

МЕТОДИКА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С СИНДРОМОМ ДАУНА СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНЫХ ИГР

Е.В. Папырина, студент

И.С. Багина, старший преподаватель

Вятский государственный университет

(Россия, г. Киров)

DOI:10.24412/2500-1000-2023-11-2-235-238

Аннотация. В статье говорится о существующей и социально обусловленной необходимости развития координационных способностей у детей с синдромом Дауна, которые в большинстве случаев снижены. От степени их развития зависит, как ребенок с синдромом Дауна ориентируется в пространстве, насколько быстро реагирует на различные сигналы, как приспосабливается к изменяющимся условиям. Наиболее эффективным средством развития координационных способностей являются подвижные игры. Методику мы построили на наиболее подходящих подвижных играх для развития координационных способностей у детей с синдромом Дауна младшего школьного возраста. В результате проведенного эксперимента координационные способности детей улучшились.

Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, синдром Дауна, подвижные игры, координационные способности, дети младшего школьного возраста.

В настоящее время современной медицине известны более 6000 генетических заболеваний. Синдром Дауна является одной из самых распространенных генетических аномалий. Синдром Дауна – это генетическое заболевание, вызванное аномалией 21-ой хромосомы [2, 3].

По статистике в России частота рождений с синдромом Дауна составляет 1 на 800 или 1000. В Кировской области в год рождается примерно 10-15 детей с данным синдромом. В мире на 700 обычных детей приходится по 1 ребёнку с синдромом Дауна [7, 1].

Известно, что синдром Дауна является дифференцированной формой психического недоразвития, отличающейся существенным полиморфизмом, как в клинической картине, так и в проявлениях физических, психических, интеллектуальных и эмоциональных качеств. Многие авторы отмечают у детей с синдромом Дауна общую мышечную гипотонию, снижение способности к стабилизации положения суставов, замедленное общее физическое развитие. Вследствие этого происходит нарушение координации движений [4, с. 30].

Все вышеперечисленное характеризует актуальность выбранной темы в необходимости развития координационных способностей детей с синдромом Дауна младшего школьного возраста, так как они играют в жизни ребенка важную роль, от их уровня зависит осуществление всех его движений, быстрота реакции, равновесие, ориентирование в пространстве и т.д.

Одной из эффективных методик, по нашему мнению, является использование такого средства адаптивной физической культуры как подвижные игры. Преимущество данного средства заключается в том, что игра неизменно остаётся простым способом заинтересовать детей. Правильно организованная подвижная игра способствует удовлетворению естественной потребности в коммуникации, эмоциональном контакте, расширению двигательных возможностей ребенка, улучшение физических качеств, в том, числе координационных способностей.

Теоретический анализ и обобщение литературных источников позволили выявить наличие противоречия между существующей и социально значимой необходимостью развития координационных способностей детей с синдромом Дауна

младшего школьного возраста и недостаточным использованием возможностей различных средств и методов адаптивной физической культуры.

Исходя из выявленного противоречия, можно сформулировать научную проблему, она заключается в разработке экспериментальной методики по применению подвижных игр с целью повышения уровня развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста с синдромом Дауна.

Цель исследования: повышение уровня развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста с синдромом Дауна.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.

2. Разработать методику занятий, направленных на повышение уровня развития координационных способностей для детей младшего школьного возраста с синдромом Дауна средствами подвижных игр.

3. Проверить эффективность разработанной методики в проведенном педагогическом эксперименте.

Исследование проводилось с детьми 7-11 лет с синдромом Дауна на базе КОГОБУ школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья г. Кирова в период с сентября 2022 по октябрь 2023. В эксперименте участвовали двенадцать детей в возрасте 7-11 лет. Дети были разделены на две группы: контрольную и экспериментальную (по шесть человек в каждой группе). Испытуемые были разделены между собой методом случайной выборки.

Целью предполагаемой методики является развитие координационных способностей у детей с синдромом Дауна младшего школьного возраста средствами подвижных игр.

Для выполнения вышеизложенной цели, были поставлены следующие задачи:

1. Развитие способности ориентироваться в пространстве.

2. Улучшение сохранения равновесия.

3. Развитие чувства ритма.

4. Воспитание способности быстро перестраивать двигательную деятельность.

Экспериментальная методика основана на принципах доступности, адекватности и наглядности.

Во время подвижной игры ученики также используют различные физические качества, такие как быстрота, ловкость, сила и другие. Организовывая и проводя подвижные игры, можно следить за активным проявлением различных физических качеств, за них гармоническое развитие, что немаловажно на различных ступенях жизни детей с синдромом Дауна.

Средства, использованные в разработке методики развития координационных способностей – подвижные игры.

Методы, использованные в разработке методики развития координационных способностей:

1. Игровой.

2. Соревновательный.

В КОГОБУШ ОВЗ г. Кирова нами были проведены уроки по физической культуре по экспериментальной методике, включающей в себя 24 подвижные игры:

1. Для развития способностей ориентироваться в пространстве детям были предложены игры: «Солнышко и дождик», «Жмурки», «Быстро в колонну», «Прятки», «Чье звено скорее соберется», «Шишки, жёлуди, орехи» [5, 6].

2. Для улучшения сохранения равновесия были применены игры: «Утки-охотники», «Море волнуется раз», «Стоп, машина!», «С кочки на кочку», «Обрыв», «Не урони хрустальный шар».

3. Для развития чувства ритма было использовано: игра «Мячики», «Музыкальные стулья», «Передай платок по кругу», «Найди себе пару», «Танец», «Догони», «Передай ритм» [5, 6].

4. Для воспитания способности быстро перестраивать двигательную деятельность в связи с меняющейся обстановкой использовались игры-эстафеты: «Вышибалы», «Пионербол», «Гуси-лебеди», «Домики», «Передай мяч», «Ключи» [8, 5, 6].

На одном занятии с детьми проводится одна подвижная игра в основной части урока на развитие той или иной координационной способности. Длительность игры

составляла 7-10 минут. Каждое занятие приоритетная развиваемая способность менялась. Занятия проводились 3 раза в неделю.

После проведения занятий по данной методике, были проведены контрольные тесты, которые показали динамику развития координационных способностей у детей с синдромом Дауна.

При проведении теста «Попа Ромберга» полученные результаты улучшились в контрольной группе на 1,17 секунд, что составило прирост 0,1%, а экспериментальной группы на 7,9 секунды, где прирост 0,9%. Результаты этого теста являются существенными и носят достоверный характер ($P < 0,05$). Тест «Балансирование на гимнастической скамейке» показал, что младшие школьники из контрольной группы улучшили свои результаты на 1,35 се-

кунд, имея прирост в 0,2%, экспериментальная группа увеличила свой показатель 3,23 секунды, имея прирост в 0,6%. Полученные данные в тесте «Метание теннисного мяча на точность» показали увеличение показателей в контрольной группе на 1,17 раз, при этом имея прирост 0,03%, в экспериментальной группе средний показатель увеличился на 1,77 раз, имея прирост 0,04%.

Таким образом, в результате проведения формирующего эксперимента, нам удалось выявить положительную динамику в развитии координационных способностей детей с синдромом Дауна младшего школьного возраста, которые были включены в экспериментальную группу и занимались по экспериментальной методике по развитию координационных способностей.

Библиографический список

1. Алехина А.В. Особенности психического развития детей с синдромом Дауна: автореф. дисс. ... канд. мед. наук. – Санкт-Петербург, 2020. – 22 с.
2. Антонен Е.Г. Хромосомные болезни: учеб. пособие. – Петрозаводск: Петрозаводский гос. университет, 2019. – 106 с.
3. Гусева, Т.А. Карточка сюжетных картинок. Выпуск 14. Подвижные игры / Т.А. Гусева, Т.О. Иванова. – М.: Детство-Пресс, 2021. – 225 с.
4. Закрепина А. Изучение особенностей социального развития детей дошкольного возраста с отклонениями в умственном развитии // Дошкольное воспитание. – 2020. – № 1. – С. 66-73.
5. Матюхина, Ю.А. 365 лучших подвижных игр для детей 6-9 лет на каждый день. – М.: Академия развития, 2018. – 320 с.
6. Осокина, Т.И. Детские подвижные игры народов России, стран СНГ и Балтии. – М.: Диалог культур, 2022. – 261 с.
7. Ростомашвили Л.Н. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития. – М.: Спорт, 2020. – 164 с.
8. Соколова, Н.Г. Практическое руководство по детской лечебной физкультуре. – М.: Феникс, 2017. – 118 с.

**METHODS OF INCREASING THE LEVEL OF DEVELOPMENT
OF COORDINATION ABILITIES IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH DOWN
SYNDROME BY MEANS OF OUTDOOR GAMES**

E.V. Papyrina, *Student*

I.S. Bagina, *Senior Lecturer*

Vyatka State University

(Russia, Kirov)

***Abstract.** The article talks about the existing and socially determined need for the development of coordination abilities in children with Down syndrome, which in most cases are reduced. The degree of their development depends on how a child with Down syndrome navigates in space, how quickly he reacts to various signals, how he adapts to changing conditions. The most effective means of developing coordination abilities are outdoor games. We built the methodology on the most suitable outdoor games for the development of coordination abilities in children with Down syndrome of primary school age. As a result of the experiment, the coordination abilities of children improved.*

***Keywords:** adaptive physical education, Down syndrome, outdoor games, coordination abilities, children of primary school age.*