся имеют выраженные различия, то каждому необходим индивидуальный подбор своих посильных вызывающих интерес упражнений. На занятиях важен индивидуальный подход и задания по выбору. Предлагаемый нами прием «соревнование с самим собой» наиболее отражает данный момент. В процессе отбора упражнений мы установили, что с детьми младшего школьного возраста необходимо использовать игровые задания, с детьми среднего возраста вызывающие интерес упражнения, со старшеклассниками задания требующие проявления воли, терпения.

Заключение. Учащиеся, которые имеют очень низкие результаты, нуждаются в особом использовании дифференцированного и индивидуального подхода.

1. Теория и методика физической культуры (физическая культура детей дошкольного и школьного возраста): курс лекций / сост. Н.В. Минина. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2018. – С.20.

ВЛИЯНИЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ НА КИНЕМАТИЧЕСКУЮ СТРУКТУРУ БЕГОВОГО ШАГА

Свешникова И.А.,

студентка 3 курса ФГБОУ ВО «Липецкий государственный педагогический университет

имени П.П. Семенова-Тян-Шанского», г. Липецк, Российская Федерация

Научный руководитель – Коршиков В.М., канд. пед. наук, доцент

Одним из главных направлений совершенствования техники двигательных действий является поиск более эффективных средств и методов повышения уровня технического мастерства спортсменов. К одним из таких, на сегодняшний день, относится теоретический метод оптимизации спортивной техники, предполагающий использование биомеханических моделей техники спортсменов, полученных, в том числе и на основе анализа кинематической структуры бегового шага.

Цель исследования – на основании сравнительного анализа кинематических характеристик беговых шагов спортсменов высокой спортивной квалификации, выявить изменения исследуемых параметров, связанные с их спортивной специализацией.