

Таким образом, из проведенного нами исследования можно сделать следующие выводы:

1. Среди студентов отсутствует целостное понимание здорового образа жизни, необходимости его соблюдения, и как следствие этого, отсутствия мотивации для проведения каких-либо изменений своего образа жизни.

2. При нормальных значениях ИМТ и отношения ОТ/ОБ сверхнормативные величины ПСЖ, выявленные у 82% студенток и у 25% студентов, могут рассматриваться в качестве вероятного ожирения.

3. Установленные факты требуют проведения обучающих мероприятий валеологической направленности, а также повышения физической активности обследованных

ЛИТЕРАТУРА

1. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М. : Физкультура и спорт, 1990. – 314 с.

2. Значимость определения процента содержания жира в организме для диагностики метаболического синдрома у женщин в пери- и постменопаузе / А.Н. Дмитриев, Ю.В. Кодолова, С.Б. Бортник, Е.М. Футерман // *Здравоохранение Урала*. – 2003. – № 5 (23). – С. 30-32.

3. Казначеев, В.П. Адаптация и конституция человека / В.П. Казначеев. – Новосибирск : Наука, 1986. – 120 с.

4. Петленко, В.П. Валеология человека. Здоровье-Любовь-Красота / В.П. Петленко. – СПб. : Изд-во «Петроградский и К», 1997. – 268 с.

5. Третьякова, Н.В. Здоровьесберегающая деятельность в системе профессионального образования: основные направления и проблемы / Н.В. Третьякова // *Здоровьесберегающее образование*. – 2013. – № 6 (34). – С. 85-90.

REFERENCES

1. Brekhman I.I. (1990), *Valeology – science about health*, Physical culture and sport, Moscow.

2. Dmitriev, A.N., Kodolova Yu.V., Bortnik, S.B. and Futerman E.M. (2003), “The importance of determination of percent of the content of fat in an organism for diagnostics of a metabolic syndrome at women in peri-and post menopause”, *Health care of the Urals*, No. 5 (23), pp. 30-32.

3. Kaznacheev, V.P. (1986), *Adaptation and constitution of person*, Science, Novosibirsk.

4. Petlenko, V.P. (1997), *Valeology of the person. Health-Love-Beauty*, publishing house "Petrogard and K", St. Petersburg.

5. Tretyakova, N.V. (2013), “Health saving activity in system of professional education: main directions and problems”, *Health saving education*, No. 6(34), pp. 85-90.

Контактная информация: letchik45@bk.ru

Статья поступила в редакцию 14.11.2016

УДК 376.42

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Наталья Александровна Бойко, кандидат педагогических наук, доцент,

Иван Александрович Киласев, магистрант,

Сургутский государственный педагогический университет, Сургут

Аннотация

Статья раскрывает современные технологии обучения детей с задержкой психического развития, которые являются актуальными в сфере физической культуры, так как помогают успешно решать специфические задачи, используя комплекс методов и методических приёмов, которые имеют взаимосвязь между собой. Результаты, полученные в ходе эксперимента, помогут внедрить современные образовательные технологии в учебный процесс детей с задержкой психического раз-

вития на уроках физической культуры.

Ключевые слова: современные образовательные технологии, информационные компьютерные технологии, игровые технологии, деятельностные технологии обучения, учащиеся с задержкой психического развития, урок физической культуры, специальные упражнения.

EXPERIENCE OF APPLICATION OF MODERN TECHNOLOGIES OF TRAINING FOR CHILDREN WITH DELAY OF MENTAL DEVELOPMENT AT PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Natalia Aleksandrovna Boyko, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Ivan Aleksandrovich Kilasiev, the master student,

Surgut State Pedagogical University, Surgut

Annotation

The article reveals the modern technologies of teaching children with mental retardation that are relevant in the sphere of physical culture as they successfully help to solve the specific tasks using a range of methods and instructional techniques that have a interrelationship among themselves. The results obtained in the course of the experiment will help to introduce the modern educational technologies in educational process for the children with mental retardation at the lessons of physical culture.

Keywords: modern technologies of teaching, information and computer technologies, gaming technologies, active teaching techniques, students with mental retardation, lesson of physical culture, special exercises.

ВВЕДЕНИЕ

Технология воспитательной деятельности – это совокупность методологических и организационно-методических установок, определяющих подбор, компоновку и порядок задействования воспитательного инструментария. Современные технологии обучения применяются во всех сферах учебного процесса, так как именно они являются главным источником воспитания. Современные технологии представляют собой определённую цепочку стратегии, тактики и техники, которые должны применяться каждым педагогом для успешного обучения учеников.

Сегодня педагогу недостаточно иметь знания об уже существующих образовательных технологиях, необходимо еще и умение применять их в практической деятельности. Иначе говоря, понятие «образовательная технология» напрямую соотносится с понятием «профессионально-педагогическая культура» [2]. Исходя из выше изложенного, можно сказать, что современные технологии – это методы обучения и воспитания, в которых педагог использует средства и методические приёмы для успешного усвоения учащимися образовательного материала.

Цель исследования: определить влияние современных образовательных технологий на обучение детей с ЗПР на уроках физической культуры.

В настоящее время, современные технологии приобрели большую актуальность в сфере физической культуры, так как помогают успешно решать специфические задачи, а также определять конкретную цель. Для того чтобы достичь определённой воспитательной цели, необходимо использовать комплекс методов и методических приёмов, которые имеют взаимосвязь между собой.

В своей работе мы применяли компьютерные и информационные технологии, а также игровые, здоровьесберегающие и деятельностные технологии обучения. Перечисленные технологии, помогают нам успешно разрабатывать методы и подбирать разнообразные средства в соответствии с возрастом, полом, кондиционных качеств, морфофункциональных способностей и психофизического состояния детей.

Учёные доказали, что органическая связь между психикой и моторикой подмечена давно. Психика выражается в моторных актах, но эта связь обоюдная: благодаря проприоцепции моторика влияет на психику. Поэтому детям с ЗПР так необходимы занятия фи-

зической культурой и трудовой деятельностью. Если занятия физическими упражнениями для человека, у которого нет двигательных недостатков, это способ активного развития, то для ребёнка с ЗПР физическая культура является ещё и одним из основных средств устранения отклонений в двигательной сфере. Поэтому привлечение детей с ЗПР к активным занятиям физической культурой должно рассматриваться как важное звено в комплексе учебно-воспитательной работы специальной школы [1].

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

В практической деятельности, в сфере адаптивной физической культуры, мы применяли компьютерные технологии, так как с помощью их, осуществлялась исследовательская работа по выявлению психофизических особенностей учеников с задержкой психического развития (ЗПР). На протяжении трёх лет, использовались компьютерные тестирования, определяющие уровни психофизиологических и психофизических особенностей детей представленной категории.

Известно, что у учеников с ЗПР отстают в развитии все высшие психические функции, которые проявляются в виде нарушений восприятия, внимания, мышления, зрительной и слуховой памяти. Все перечисленные недостатки больше всего влияют на координацию, а также различные виды реакции детей. С помощью компьютерных тестов, определялись уровни – простой и сложной сенсомоторной реакции, которые определяли состояние внимания и восприятия учеников с ЗПР.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Мы решили провести тестирование у учеников с задержкой психического развития, с целью определения их психофизического состояния. В исследовании приняли участие подростки в возрасте 13-16 лет с задержкой психического развития психогенного происхождения МБОУ СОШ № 38, г. Сургута в количестве 40 человек экспериментальной и контрольной групп.

Таблица 1 – Сравнение абсолютных показателей психофизического состояния учащихся старшего школьного возраста с ЗПР экспериментальной и контрольной группы в начале исследования (n=40)

Тесты	M±σ		t _{статистика}	t _{критич. од.}	α≤0,05
	Экспер.	Контр.			
Время реакции на свет (с)	0,385±0,13	0,420±0,15	0,738	1,734	α≥0,05
Время реакции на звук (с)	0,605±0,50	0,632±0,58	0,160	1,734	α≥0,05
Определение времени реакции на движущийся объект (РДО) (с)	0,265±0,11	0,262±0,09	0,89	1,734	α≥0,05
Определение времени реакции выбора (с)	0,493±0,09	0,542±0,06	0,775	1,734	α≥0,05
Определение длительности индивидуальной минуты (с)	40,41±9,23	39,57±9,85	0,412	1,734	α≥0,05
Оценка угловой скорости движения	15,72±10,37	16,61±9,49	0,042	1,734	α≥0,05
Световой стимул (мс)	81,46±19,5	84,83±14,8	0,572	1,734	α≥0,05
Звуковой стимул (мс)	25,05±13,8	21,59±4,51	1,059	1,734	α≥0,05
Оценка величины предъявляемых отрезков (у.е.)	31,76±10,9	35,19±8,03	1,268	1,734	α≥0,05
Отмеривание отрезков (у.е.)	41,79±15,2	44,23±6,60	0,715	1,734	α≥0,05
Узнавание предъявляемых отрезков	1,9±2,06	2,49±5,11	0,451	1,734	α≥0,05

Из таблицы 1 следует, что во всех психофизических тестах показатели являются недостоверными и значительно не отличаются друг от друга, как в экспериментальной, так и в контрольной группе. Общий уровень психофизического состояния учащихся старшего школьного возраста с задержкой психического развития находится на низком уровне. Это означает, что у них плохо развиты координационные способности, которые проявляются в согласованности движений, восприятии пространства и времени, равновесии, мелкой моторики, ритмичности движений, а также простой и сложной реакции на свет и звук. В соответствии с уровнем психофизического развития детей, составлялись специальные коррекционные средства, для улучшения восприятия, внимания и остальных

ных высших психических функций, так как упражнения направленные на быстроту реакции на свет и звук, а также зрительную и слуховую память успешно решают представленную проблему, с помощью современных образовательных технологий. Со временем, данные методы и средства, были внедрены в практические занятия на уроках адаптивной физической культуры.

Средства были представлены детям с ЗПР в виде физических упражнений, связанных с элементами гимнастики, лёгкой атлетики, а также спортивных и подвижных игр.

Игровые технологии занимают ведущее место в учебном процессе детей, позволяя повысить интерес к уроку и двигательную активность, которая способствует повышению психофизических показателей данной категории учеников. Чтобы проверить эффективность предложенных средств и методов для коррекции психофизического состояния учащихся старшего школьного возраста с задержкой психического развития мы провели повторное тестирование в конце эксперимента (таблица 2).

Таблица 2 – Сравнение абсолютных показателей психофизического состояния учащихся старшего школьного возраста экспериментальной и контрольной группы в начале эксперимента (n=40)

Тесты	M±σ		t _{статистика}	t _{критич. од.}	α≤0,05
	Экспер.	Контр.			
Время реакции на свет (с)	0,305±0,04	0,373±0,08	2,822	1,734	α≤0,05
Время реакции на звук (с)	0,375±0,03	0,426±0,06	3,814	1,734	α≤0,05
Определение времени реакции на движущийся объект (РДО) (с)	0,207±0,07	0,252±0,07	1,878	1,734	α≤0,05
Определение времени реакции выбора (с)	0,446±0,05	0,492±0,04	3,031	1,734	α≤0,05
Определение длительности индивидуальной минуты (с)	47,82±6,05	42,83±5,55	2,664	1,734	α≤0,05
Оценка угловой скорости движения	15,03±8,19	42,83±5,55	1,793	1,734	α≤0,05
Световой стимул (мс)	71,1±15,5	82,8±15,08	1,948	1,734	α≤0,05
Звуковой стимул (мс)	22,99±4,48	22,99±4,48	2,130	1,734	α≤0,05
Оценка величины предъявляемых отрезков (у.е.)	28,83±9,60	34,70±8,53	2,181	1,734	α≤0,05
Отмеривание отрезков (у.е.)	35,34±10,5	43,26±6,97	3,416	1,734	α≤0,05
Узнавание предъявляемых отрезков	0,31±0,59	1,0±1,70	1,828	1,734	α≤0,05

Из таблицы 2 следует, что все результаты испытуемых экспериментальной группы являются достоверными и значительно отличаются от показателей учеников контрольной группы. После применения средств физической культуры у учащихся экспериментальной группы, произошли улучшения в тех результатах, которые в начале эксперимента имели низкий уровень (простая и сложная сенсомоторная реакция; длительность индивидуальной минуты, воспроизведение длительности временного интервала, заполненного звуковым стимулом; отмеривание отрезков).

ВЫВОДЫ

Из выше перечисленных результатов следует, что при помощи специальных упражнений, которые выполнялись совместно с показом, рассказом, а также игровым методом, у учеников старшего школьного возраста с задержкой психического развития улучшились следующие показатели: внимание, чувство ритма, согласованность движений, чувство равновесия, зрительная и слуховая память, реакция на свет и звук, а также восприятие расстояния. Это означает, что у учащихся преобладает хорошая произвольная реакция, а также устойчивые индивидуальные особенности, величина которых, имеет большое значение при стартовом сигнале. Значительно улучшилась реакция на упреждение события, сила которой зависит от скорости движения объекта. У учеников закрепилось умение дифференцировать сигналы, зависящие от разнообразия возможного изменения обстановки, которые играют большую роль в факторах предвосхищения ситуации и реакции не столько на само движение, сколько на подготовительные действия к нему. Также наблюдаются улучшения при восприятии времени и ориентировании в нём.

Известно, что для успешного освоения учебного материала, для учеников данной категории должны использоваться чаще упражнения в игровой форме, а также способствующие переключению внимания. В соответствии с перечисленным, совместно с компьютерными технологиями, нами применялись дифференцированные и игровые технологии, которые в конечном итоге, в практической деятельности принесли положительные результаты детям с задержкой психического развития.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гороява, В.И. Образовательные технологии и технологическая культура современного педагога [Электронный ресурс] / В.И. Гороява, Н.Ф. Петрова // Современные наукоемкие технологии. 2008. № 10. С. 35-36. – URL: <http://www.top-technologies.ru/ru/article/view?id=24253> (дата обращения: 14.11.2016).
2. Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе : пособие для учителей и студентов дефектолог. фак. пед. ин-тов / под ред. В.В. Воронковой. – М. : Школа-Пресс, 1994. – 416 с.

REFERENCES

1. Gorovaya, V.I. and Petrova, N.F. (2008), "Educational technology and technological culture of a modern teacher", *Modern and knowledge-intensive technologies*, 2008, No.10, available at: <http://www.top-technologies.ru/ru/article/view?id=24253>
2. Voronkova, V.V. (1994), Training and education of children at auxiliary school: benefit for teachers and students, School Press, Moscow.

Контактная информация: nkitay77@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.11.2016

УДК 796.015.6

НЕКОТОРЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО И ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ Г. ТЮМЕНИ

*Данил Владимирович Бородиневский, старший преподаватель,
Институт физической культуры, Тюменский государственный университет (ТюмГУ),
г. Тюмень*

Аннотация

В статье представлены результаты анализа средней оценки по специальной подготовленности для всех спортсменов, по возрастным группам и видам спорта мониторинга физического и функционального состояния юных спортсменов г. Тюмени.

Ключевые слова: мониторинг, тесты физической подготовленности, тесты специальной подготовленности, детско-юношеская спортивная школа.

SOME RESULTS OF MONITORING THE PHYSICAL AND FUNCTIONAL STATUS OF YOUNG ATHLETES IN TYUMEN

*Danil Vladimirovich Borodinevsky the senior lecturer,
Institute of Physical Culture, Tyumen State University, Tyumen*

Annotation

The article presents the results of the analysis covering the average rating for the special training of all athletes, by the age groups and sports of the monitoring of physical and functional status of the young athletes in the city of Tyumen.

Keywords: monitoring, tests of physical fitness, special fitness tests, children and youth sports school.

Для проведения мониторинга были выбраны пятнадцать детско-юношеских спортивных школ г. Тюмени по шестнадцати видам спорта. По муниципальному и техниче-