**УДК 796.2**

**РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ДЕПРИВИРОВАННЫХ ПО СЛУХУ**

**С** **ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

**КозыреваА.В.,** аспирант, преподаватель

Ставропольский государственный медицинский университет, г. Ставрополь

**Цатурян Л.Д.,** доктор медицинских наук, профессор

Ставропольский государственный медицинский университет, г. Ставрополь

**Макина Л.Р.,** доктор педагогических наук, профессор

Башкирский институт физической культуры (филиал) Уральского государственного университета физической культуры

**DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES IN CHILDREN**

**OF SECONDARY SCHOOL AGE, DEPRIVED OF HEARING**

**USING MOBILE GAMES**

**Kozyreva A.V.,** PhD student, Lecturer

Stavropol State Medical University, Stavropol

**Caturyan L.D.,** Grand PhD in Medical Sciences, Professor

Stavropol State Medical University, Stavropol

**Makina L.R.,** Grand PhD in Pedagogic Sciences, Professor

Bashkir Institute of physical culture (branch) of Ural State University

of physical culture

В статьепредставлены результаты исследования экспериментальной методики, направленной на развитие физических качеств у слабослышащих и глухих детей, среднего школьного возраста, на занятиях по адаптивной физической культуре посредствам подвижных игр. Исследование проведено со школьниками 13-14 лет специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната № 36 г. Ставрополя. Экспериментальная методика позволила установить широкие возможности повышения уровня развития двигательной сферы слабослышащих и глухих школьников. Выявленные положительные изменения связаны с тем, что у детей 1 группы, включенная в учебный процесс методика использования подвижных игр, способствовала повышению уровня физической подготовленности у школьников депривированных по слуху.

**Ключевые слова:** подвижные игры, физические качества, учебный процесс, методика, школьники депривированные по слуху, адаптивная физическая культура.

The article presents the results of the study of experimental methods aimed at the development of physical qualities in hard-of-hearing and deaf children, middle school age, in the classroom of adaptive physical culture through outdoor games. The study was conducted with students 13-14 years of special (correctional) boarding school number 36 in Stavropol. The experimental technique allowed to establish wide opportunities of increase of level of development of the motor sphere of hard of hearing and deaf schoolboys. The revealed positive changes are associated with the fact that in children of group 1, the method of using mobile games included in the educational process, contributed to the increase in the level of physical fitness in schoolchildren deprived of hearing.

**Keywords:** outdoor games, physical qualities, educational process, methodology, students deprived of hearing, adaptive physical culture.

Наиболее актуальным в настоящее время является процесс организации и проведения занятий по адаптивной физической культуре со слабослышащими и глухими детьми, требующий создания специальной научно-обоснованной методики их проведения.

Проблема тугоухости и глухоты на современном этапе остается актуальной как в медицинском, так и социальном аспектах. По данным Всемирной организации здоровья (2017) более 300 млн. человек в мире имеют нарушения слуха, что составляет 6% всего населения. В России число лиц с разной степенью тяжести снижения слуха составляет около 13-20 млн. человек (2017) [3]. Особенно остро стоит проблема детской глухоты и тугоухости, более 1 млн. детей и подростков страдает нарушением слуха, ежегодно выявляются тысячи детей с впервые установленной патологией слуховой системы [1]. По данным Управления Федеральной службы государственной статистики в Ставропольском крае более 1500 человек имеют нарушения слуха, из них более 170 человек дети и подростки. Проблемы детской глухоты являются наиболее актуальными*,*так как снижение слуха часто приводит к задержке не только речевого развития, но и оказывает неблагоприятное воздействие на интеллектуальное и психомоторное [развитие ребенка](https://pandia.ru/text/category/razvitie_rebenka/), что затрудняет его общение с окружающими, а также изолирует от общества.

В своих работах Л.В. Шапкова (2003) подчеркивает положительное влияние подвижных игр на психофизическое развитие детей школьного возраста. Положительная динамика главным образом обусловлена возможностью комплексного воздействия на психоэмоциональную, двигательную и функциональную сферы детей депривированных по слуху. Игровая деятельность позволяет ребенку увеличить двигательную активность, восполнить дефицит положительных эмоций, способствует снижению эмоционального стресса, активизации внимания, памяти, мышления, формированию навыков общения, а также социализации личности [5].

Недостаточный научно-методический материал по изучению особенностей формирования двигательных действий и развития физических качеств, проведение различных форм занятий, а также необходимость дальнейшего развития научных основ по вопросам коррекции двигательной сферы, разработка наиболее эффективных средств и методов проведения уроков адаптивной физической культуры для депривированных по слуху детей, послужили обоснованием для проведения комплексного исследования.

Исследование проводились на опытно-экспериментальной базе специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната № 36 г. Ставрополя. В нём принимали участие два шестых класса, из которых один относился к первой группе (n=9), другой – ко второй (n=9). Первая группа работала по общепризнанной программе, а вторая – по разработанной нами методике. Разработанная экспериментальная методика, включающая использование подвижных игр, направленных на развитие физических качеств, скорректирована с отступлениями и добавлениями, вытекающими из особенностей развития слабослышащих детей. Основу экспериментальной методики составил годовой учебный план, в который вошли следующие разделы: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, кроссовая подготовка.

Распределение учебного материала по четвертям [4]:

I – легкая атлетика (18 часов), с преимущественным использованием подвижных игр, направленных на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств;

II – гимнастика (16 часов), с преимущественным использованием подвижных игр, направленных на развитие силы, ловкости и гибкости;

III – спортивные игры (баскетбол – 4 часа, игры подводящие к спортивным и подвижные игры – 14 часов), с преимущественным использованием подвижных игр, направленных на развитие ловкости, координационных способностей и быстроты;

IV – кроссовая подготовка (12 часов), с преимущественным использованием подвижных игр, направленных на развитие выносливости.

Уроки по адаптивной физической культуре в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе-интернате проходили в течение 40 минут, причем в подготовительной части, на которую отводилось 10 минут, выполнялись общеразвивающие упражнения в медленном и среднем темпе, чередуясь с дыхательными. Нагрузка повышалась постепенно. В основной части урока из 20 минут (50% от общего времени, затраченного на уроке), 10 минут (25% от общего времени, затраченного на уроке) на обучение двигательным действиям и 10 минут (25% от общего времени, затраченного на уроке) – на подвижные игры [2].

Учащиеся во время занятия овладевали основными двигательными навыками, получали определённую для них максимальную физическую нагрузку, выполняли специальные упражнения для профилактики и коррекции сопутствующих вторичных заболеваний.

В заключительной части урока – 10 минут (25% от общего времени, затраченного на уроке) использовались упражнения, восстанавливающие организм после физической нагрузки, выполнялись упражнения на дыхание и расслабление мышц [2].

Степень достоверности различий изучаемых показателей определялась по критерию t-Стьюдента, уровень значимости считался достоверным при р<0,05.

Для выявления эффективности экспериментальной методики использования подвижных игр развития физических качеств у учащихся шестых классов специализированной школы для глухих детей было проведено тестирование (Бег 30 м с высокого старта, челночный бег 3х10 м., прыжок в длину с места (см), бег на 1000 м.**)** в начале учебного года (сентябрь) и по итогам физической подготовленности (март) на уроках по физической культуре.

В начале эксперимента результаты исследования по определению достоверности результатов физической подготовленности школьников, депривированных по слуху, свидетельствуют о том, что среднегрупповые показатели в контрольных упражнениях 1 и 2 групп не выявили существенных достоверных отличительных особенностей (таблица 1).

Таблица 1

**Основные показатели физической подготовленности школьников,**

**депривированных по слуху, на начальном этапе исследования (сентябрь)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Статисти-****ческие показатели** | **Контрольные упражнения** |
| Бег 30 м (сек) | Челночный бег 3х10м (сек) | Прыжок в длину с места (см) | Бег 1000 м (мин) |
| **1** **группа** | **2 группа** | **1** **группа** | **2 группа** | **1** **группа** | **2 группа** | **1** **группа** | **2** **группа** |
| **M±m** | 7,20±0,22 | 7,12±0,19 | 9,47±0,28 | 9,40±0,23 | 153,0±3,36 | 151,0±3,70 | 5,20±0,25 | 5,28±0,28 |
|  | р>0,05 | р>0,05 | р>0,05 | р>0,05 |

**Примечание:** M - среднее арифметическое значение; m - ошибка среднего; P - уровень достоверности, изучаемых показателей 1 и 2 групп.

По окончании эксперимента результаты комплексного исследования, направленные на определение динамики развития физических качеств у детей среднего школьного возраста, депривированных по слуху, свидетельствуют о статистически значимых достоверных различиях в 1 и 2 группах (таблица 2).

Таблица 2

**Динамика определения достоверности результатов физической**

**подготовленности школьников, депривированных по слуху, в контрольных упражнениях (март)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Статисти-****ческие показатели** | **Контрольные упражнения** |
| Бег 30 м (сек) | Челночный бег 3х10м (сек) | Прыжок в длину с места (см) | Бег 1000 м (мин) |
| **1** **группа** | **2** **группа** | **1** **группа** | **2** **группа** | **1** **группа** | **2** **группа** | **1** **группа** | **2** **группа** |
| **M±m** | 6,10±0,25 | 6,90±0,21 | 8,40±0,19 | 9,10±0,20 | 170±3,25 | 156±3,70 | 4,30±0,26 | 5,18±0,28 |
|  % прироста | 13 | 8 | 8 | 20 |
|  | р<0,001 | р<0,001 | р<0,001 | р<0,001 |

**Примечание:** M - среднее арифметическое значение; m - ошибка среднего; P - уровень достоверности, изучаемых показателей 1 и 2 групп.

На основе статистической обработки результатов экспериментального исследования был выявлен индивидуальный процент прироста показателей физических качеств в контрольных упражнениях на завершающем этапе.

В контрольном упражнении «Бег 30 м с высокого старта» отмечалось статистически достоверное улучшение результатов (р<0,001), соотношение прироста 2 от 1 группы составило 13%. В контрольном упражнении «Челночный бег 3 х10 м» выявлено статистически достоверное улучшение результатов (р<0,001), соотношение прироста 1 от 2 группы составило 8%. Сравнивая данные выносливости в 2 и 1 группах, наблюдаем аналогичную картину, анализ показал статистически достоверное улучшение результатов (р<0,001), соотношение прироста 2 от 1 группы составило 8%. В контрольном упражнении «Прыжок в длину с места» выявлено статистически достоверное улучшение результатов (р<0,001), соотношение прироста 2 от 1 группы составило 20%.

Таким образом, проведенное экспериментальное исследование свидетельствует о достаточно эффективном применении специальной методики с использованием подвижных игр в экспериментальной группе, направленной на развитие физических качеств и может использоваться в комплексном процессе оптимизации физической подготовки глухих детей. Глухота, как одна из нозологических форм оторинолярингологии не ограничивает возможности физического развития детей и требует применения многочисленных специальных физических упражнений, в том числе и подвижных игр, что позволяет в итоге добиться таких же хороших результатов.

**Список литературы:**

1. Абасов П.Г. Статистика и эпидемиология потери слуха (обзор) // Наука и новые технологии. – 2012. – № 1. – С. 128-129.

2. Козырева А.В. Подвижные игры как средство развития физических качеств на занятиях по адаптивной физической культуре / А.В. Козырева // Я-концепция субъекта образовательной среды высшей школы: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Ставрополь: Изд-во СтГМУ. 2017. – С. 133-136.

3. Проблемы экспертизы трудоспособности больных со снижением слуха. / Бойко И.В. [и др.] // Гигиена и санитария. – 2017. – № 96(7). – С. 641-646.

4. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.

5. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры: учеб. пособие / под ред. Л. В. Шапковой. ‒ Москва: Советский спорт, 2003. ‒ 464 с.

**References:**

1. Abasov P.G. Statistika i epidemiologiya poteri sluha (obzor) // Nauka i novye tekhnologii. – 2012. – № 1. – S. 128-129.

2. Kozyreva A.V. Podvizhnye igry kak sredstvo razvitiya fizicheskih kachestv na zanyatiyah po adaptivnoj fizicheskoj kul'ture / A.V. Kozyreva // YA-koncepciya sub"ekta obrazovatel'noj sredy vysshej shkoly: materialy Vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem / Stavropol': Izd-vo StGMU. 2017. – S. 133-136.

3. Problemy ekspertizy trudosposobnosti bol'nyh so snizheniem sluha. / Bojko I.V. [i dr.] // Gigiena i sanitariya. – 2017. – № 96(7). – S. 641-646.

4. Stepanenkova E.YA. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka: Ucheb. posobie dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenij / 2-e izd., ispr. – M.: Izdatel'skij centr «Akademiya», 2006. – 368 s.

5. SHapkova L. V. CHastnye metodiki adaptivnoj fizicheskoj kul'tury: ucheb. posobie / pod red. L. V. SHapkovoj. ‒ Moskva: Sovetskij sport, 2003. ‒ 464 s.