

ny”, *Development of military pedagogy in the XXI century: Mat. VI Interuniversity scientific and practical conference*, St. Petersburg, pp. 207–212.

2. Fedorov, A.V., Stovbur, A.P. and Buzdov, A.Yu. (2018), “The relationship of the formed competencies and the content of the basic attributes of training cadets in the process of physical training”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (155.), pp. 260–264.

3. Fedorov, A.V., A.M. Androsov, A.M., Buzdov A.Yu., Stovbur, A.P. and Zubakin, V.P. (2020), “Specifics of the implementation of means of physical training of military signalmen in the field”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (180), pp. 430–435.

4. Fedorov, V.G. (1998), *Scientific and theoretical foundations of multilevel military-physical education*, dissertation, St. Petersburg.

5. Fedorov, V.G. (2018), “Target dominants of the development of a multi-level education system: content, process or result”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (157), pp. 292–295.

Контактная информация: fedoroff101@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 10.09.2021

УДК 376

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ЛОГОРИТМИКИ

Наталья Игоревна Федорова, кандидат педагогических наук, доцент, Смоленский государственный университет спорта, г. Смоленск

Аннотация

В данной статье представлено содержание занятий адаптивной физической культурой с использованием комплекса средств логоритмики с детьми с речевыми нарушениями. Цель исследования – разработать программу адаптивного физического воспитания с использованием средств логоритмики для коррекции речевых нарушений у детей. В результате исследования установлено, что использование средств логоритмики в процессе занятий адаптивной физической культурой детей с нарушениями речи оказывает положительное влияние на развитие чувства ритма, координационных способностей, а так же межполушарных связей, что напрямую способствует коррекции речевых нарушений.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, логоритмика, дети с нарушением речи, дошкольный возраст, коррекция речевых нарушений.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.9.p303-307

ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE OF CHILDREN WITH SPEECH DISORDERS BY USING MEANS OF LOGORHYTHMICS

Natalya Igorevna Fedorova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Smolensk State University of Sports

Abstract

This article presents the content of adaptive physical culture classes by using a set of logorhythmics tools with children with speech disorders. The aim of the study is to develop a program of adaptive physical education using logorhythmics to correct speech disorders in children. As a result of the study, it was found that the use of logorhythmics in the process of adaptive physical education of children with speech disorders has positive effect on the development of the sense of rhythm, coordination abilities, as well as interhemispheric connections, which directly contributes to the correction of speech disorders

Keywords: adaptive physical culture, logorhythmics, children with speech disorders, preschool age, correction of speech disorders.

На сегодняшний день процент детей с дефектами речи растет. Если в период 1970–1980 годов нарушения речи были зафиксированы только у 25% детей, то сейчас согласно

данным международной статистики, эта цифра составляет около 58% [1, 3].

В первой половине XX века во время активного изучения нарушений речи у детей возникла идея использования музыкальной ритмики в системе коррекционно-педагогического процесса [1]. Такие ученые как Гиляровский В. А., Румер М. А. и Збруева Н. П. являются основоположниками нового направления – логоритмики. Благодаря включению логоритмики в коррекционные занятия происходит физическое и психическое развитие ребенка. Все большее количество детских спортивных и образовательных учреждений включают в комплекс занятий коррекционные мероприятия по преодолению речевых нарушений, что положительно способствует детскому развитию и обучению [2].

Цель исследования – разработать программу адаптивного физического воспитания с использованием средств логоритмики для коррекции речевых нарушений у детей.

Методы исследования: анализ научной и методической литературы; педагогическое тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Исследование проводилось на базе центра развития и коррекции речи ООО «Нейроград» г. Смоленска. Средний возраст исследуемых детей составил 4,9 лет. Всего в исследовании приняли участие 30 детей, из них мальчиков 19, а девочек – 11. Они были разделены на экспериментальную и контрольную группу, по 15 детей в каждой.

Экспериментальная группа (n = 15) – дети, два раза в неделю занимались адаптивной физической культурой с элементами логоритмики.

Контрольная группа (n = 15) – дети, занимались два раза в неделю по общепринятой программе адаптивной физической культуры для детей с нарушением речи.

Занятия в группах участвующих в педагогическом эксперименте проводились в течение 8 месяцев.

Педагогическое тестирование включало тесты на: развитие чувства ритма; координацию движений; динамическую координацию рук. Показатели двигательных тестов оценивались в начале и в конце педагогического эксперимента.

Тест № 1. Статическое равновесие «Поза Ромберга» (тест выявляет координационные возможности детей). Испытуемый встает в стойку – носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Руки при этом должны быть подняты вперед, пальцы разведены. Ребенок выполняет задание с закрытыми глазами. Тест выполняется без обуви. Время удержания равновесия фиксируется секундомером. Из двух попыток фиксирует наилучший результат.

Тест № 2. Тест на динамическую координацию рук «Кулак-ребро-ладонь». Динамическая координация рук тестирует сменой положений лежащих на столе рук: 1 – руки сжаты в кулак, 2 – руки поставлены на ребро, 3 – ладони лежат на столе. Выполнять двумя руками одновременно. В процессе теста необходимо обращать внимание на ошибки выполнения и приостановку выполнения теста более чем на две секунды. Время корректного выполнения теста считается результатом.

В программу адаптивной физической культуры детей с нарушениями речи был внедрен комплекс средств логоритмики, который включал в себя упражнения: ходьба и маршировка в различных направлениях; на развитие дыхания, голоса, артикуляции; активизирующие внимание; регулирующие мышечный тонус; на развитие координации движения; на координацию речи с движением; формирующие чувства ритма; на развитие мелкой моторики; на развитие речевых и мимических движений; игры (статические, малоподвижные, подвижные).

На занятиях адаптивной физической культурой с детьми использовался игровой и соревновательный метод. Также применяли наглядные и словесные методы, метод показа.

На начальном этапе педагогического эксперимента проведено анкетирование родителей детей с нарушением речи. Выявлено, что у 60% детей, принимающих участие в исследовании речевые нарушения проявляются в виде ЗРР, у 27% детей – в виде ЗПР, а у

оставшихся 13% - в виде сенсомоторной алалии (рисунок 1).

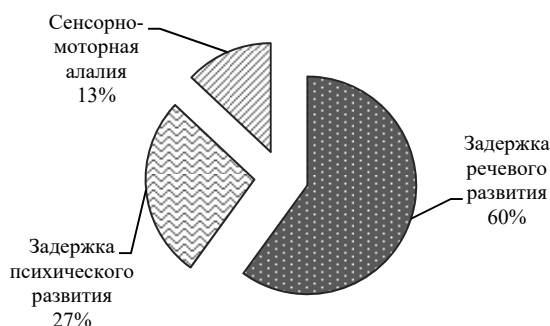


Рисунок 1 – Речевые нарушения детей-участников исследования

Анализ результатов анкетирования показал, что у детей с нарушениями речи также присутствуют нарушения: ритмики движений у 83% детей, координации у 90% детей, мелкой моторики у 93% детей, крупной моторики у 90% детей, внимания и восприятия у 97% детей. Количество родителей, которые были знакомы со средствами логоритмики, составляло 76%.

На основе анкетирования дети с нарушением речи были разделены на две группы с равным распределением: 9 детей с задержкой речевого развития, 4 ребенка с задержкой психического развития и 2 ребенка с сенсомоторной аллалией.

Для субъективной оценки эффективности экспериментальной программы были проведены тесты № 1 и № 4. В начале эксперимента все дети не смогли пройти данные тесты успешно. Однако на заключительном этапе педагогического эксперимента в экспериментальной группе результат данных тестов стал значительно лучше, в отличие от участников контрольной группы. Дети экспериментальной группы смогли выполнять маршевый шаг в такт музыки, а также не сбивались при выполнении перекрестных шагов.

Для объективной оценки эффективности анализировались результаты тестов № 1 и № 2. При сравнении результатов тестирования контрольной и экспериментальной групп различий не выявлено. В среднем показатели в обеих группах в тесте № 1 (Статическое равновесие «Поза Ромберга») составили 10,1–10,3 сек., тест № 2 (Тест на динамическую координацию рук «Кулак-ребро-ладонь») – 11,6–11,7 сек.

На заключительном этапе педагогического эксперимента, после включения в программу адаптивной физической культуры детей с нарушением речи средств логоритмики, провели итоговое тестирование для того, чтобы сравнить полученные показатели с исходными данными испытуемых ($n=30$). Условия проведения итогового тестирования были такими же, как и на предварительном этапе обследования.

Достоверность различий в результатах тестирования детей контрольной и экспериментальной групп в начале и на заключительном этапе педагогического эксперимента представлена в таблице 1, 2.

Таблица 1 – Изменения показателей тестирования в контрольной группе в процессе педагогического эксперимента, $M \pm \sigma$

Показатель	Начало эксперимента	Конец эксперимента
Контрольная группа		
Тест № 1 («Поза Ромберга»)	10,1±1,8	10,5±2,2
	$p > 0,05$	
Тест № 2 («Кулак-ребро-ладонь»)	11,7±2,2	11,9±2,3
	$p > 0,05$	

Таблица 2 – Изменения показателей тестирования в экспериментальной группе в процессе педагогического эксперимента, $M \pm \sigma$

Показатель	Начало эксперимента	Конец эксперимента
Экспериментальная группа		
Тест № 1 («Поза Ромберга»)	10,3±1,8	13,2±1,7
	$p < 0,05$	
Тест № 2 («Кулак-ребро-ладонь»)	11,6±2,2	15,7±2,4
	$p < 0,05$	

В контрольном тесте № 1 на начальном этапе исследования в ЭГ результат в среднем составил в начале – 10,3 сек., в конце – 13,2 ($p < 0,05$). Показатели теста № 1 в КГ: в начале – 10,1 сек., в конце – 10,5 ($p > 0,05$). Таким образом прирост результата в экспериментальной группе носит достоверный характер ($p < 0,05$).

В тесте № 2 результат в экспериментальной группе в начале исследования в среднем составил 11,6 сек., в конце – 15,7 сек., прирост результата носит положительный характер ($p < 0,05$). В КГ результат в начале и в конце практически не изменился – 11,7–11,9 сек. ($p > 0,05$).

Процентное различие показателей на заключительном этапе педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группе наглядно представлено на рисунке 2.



Рисунок 2 – Процентное различие показателей тестирования на заключительном этапе педагогического эксперимента (%)

Данные представленные на рисунке 2 доказывают эффективность применения комплекса средств логоритмики в процессе занятий адаптивной физической культуры с детьми с нарушениями речи.

Таким образом, использование средств логоритмики в процессе занятий адаптивной физической культурой детей с нарушениями речи оказывает положительное влияние на развитие чувства ритма, координационных способностей, а так же межполушарных связей, что напрямую способствует коррекции речевых нарушений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Белова М.П. Создание игровой мотивации на логопедических занятиях: игровые упражнения и приемы, способствующие поддержанию интереса к занятию / М.П. Белова // Дошкольная педагогика. – 2020. – № 5. – С. 44–48.
2. Белоусова М.В. Сенсорная алалия: речевой онтогенез, клинические проявления, подходы к диагностике и коррекции / М.В. Белоусова, В.А. Меркулова // Практическая медицина. – 2016. – № 8 (100). – С. 13–18.
3. Иванова М.М. Система коррекционно-развивающих занятий для детей пятого года жизни «Речевая радуга» / М.М. Иванова, Я.С. Исакова, Т.В. Нечаева // Дошкольная педагогика. – 2020. – № 3. – С. 47–48.

REFERENCES

1. Belova, M.P. (2020), "Creating game motivation in speech therapy classes: game exercises and techniques that help maintain interest in the lesson", *Preschool pedagogy*, No. 5. pp. 44–48.

2. Belousova, M.V. and Merkulova V.A. (2016), "Sensory alalia: speech ontogenesis, clinical manifestations, approaches to diagnosis and correction", *Practical medicine*, No. 8 (100), pp. 13–18.

3. Ivanova, M.M., Isakova, Ya.S. and Nechaeva T.V. (2020), "System of correctional and developmental classes for children of the fifth year of life "Speech rainbow"", *Preschool pedagogy*, No. 3, pp. 47–48.

Контактная информация: doc_fni777@mail.ru

Статья поступила в редакцию 22.09.2021

УДК 796.922

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ ЮНИОРСКОГО ВОЗРАСТА

Владимир Александрович Филиппович, кандидат педагогических наук, Евгений Валентинович Панов, кандидат педагогических наук, доцент, Антон Ростиславович Шевченко, преподаватель, Сибирский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, г. Красноярск

Аннотация

Введение: на сегодняшний день уровень спортивных результатов в лыжных гонках очень высок, что предъявляет особые и дополнительные требования к физической подготовленности спортсменов. Важнейшим фактором в достижении высоких результатов, при относительно равных условиях (инвентарь, смазка, скольжение и т.д.), является способность лыжника-гонщика сохранять до финиша дистанции оптимальную силу отталкивания палками и лыжами. Характерно, что поддерживать на протяжении всей дистанции силу отталкивания в нужном режиме, может тот спортсмен, у которого достаточно высоко развит уровень силовой выносливости. Цель исследования: экспериментально разработать и научно обосновать наиболее эффективные системы средств и методов по развитию силовой выносливости юниоров (17–20 лет) как составляющей специальной выносливости лыжников-гонщиков. Методы и организация исследования: участники эксперимента – лыжники-гонщики из Спортивной школы олимпийского резерва «Сибиряк» г. Красноярск и члены сборной команды по лыжным гонкам Сибирского юридического института Министерства внутренних дел Российской Федерации. Для проведения исследования были созданы две группы лыжников из числа юношей (экспериментальная и контрольная) по 9 человек в каждой. Возраст избранных для экспериментальных исследований спортсменов составил 17–20 лет, все испытуемые подбирались примерно с одинаковым уровнем физической подготовленности. Период исследования составил 6 месяцев с мая по октябрь 2018 года и проводился во время тренировочных сборов. В КГ тренировочный процесс проходил по общепринятой методике, а в содержание учебно-тренировочного процесса в ЭГ были внесены изменения, связанные с внедрением более широкого круга средств и методов развития силовой выносливости. Для оценки качественного изменения результатов развития силовой выносливости и функциональной подготовленности лыжников-гонщиков проводились следующие тесты: подтягивание на перекладине; поднимание туловища из положения лёжа с согнутыми ногами; 10-ой прыжок с места; удержание туловища; исследование сердечно-сосудистой системы (проба Руфье-Диксона). измерение жизненной емкости легких (ЖЕЛ). Результаты: обнаружено значимое ($p < 0,05$) преимущество у испытуемых экспериментальной группы над контрольной по всем проведенным тестам. Количественные характеристики, полученные в ходе исследования, обрабатывались методом вариационной статистики (по Стъуденту). Выводы: выявлена возможность значимого повышения уровня силовой выносливости и сердечно-сосудистой системы лыжников-гонщиков за счет использования наиболее эффективных средств и методов по развитию силовой выносливости юниоров (17–20 лет).

Ключевые слова: силовая выносливость, функциональная подготовка, физическая подготовка, лыжники-гонки, тренировочный процесс.