

ОЦЕНКА ВОЗРАСТНО-ПОЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

А. И. Новицкая,

П. И. Новицкий

*Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П. М. Машерова,
г. Витебск, Республика Беларусь*

Важное место в трудовой, бытовой, игровой и учебной деятельности детей занимает способность быстро совершать движения с максимальными усилиями, интегрированные в так называемые скоростно-силовые способности (ССС). Органически взаимодействуя в психомоторной организации человека морфофункциональные свойства, обеспечивающие проявление быстроты и силы, в целом зависят от состояния всех систем организма. Однако, в наибольшей степени уровень их проявления обусловлен функциональным состоянием нервной системы, при нарушении развития которой наблюдаются отклонения и в развитии СССР. В частности, быстрота двигательной реакции, скорость воспроизводимых движений зависят от состояния центральной и периферической нервной системы, от многих психических функций (ощущение, восприятие, внимание) и даже от особенностей характера и поведения. Прямым образом от рабочего состояния нервной системы зависят и способности мышц человека к быстрому нарастанию усилий в начале выполнения движения. У детей с умственной отсталостью, как минимум один или несколько из перечисленных факторов имеют дефектную основу и поэтому тормозят развитие скоростных способностей [1].

Данные литературных источников показывают, что уровень развития скоростно-силовых способностей у детей с легкой степенью интеллектуальной недостаточности (ЛСИИ), обучающихся во вспомогательных школах, заметно ниже, чем у учащихся общеобразовательных школ. Так, по данным разных исследований (Самыличев А. С., 1985; Черник Е. С., 1992; Раку С. Б., 1997, Басова Е. В., Новицкий П. И., 1999) относительные показатели разницы в уровнях развития скоростно-силовых способностей учащихся вспомогательных и общеобразовательных школ могут составлять от 8 до 43 % .

Причины этого связываются не только с органическими нарушениями в развитии организма, но с малоактивным образом жизни, недостаточной социализацией и интеграцией в обществе этих детей. Не мало важным фактором выступает и качество физического воспитания в жизни данного контингента. Поскольку наибольшее значение в жизни ребенка с нарушенным интеллектом играет не самостоятельная активность, а участие в его развитии внешнего педагогического окружения. Важнейшим звеном в этом процессе являются учреждения образования. Именно рационально организованная физическая подготовка учащихся в учебной и внеклассной работе по физической культуре, как свидетельствуют данные литературы может показывать результаты развития ССС у учащихся с ЛСИН на уровне сверстников массовых школ и даже выше [2].

Эти обстоятельства указывают на необходимость поиска эффективных методик физической подготовки данного контингента обучающихся. Необходимость в совершенствовании организации и содержания физической подготовки учащихся вспомогательных школ остается актуальной педагогической проблемой.

Основными составляющими физической подготовки, как педагогического процесса являются: рациональное планирование, непосредственная практическая реализация содержания занятий и педагогический контроль. Во всех случаях неотъемлемым элементом этих компонентов выступает информация о состоянии и динамике показателей педагогического процесса (в данном случае — показателей уровня развиваемых двигательных способностей). Соответственно, и научное решение задач, связанных с созданием новых или коррекцией существующих педагогических методик, требует исходного как теоретического, так и эмпирического материала, констатации фактического состояния решаемой проблемы. В нашем случае, таким исходным материалом выступает актуальный уровень развития ССС у учащихся, обучающихся во вспомогательных школах. В тоже время в учебной программе по предмету «Физическая культура и здоровье» преподаваемому во вспомогательных школах республики [3] и других методических материалах, сопровождающих данный образовательный процесс, оценочные данные, позволяющие определять уровень физической подготовленности учащихся, мы не встретили.

Таким образом, цель исследования заключалась в разработке норм оценки развития ССС у учащихся с легкой степенью интеллектуальной недостаточности, обучающихся во вспомогательных школах.

При разработке оценки уровней развития ССС использовалась шкала результатов тестирования, построенная на основе стандартных отклонений от средней арифметической [4]. В качестве средней арифметической и стандартного отклонения были взяты статистические данные, полученные в результате проведенного в Беларуси массового тестирования учащихся 1—9 классов вспомогательных школ [5]. Использовались данные тестирования ССС у учащихся обоего пола с ЛСИН, в возрасте 8—17 лет. В качестве показателя ССС использовались результаты прыжка в длину с места (ПДМ). Количество каждой возрастно-половой группы составило 100 и более человек.

Релевантность, представленных норм распространяется в первую очередь на контингент учащихся, обучающихся в учреждениях специального образования в Республике Беларусь. Однако, они могут быть использованы и российскими специалистами, поскольку в ранее известных публикациях не отмечалась статистически значимая разница в показателях выполнения ПДМ у белорусских и российских учащихся с ЛИН [2]. Репрезентативность расчетных данных подкреплена количеством школ из различных регионов Беларуси и числом учащихся в рассматриваемых возрастных группах.

Установленные уровни развития скоростно-силовых способностей у девочек (девушек) и мальчиков (юношей) 8—17 лет с легкой степенью интеллектуальной недостаточности представлены в таблицах 1, 2.

Таблица 1

*Показатели уровней развития скоростно-силовых способностей
у девочек (девушек)
с легкой степенью интеллектуальной недостаточности
(по результатам выполнения прыжка в длину с места)*

Уровни	Баллы	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Очень низкий	1	46 и менее	51 и менее	56 и менее	66 и менее	77 и менее	80 и менее	84 и менее	87 и менее	103 и менее	103 и менее
	2	56	61	67	78	88	92	96	99	113	113
Низкий	3	66	71	78	90	98	104	108	111	123	123
	4	76	81	89	102	109	116	120	123	133	133

Окончание табл. 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Средний	5	86	91	100	114	119	128	132	135	143	143
	6	106	112	123	139	142	153	157	160	164	164
Высо- кий	7	117	122	134	151	152	165	169	172	174	174
	8	127	132	145	160	163	177	181	184	184	184
Очень высокий	9	137	142	156	175	173	189	193	196	194	194
	10	138 и бо- лее	143 и бо- лее	157 и бо- лее	176 и бо- лее	174 и бо- лее	190 и бо- лее	194 и бо- лее	197 и бо- лее	195 и бо- лее	195 и бо- лее

В таблицах 1 и 2 отражены границы результатов прыжка в длину с места, соответствующие 5 уровням развития скоростно-силовых способностей: очень низкому, низкому, среднему, высокому и очень высокому. Все уровни так же представлены 10-балльной шкалой оценок, позволяющей учителю их использование в качестве ориентировочных нормативов физической подготовленности учащихся, текущей и итоговой аттестации учебной деятельности обучающихся. Использование этих норм позволяет более объективно осуществлять планирование физической подготовки детей с учетом актуального уровня развития скоростно-силовых способностей, а так же текущей и этапной оценки эффективности педагогического процесса, определения дальнейшего содержания программы занятий.

Таблица 2

*Показатели уровней развития скоростно-силовых способностей
у мальчиков (юношей)
с легкой степенью интеллектуальной недостаточности
(по результатам выполнения прыжка в длину с места)*

Уровни	Баллы	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Низкий	1	45 и ме- нее	59 и ме- нее	67 и ме- нее	77 и ме- нее	81 и ме- нее	94 и ме- нее	104 и ме- нее	115 и ме- нее	116 и ме- нее	119 и ме- нее
	2	55	70	78	88	93	105	115	127	129	132

Окончание табл. 2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Ниже среднего	3	65	81	90	99	105	117	127	139	142	146
	4	75	92	101	110	117	128	138	151	155	159
Средний	5	85	103	113	121	129	140	150	163	168	173
	6	106	126	137	144	154	164	173	188	195	201
Высо- кий	7	116	137	148	155	166	175	184	200	208	214
	8	126	148	160	166	178	187	196	212	221	228
Очень высокий	9	136	159	171	177	190	198	208	224	234	241
	10	137 и бо- лее	160 и бо- лее	172 и бо- лее	178 и бо- лее	191 и бо- лее	199 и бо- лее	209 и бо- лее	225 и бо- лее	235 и бо- лее	242 и бо- лее

Заключение. Как свидетельствуют литература и практика современного этапа физического воспитания учащихся с ЛИН, учителя физической культуры не располагают инструментарием для объективного анализа состояния и измерения количественных (или качественных) показателей физической подготовленности данного контингента. Разработанные уровни развития ССС (табл. 1,2), могут использоваться в физическом воспитании детей с интеллектуальной недостаточностью как индивидуальные (для оценки уровня актуального развития двигательных способностей ученика), так и как сопоставительные (для текущего или итогового мониторинга изменения скоростно-силовых способностей учащихся в наблюдаемом периоде времени). Это обеспечивает возможность более объективно подходить к планированию физической подготовки детей с учетом актуального уровня развития скоростно-силовых способностей, а также оценки эффективности педагогического процесса и определения дальнейшего содержания программы занятий (продолжение или внесение коррективов).

Литература

1. *Фоминых А. В.* Влияние коррекционно-оздоровительных действий (Кодд) на развитие скоростно-силовых качеств и быстроты детей младшего школьного возраста с нарушением интеллекта [Электронный ресурс] / А. В. Фоминых, Ю. Д. Врублевский, М. Л. Куликова // МНКО. —

2018. — № 6 (73). — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-orreksionno-ozdorovitelnyh-deystviy-kodd-na-razvitie-skorostno-silovyh-kachestv-i-ystryoty-detey-mladshego-shkolnogo>. (Дата доступа: 23.01.2021).

2. *Новицкий П. И.* Сравнительный анализ развития скоростно-силовых способностей у учащихся специальных учреждений образования Республики Беларусь и Российской Федерации / П. И. Новицкий, О. А. Барабаш // *Вестник ВДУ*. — Витебск : Изд-во ВГУ им. П. М. Машерова. — 2006. — № 4 (42). — С. 56—62.

3. Учебная программа по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» для VI—X классов первого отделения вспомогательной школы (вспомогательной школы-интерната) с русским языком обучения. — Минск : НИО, 2016. — 52 с.

4. *Зацюрский В. М.* Основы спортивной метрологии / В. М. Зацюрский. — Москва : Физкультура и спорт, 1979. — 152 с.

5. *Новицкий П. И.* Развитие скоростно-силовых способностей у учащихся с различной степенью интеллектуальной недостаточности / П. И. Новицкий // *Адаптивная физическая культура*. — Санкт-Петербург. — 2009. — № 1 (37). — С. 12—18.

ВЛИЯНИЕ ИГРЫ «МИНИВОЛЕЙ» НА ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К СИСТЕМАТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9—11 КЛАССОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

В. В. Поплевичева, Л. Е. Медведева

*Сибирский государственный университет физической культуры
и спорта, г. Омск*

Аннотация. В статье рассматриваются правила японской игры «миниволей» и вопросы применения ее в системе адаптивного физического воспитания обучающихся старшей школы с нарушением слуха для повышения мотивации к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: японская игра «миниволей», мотивация, школьники с нарушением слуха, адаптивная физическая культура, подвижные и спортивные игры.