

ДФУ/ДФ-65-036 ВКР

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Южно-Уральский государственный университет»
Институт спорта, туризма и сервиса
Кафедра «Теории и методики физической культуры и спорта»



**Инновационные технологии на уроках физической культуры для детей с
ограниченными возможностями здоровья**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЕ
ЮУрГУ-050100,62.2016.75 | ПЗ ВКР**

Рукоподатель работы, к.б.н.
доцент

Л.В. Смирнова Л.В. Смирнова
2016 г.

Автор ВКР,
студент группы ИСТиС-546

И.А. Злобин И.А. Злобин
27 июня 2016 г.

Нормоконтролер, к.б.н.
доцент

Л.В. Смирнова Л.В. Смирнова
2016 г.

Челябинск 2016

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Южно-Уральский государственный университет»
(национальный исследовательский университет)
Институт Спорта, туризма и сервиса
Кафедра Теории и методики физической культуры и спорта
Направление 050100.62 – Педагогическое образование

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой

А.В. Ненашева
2016 г.

ЗАДАНИЕ
на выпускную квалификационную работу студента
Злобина Ивана Анатольевича
Группа 546

1 Тема работы:

Инновационные технологии на уроках физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья; утверждена приказом по университету от 15 апреля 2016 г. № 661

2 Срок сдачи студентом законченной работы май 2016 г.

3 Исходные данные к работе.

Система занятий по АФК лежит в основе организации всей жизни детей в дошкольном учреждении и в семье. В режиме должны быть предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а также технологии обучения

здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ.

4 Перечень вопросов, подлежащих разработке:

Разработать комплекс методов, проверить эффективность предложенных инновационных технологий.

5 Иллюстрированный материал: презентация в электронном виде.

6 Дата выдачи задания – Июль 2015 г.

Руководитель Л.В. Смирнова Л.В. Смирнова

Задание принято к исполнению И.А. Злобин И.А. Злобин

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

Наименование этапов выпускной квалификационной работы	Срок выполнения разделов работы	Отметка о выполнении руководителя
Разработка плана работы	Сентябрь 2015 г.	исполнено
Анализ научно методической литературы, нормативных документов, изучение опыта подобной работы	Октябрь 2015 г.	исполнено
Разработка методики и плана проведения исследований	Октябрь 2015 г.	исполнено
Проведение исследований	Октябрь 2015 г. – Март 2016 г.	исполнено
Оформление работы	Апрель 2016 г.	исполнено

Заведующий кафедрой

Нешаева А.В. Нешаева

Руководитель работы

Смирнова Л.В. Смирнова

Студент

Злобин И.А. Злобин

АНОТАЦИЯ

Злобин, И.А. Инновационные технологии на уроках физической культуры для детей с ограниченными возможностями здоровья. Челябинск: ЮУрГУ, ИСТИС 546, 2016. 54 с. 14 табл., 1 илл., библиографический список – 49 наим.

Выпускная квалификационная работа посвящена обучению физической культуре детей с ограниченными возможностями здоровья с использованием инновационных технологий. Проведен анализ литературных источников по изучаемой проблеме. В последнее время увеличивается количество детей с ограниченными возможностями здоровья.

Целью работы стало выявление эффективности инновационных технологий на основе оценки развития у учащихся.

Для достижения цели исследования необходимо было решить следующие задачи: Изучить влияние физических упражнений на детей с отклонениями в развитии; Выявить эффективность инновационных технологий; Разработать экспериментальные программы, взяв за основу инновационные технологии.

В результате использования инновационных технологий в повышении качества урока физической культуры в современных условиях удастся: Раскрывать всесторонние качества учащихся; Повысить заинтересованность детей и увлечь предметом; Научить учащихся быть более уверенными в себе; Научить ребят стараться использовать полученные знания в различных жизненных ситуациях; Повысить качество знаний, учащихся;

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	8
ГЛАВА I ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	14
1.1 Особенности детей с ограниченными возможностями здоровья	14
1.2 Технологии обучения детей с ограниченными возможностями здоровья	24
ГЛАВА II ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ	29
2.1 Организация исследования	29
2.2 Методы исследования	32
2.3 Содержание экспериментальной программы	33
ГЛАВА III РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	37
3.1 Характеристика групп исследования	37
3.2 Оценка физической работоспособности и оценка мотивационных данных в начале эксперимента	38
3.3 Оценка физической работоспособности и оценка мотивационных данных в конце эксперимента	41
3.4 Физическая работоспособность детей с ограниченными возможностями здоровья	44
3.5 Измерение индивидуальных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	48
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	50

СОКРАЩЕНИЯ

ДЦП Детский церебральный паралич

ОВЗ ограниченные возможности здоровья

ЛФК – Лечебная физическая культура

ФМ – физкультминутка

АФК – Адаптивная Физическая культура

ВВЕДЕНИЕ

Одной из актуальных социально-экономических и демографических проблем современного российского социума это включение детей с ограниченными возможностями здоровья в общество. Актуальность этой проблемы объясняется многочисленными обстоятельствами, сложившимися в современной России.

В современном российском обществе наблюдается не только стабильное сокращение числа трудоспособного населения, но и сохраняется тенденция ухудшения его качественного состава на фоне роста инвалидности детей и молодёжи, что становится ощутимым ограничением экономического развития страны.

Современное российское законодательство, формирующее определённый уровень толерантности к детям с ограниченными возможностями, отвечает общепризнанным международным стандартам и имеет гуманистическую направленность. В России создаётся и функционирует сеть реабилитационных учреждений, школ-интернатов, центров социальной помощи семье и ребёнку-инвалиду, спортивно-адаптивных школ для инвалидов и так далее.

В нашей стране существует особая категория детского населения. Это дети с ограниченными возможностями здоровья. Давайте подробнее разберем что же это за категория. Следуя из определения дети с ограниченными возможностями – это дети с временным или постоянным отклонением в физическом или психическом развитии. Для таких детей необходимо создать специальные условия для обучения и воспитания. К данной категории относятся как дети-инвалиды, так и не признанные инвалидами, но при наличии ограничений жизнедеятельности.

Различают следующие категории детей с нарушениями в развитии:

- дети с нарушениями слуха (поздноухие, глухие, слабослышащие);
- дети с нарушениями зрения (слабовидящие, слепые);

- дети с нарушениями речи;
- дети с нарушениями интеллекта (умственно отсталые дети);
- дети с задержкой психического развития (ЗПР);
- дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП);
- дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы;
- дети с множественными нарушениями (сочетание 2-х или 3-х нарушений).

В последнее время проблемы детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями становятся все более актуальными и привлекают большое внимание многих специалистов. Право на образование является важным социально – культурным правом человека. Так как образование – это сфера жизни общества, которая в наибольшей степени может повлиять на развитие человека. В настоящее время возможности реализации права на образование лицами с ограниченными возможностями здоровья связаны с наличием целого комплекса проблем правового, организационно-технического, финансового, социального характера. В этой связи особое внимание и актуальность приобретает исследование конституционно-правового механизма обеспечения права лиц с ограниченными возможностями здоровья на образование, анализ не просто провозглашаемых, а реально существующих прав и свобод, обеспечиваемых государством, органами местного самоуправления, общественными институтами и т.д.

В настоящее время в модернизации российского образования заявлен принцип равного доступа детей к полноценному качественному образованию в соответствии с их интересами и склонностями, независимо от материального достатка семьи, места проживания и состояния здоровья. Одно из направлений реализации этого требования является внедрение новых моделей образования и его организации. Вследствие этого, с целью реализации поручения Президента Российской Федерации от 19 мая 2008г. Приказ №988 (пункт б) Министерством образования и науки РФ совместно с заинтересованными федеральными органами

исполнительной власти осуществлялась подготовка предложений по организации дистанционного обучения детей — инвалидов. Также рассматривалось предложение по оснащению мест их проживания необходимыми техническими средствами, в том числе обеспечивающими доступ к сети Интернет.

Дети с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных детей, имеют свои специфические особенности восприятия, обработки информации и учебного материала. Поэтому и разработка учебных материалов должны проходить с учетом преподнесения в различных формах. Например, дети инвалиды с нарушениями слуха должны получать материал визуально, с нарушениями зрения — аудиально (например, с использованием специальных программ по синтезированию речи или с помощью видеинформационных устройств).

Медико-оздоровительное сопровождение включает в себя диагностику физического состояния детей-инвалидов, сохранение здоровья, развитие адаптационного потенциала, приспособляемости к учебе.

Установление образовательной организацией особого порядка освоения дисциплины «физическая культура».

Для детей инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья образовательная организация устанавливает особый порядок освоения данной дисциплины на основании соблюдения принципов здоровьесбережения, адаптивной физической культуры и лечебной физической культуры. Это могут быть подвижные занятия адаптивной физкультурой в специально оборудованных спортивных, тренажерных и плавательных залах или на открытом воздухе, которые проводятся специалистами, имеющими соответствующую подготовку. Для школьников с ограничениями передвижения это могут быть занятия по интеллектуальным видам спорта, настольным играм. Обязательно в учебный план включается некоторое количество часов, направленное на поддержание здоровья и здорового образа жизни.

Адаптивная физическая культура состоит из комплекса мероприятий спортивно-оздоровительной направленности, основанного на адаптации и реабилитации в социальной среде детей с ограниченными возможностями. Преодолеваются психологические барьеры, препятствующие ощущению полноценной жизни, ребенок осознает необходимость своего личного вклада в социальное развитие общества.

При работе с адаптивной физической культурой необходимо учитывать рекомендации всех специалистов индивидуально для каждого ребенка и обеспечить лечебный, общеукрепляющий, реабилитационный и профилактический эффекты. Улучшение качества жизни детей с ОВЗ посредством спорта и физической активности – главная задача АФК, необходимо формировать у детей потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни, развивать способность к преодолению физических нагрузок, психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни, формировать функции разных систем и органов вместо нарушенных или отсутствующих.

Важным компонентом успешной деятельности по АФК является участие родителей в совместной деятельности со специалистами и педагогами.

Обучить родителей педагогическим технологиям по организации жизни ребенка в обществе и осуществление комплексной оздоровительной работы во взаимодействии со специалистами – основная задача педагогов. К сожалению, часть современных родителей знают и понимают важность оздоровительных мероприятий, но не используют утреннюю гимнастику, не имеют дома элементарных спортивных снарядов, не посещают в свободные дни спортивные учреждения, не соблюдают режим дня и питания.

Чтобы сохранить и улучшить здоровье детей в один из самых ответственных периодов жизни, необходима огромная работа с семьей.

Родители выступают основными заказчиками образовательных услуг для своих детей с ОВЗ задача педагога своевременно и постоянно включать

родителей в совместную деятельность со всеми специалистами образовательного учреждения.

Система занятий по АФК лежит в основе организации всей жизни детей в школьном учреждении и в семье. В режиме должны быть предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а также технологии обучения здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ.

Для полноценного занятия с детьми инвалидами и детьми с ограниченными возможностями здоровья физической культурой необходима модернизация физкультурно-спортивной базы образовательных организаций: оборудование площадок (на открытом воздухе и в помещениях) специализированными тренажерами, установка тренажеров общеукрепляющей направленности и фитнес тренажеров в существующих спортивных залах. Все спортивное оборудование должно отвечать требованиям безопасности, надежности, прочности, удобства. Необходимо также создание без барьера среды в существующих спортивных залах и спортивных площадках.

Образовательная организация должна создать среди своих сотрудников профессиональную и социокультурную толерантную среду, которая необходима для формирования гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности всего коллектива к общению и сотрудничеству, к способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия.

Объект исследования: процесс адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья.

Предмет исследования: применение инновационных технологий на освоение предмета «физическая культура» детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Цель исследования: Выявить эффективность инновационных технологий на основе оценки развития у учащихся.

Для выполнения цели исследования нужно решить следующие Задачи:

- 1 Изучить влияние физических упражнений на детей с отклонениями в развитии.
- 2 Выявить эффективность инновационных технологий.
- 3 Разработать экспериментальные программы, взяв за основу инновационные технологии.

Результаты исследования: В результате использования инновационных технологий в повышении качества урока физической культуры в современных условиях удается:

- Раскрывать всесторонние качества учащихся;
- Повысить заинтересованность детей и увлечь предметом;
- Научить учащихся быть более уверенными в себе;
- Научить ребят стараться использовать полученные знания в различных жизненных ситуациях;
- Повысить качество знаний, учащихся;

Здоровьесберегающие технологии, личностно ориентированная технология, информационно-коммуникативные технологии, технологии дифференцированного физкультурного образования – все это важнейшие черты нового современного урока физической культуры.

ГЛАВА I ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

1.1 Особенности детей с ограниченными возможностями здоровья

В России специальные (коррекционные) учреждения делятся на 8 видов:

Специальное (коррекционное) образовательное учреждение I вида служит для воспитания и обучения не слышащих детей, их разностороннего развития взаимосвязи с формированием словесной речи как средства общения и мышления на слухо-зрительной основе, коррекции и компенсации отклонений в их психофизическом развитии, для приобретения общеобразовательной, трудовой и социальной подготовки к самостоятельной жизни.

Коррекционное учреждение II вида служит для воспитания и обучения слабослышащих детей (имеющих частичную потерю слуха и различную степень недоразвития речи) и позднооглохших детей (оглохших в школьном или дошкольном возрасте, но сохранивших самостоятельную речь), всестороннего их развития на основе формирования словесной речи, подготовки к свободному речевому общению на слуховой и слухо-зрительной основе. Обучение слабослышащих детей имеет коррекционную направленность, способствующую исправлению отклонений в развитии. При этом в ходе всего образовательного процесса особое внимание уделяется развитию слухового восприятия и работе над формированием устной речи. Учащимся обеспечивается активная речевая практика с помощью создания слухо-речевой среды (с использованием звукоусиливающей аппаратуры), позволяющей формировать на слуховой основе речь, приближенную кестественному звучанию.

Коррекционные учреждения III и IV видов обеспечивают воспитание и обучение, коррекцию первичных и вторичных отклонений в развитии у воспитанников с нарушениями зрения, развитие сохранных анализаторов, формирование коррекционно-компенсаторных навыков, способствующих

социальной адаптации воспитанников в обществе. При необходимости может быть организовано совместное (в одном коррекционном учреждении) обучение незрячих и слабовидящих детей, детей с косоглазием и амблиопией.

Коррекционное учреждение V вида создается для обучения и воспитания детей с тяжелой речевой патологией, оказания им специализированной помощи, способствующей преодолению нарушений речи и связанных с ними особенностей психического развития.

Коррекционное учреждение VI вида служит для обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (с двигательными нарушениями различной этиологии и степени выраженности, детским перебрачным параличом, с приобретенными и врожденными деформациями опорно-двигательного аппарата, вытыми параличами верхних и нижних конечностей, парезами и парапарезами нижних и верхних конечностей), для реабилитации, формирования и развития двигательных функций, коррекции недостатков психического и речевого развития детей, их социально-трудовой адаптации и интеграции в общество на основе специально организованного двигательного режима и предметно-практической деятельности.

Коррекционное учреждение VII вида служит для обучения и воспитания детей с задержкой психического развития, у которых при потенциально сохранных возможностях интеллектуального развития наблюдаются слабость внимания, памяти, недостаточность темпа и подвижности психических процессов, повышенная истощаемость, несформированность произвольной регуляции деятельности, эмоциональная неустойчивость, для обеспечения коррекции их психического развития и эмоционально-волевой сферы, формирования навыков и умений учебной деятельности, активизации познавательной деятельности.

Коррекционное учреждение VIII вида служит для обучения и воспитания детей с отклонениями в интеллектуальном развитии с целью коррекции отклонений в их развитии средствами образования и трудовой подготовки, а

также социально-психологической реабилитации для последующей интеграции в общество.

Процесс обучения в школах 1 – 6 видов проходит нормами общеобразовательной программы общего образования. Обучение же детей в специальных (коррекционных) учреждениях осуществляется по специальным программам.

Главными целями коррекционного образования любого вида являются социальная адаптация и интеграция особого ребёнка в общество, т.е. цели полностью тождественны инклузии. Так в чём же различие между инклузивным и специализированным образованием? Прежде всего, в путях достижения поставленной цели.

Методология коррекционного образования формируется на основе знаний физиологических и психических особенностей детей с отклонениями в развитии. Индивидуальный и дифференцированный подход, специальное оборудование, специальные приемы, наглядность и дидактика в разъяснении материала, специальная организация режима и наполняемости классов исходя из особенностей детей, питание, лечение, слаженная работа дефектологов, логопедов, психологов, медиков... Это далеко не полный перечень того, чего нет и не может быть представлено в массовой школе.

Основная цель массовой школы – дать ученикам знания, для последующего их использования. В общеобразовательном учреждении первостепенно и значимо оценивается именно уровень знаний, воспитание занимает 5-10% от учебной программы. В коррекционных учреждениях, прежде всего большую часть программы 70 – 80 % занимают воспитание. Трудовое 50 %, физическое и нравственное 20 – 30 %. Большое внимание и ударение ставится на обучение трудовым навыкам, при этом в каждой коррекционной школе в соответствии её виду существуют свои мастерские, в которых дети обучаются именно тем профессиям, которые им доступны и разрешены, в соответствии с утвержденным перечнем.

Психомоторное развитие ребенка – трудный диалектический процесс, в нем отслеживается последовательность и неравномерность формирования отдельных психических функций и процессов. На каждой из усложняющихся стадий развития выясняется ее связь с предшествующей и последующими стадиями, каждый возрастной этап характеризуется качественным своеобразием, отличающим его от других этапов.

В современной коррекционной и общей педагогике утвердились положение о необходимости раннего выявления и преодоления отклонений в развитии детей. Особую значимость приобретает проблема подготовки педагогов дошкольных и школьных учреждений к работе с такими детьми, их правильного распознавания, своевременного обнаружения их трудностей и оказания им необходимой психолога–педагогической помощи. В связи с этим в последние годы в России успешно решается задача ориентированности всех педагогов в наиболее значимых дефектологических проблемах.

Педагоги обязаны иметь представление об основных видах нарушений психофизического развития ребенка, о причинах, их вызывающих, о путях их преодоления. В целом эти сведения составляют основы коррекционной педагогики.

На первых этапах обучения и развития проблемного ребенка главным препятствием к его обучению и воспитанию является **первичный дефект**. При отсутствии коррекционного воздействия в дальнейшем ведущее значение начинают приобретать **вторичные наслоения (отклонения)**, и именно они мешают социальной адаптации ребенка. Возникают педагогическая запущенность, расстройства эмоционально – волевой сферы и поведения, что обусловлено эмоционально-личностными особенностями на фоне дефицита общения, комфорта и ощущения неуспеха.

Парусования развития у детей много аспектные и многосторонние. Они выражаются в речевой, двигательной, интеллектуальной и сенсорной

неполноты. Отклонения в развитии существуют различных форм и разной степени запущенности.

При различных видах отклонений в развитии главным является нарушение речевого общения, когда у ребенка нарушена способность к приему и обработке информации. Это общая закономерность для всех аномальных детей. При анализе конкретного вида нарушенного развития важно учитывать общие для нормального и аномального развития закономерности и тенденции, общие для всех групп проявления нарушений, а также индивидуальные характерологические особенности детей с ограниченными возможностями здоровья.

Важной закономерностью психического развития детей с ОВЗ являются трудность их социальной адаптации. Воспитание детей с отклонениями в развитии отличается своеобразием, которое проявляется в коррекционной направленности, в неразрывной связи коррекционного воздействия с формированием практических навыков и умений. Особенности воспитания конкретного ребенка, зависит от характера, имеющегося у него дефекта, от степени выраженности нарушений отдельных психических процессов и функций, от возрастных и компенсаторных возможностей ребенка, от характера медико-педагогического воздействия, от условий жизни и воспитания ребенка и ряда других факторов. Одни дети нуждаются только в психолого-педагогическом воздействии, другим требуется и серьезная лечебно-оздоровительная помощь. Все это подчеркивает необходимость ранней диагностической и коррекционной работы, ибо раннее выявление нарушений – залог эффективности их преодоления.

Проблемы изучений, обучений, воспитаний и социального приспособления детей с нарушениями интеллектуального развития разрабатываются одним из направлений специальной педагогики - олигофренопедагогикой.

Решение проблем профессиональной ориентации, трудового обучения и воспитания учащихся, социально-трудовой адаптации выпускников коррекционной школы определяет тесное сотрудничество олигофренопедагогики

с такими отраслями гуманитарных знаний, как социология и право. Это делает олигофреноедагонику социально-педагогической наукой.

Основной контингент учащихся коррекционной школы составляют дети-олигофrenы.

В процессе школьного обучения выявляются трудности, возникающие за счет плохой фиксации детей на предлагаемом задании. В письме это пропуски, перестановки, при устном счете – плохое и фрагментарное выполнение задания.

В коррекционной и воспитательной работе с этими детьми в первую очередь используются педагогические приемы, направленные на организацию и упорядочение учебной деятельности. Крайне важно выработать у ребенка заинтересованность и положительное отношение к учебной деятельности, заданию, предлагаемому учителем. Для этого, особенно в первые годы обучения, широко используются диалогический материал и игровая деятельность. Важным примером правильной организации учебной деятельности ребенка является совместная деятельность с учителем при выполнении задания. В процессе работы с этими детьми целесообразно использовать словесную инструкцию в поэтапном виде и речь (сначала учителя, а затем ребенка) как фактор, организующий учебную деятельность.

Специфическими особенностями детей олигофренов с выраженным торможением являются заторможенность моторики, характера, вялость, медлительность познавательной деятельности, поведения в целом. Работая с детьми олигофренами, целесообразно использовать приемы, которые способствуют возбуждению активности. Школьникам следует постоянно давать задания, помогать включаться в коллектив, стимулировать учебную деятельность, в общую работу, с которыми они наверняка могут справиться, поощряя даже самые незначительные успехи.

Среди детей-олигофренов, обучающихся в коррекционной школе, есть дети, у которых параллель с непоразвитием сложных форм познавательной деятельности отмечается также нарушенная речь.

У этих детей отмечается апраксия губ и языка. В дальнейшем страдает и сенсорная сторона речи. При достаточной остроте слуха эти дети не различают близкие по характеру звуки, не могут выделить отдельных звуков из плавной речи, плохо дифференцируют сложные звуковые комплексы, т.е. имеют стойкое нарушение фонематического восприятия. Естественно, это ведет к нарушению звуко-буквенного анализа, что, в свою очередь, негативно сказывается на овладении грамотой и письменной речью.

Последнюю группу составляют дети – олигофrenы, у которых на фоне неразвитой познавательной деятельности ясно выражается недоразвитие личности в целом. В таких случаях резко меняется вся система потребности и мотивов, имеются патологические наклонности. Особая патологическая особенность в этом случае заключается в том, что диффузное поражение коры головного мозга сочетается с преимущественным недоразвитием лобных долей.

При исследовании выявляется грубое своеобразное нарушение моторики – движение неуклюжи, словно, дети не могут себя обслужить. Специфической особенностью этих детей является разрыв между произвольными и спонтанными движениями. Так, при полной невозможности выполнять какие-либо движения по инструкции эти же движения дети могут выполнять спонтанно.

У этих детей также отмечается своеобразные изменения поведения. Они некритичны, неадекватно оценивают ситуацию, лишены элементарных форм застенчивости, необидчивы. Их поведение лишено стойких мотивов.

Коррекционно-воспитательная работа с детьми олигофrenами должна проходить исходя из качественного своеобразия структуры дефекта. В первую очередь используются педагогические присмы, направленные на создание произвольных моторных навыков под организующим началом речи.

Мышление – обобщенное, опосредованное отражение внешнего мира и его законов, общественно обусловленный процесс познания, более высокий его уровень. Оно имеет непрерывно возникающие в онтогенезе ребенка и затем

взаимодействующие практически действенную, наглядно-образную и словесно-логическую формы.

Наибольшую сложность представляют собой задания, требующие от учащихся словесно логического мышления, такие, как понимание несложных текстов, содержащих те или иные зависимости – временные, причинные и т.п. Дети воспринимают материал упрощенно, много опускают, изменяют последовательность смысловых звеньев, не устанавливают необходимых взаимоотношений между ними.

По мере обучения в коррекционной школе недостатки мышления учеников корректируются, однако не преодолеваются и вновь обнаруживаются при усложнении предъявляемых задач.

Мыслительные процессы умственно отсталых младших школьников весьма своеобразны. Выполняемый ими мыслительный анализ зрительно воспринимаемого реального предмета или его изображения отличается бедностью и фрагментарностью. Глядя на объект, ученик указывает далеко не все составляющие его части даже в тех случаях, когда знает их названия, а также не отмечает многих существенно важных его свойств. Обычно он говорит о таких частях, которые выступают из общего контура фигуры. Анализ объектов будет более подробным, если ребенок будет выполнять его, отвечая на вопросы учителя. Постепенно дети приобретают умение достаточно подробно в определенном порядке характеризовать объект, начиная с того, что для него является наиболее существенным. Продвижение проявляется в возрастающем умении применять данные собственного опыта, которое отмечается уже к средним классам.

Еще более сложной задачей для учащихся с отклонениями в интеллектуальном развитии является обобщение предметов или явлений, т. е. объединение их на основе общей для всех них черты. Осуществляя этот процесс, олигофrenы всех возрастов передко основываются на случайных признаках. Их обобщения часто оказываются слишком обширными, недостаточно

дифференцированными. Особенno вызывает трудности у учеников изменение однажды выбранного принципа обобщения, объединение объектов по новому основанию. В этих трудностях проявляется свойственная олигофренам патологическая инертность первых процессов.

Учитель обязан знать возможности каждого ученика, чтобы подготовить его к изучению нового материала, правильно отобрать и объяснить материал, помочь учащимся его усвоить и применить с большей или меньшей степенью самостоятельности на практике. С этой целью используются приемы и методы обучения в различных модификациях. Большое внимание учителю следует уделять продумыванию того, какого объема и каково характера необходима помощь на разных этапах усвоения учебного материала. Успех в обучении не может быть, достигнут без учета имеющихся у умственно отсталых школьников специфических психофизических нарушений, проявления которых затрудняют овладение ими знаниями, умениями, навыками, даже в условиях специального обучения.

Эти нарушения усугубляют трудности обучения, увеличивают неравномерность продвижения детей. На успешность обучения влияют нарушения фонетико-фонематического восприятия, зрительно-пространственной ориентировки, двигательной сферы, работоспособности.

Такие виды нарушений могут иметь ученики с разными уровнями развития познавательной деятельности, и, следовательно, относиться к той или иной группе. У школьников с более сохранным интеллектуальным развитием коррекция нарушенных психофизических функций осуществляется усилнее, чем у учащихся, у которых интеллект снижен значительно.

Задачей коррекционной школы является коррекция дефектов развития ребенка в процессе обучения его общеобразовательным дисциплинам, профессионально-трудовой подготовки и разностороннего воспитательного воздействия на ход развития учащихся. Другой, не менее важной задачей коррекционной школы является подготовка ее учащихся к самостоятельной

трудовой деятельности по одной из рабочих профессий в условиях современного производства, т.е. социально-трудовая адаптация.

Наконец коррекционная школа ведет особую лечебно-оздоровительную работу, направленную на укрепление и исправление общего физического состояния школьников.

Исправление недостатков познавательной деятельности школьников достигается в основном педагогическими средствами в процессе обучения основам общеобразовательных дисциплин и усвоения трудовых умений и навыков.

Процесс обучения в коррекционной школе прежде всего направлен на формирование у учащихся разнообразных знаний, умений и навыков, но, безусловно, при обучении происходит воспитание, и развитие учащихся.

Воспитывающая направленность обучения в коррекционной школе состоит в формировании у учащихся нравственных представлений и понятий, адекватных способов поведения в обществе.

Развивающий характер обучения в коррекционной школе состоит в содействии общему психическому и физическому развитию учащихся. В условиях постоянно повышающихся требований к уровню подготовки умственно отсталых школьников к жизни, направленность обучения на их общее развитие приобретает особое значение. Однако развитие умственно отсталых школьников без коррекции их мышления и нарушенных психофизиологических функций не может быть достаточно успешным. Поэтому обучение в коррекционной школе посит коррекционно-развивающий характер.

Содержание обучения в коррекционной школе отличается элементарностью и практической направленностью. Несмотря на элементарный уровень знаний, которые необходимо усвоить школьникам, они должны быть научными.

Принцип научности реализуется, прежде всего при разработке программ и составлении учебников, а также в деятельности учителей и воспитателей.

Принцип научности тесно связан с принципом доступности, ведь в конечном счете умственно отсталые учащиеся могут усваивать только тот учебный материал, который им доступен.

Принцип доступности предполагает построение обучения школьников с проблемами в интеллектуальном развитии на уровне их реальных учебных возможностей.

Принцип доступности, как и принцип научности, применяется, прежде всего, при разработке учебников и учебных программ. Содержание обучения учащихся с проблемами в интеллектуальном развитии определяется на основании проверки его в многолетней практике работы коррекционной школы. Содержание обучения отдельным учебным предметам непрерывно совершенствуется, уточняется объем знаний, умений и навыков по годам обучения на основе результатов научных исследований и передовой практики.

1.2 Технологии обучения детей с ограниченными возможностями здоровья

В настоящее время имеется большое количество технологий обучения. В процессе обучения должны быть представлены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а также технологии обучения здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ. К ним относятся: Утренняя гимнастика с элементами кинезиологических упражнений.

При проведении утренней гимнастики используются кинезиологические комплексы как индивидуальные, так и общие групповые. Кинезиологические упражнения помогают развить мелкую моторику рук, развивают межполушарное взаимодействие, которое является фундаментом развития интеллекта. Имитационные движения способствуют развитию у детей представлений о средствах двигательной выразительности, вести двигательный диалог через язык жестов мимики, поз.

Ритмическая гимнастика.

Это комплекс упражнений, которые проводятся под музыкальное сопровождение и очень нравятся детям, находящихся учебное занятие очень веселым.

Гимнастика развивает ловкость и координацию движений.

Нестандартные виды упражнений:

Игровой самомассаж.

Является основой для оздоровления детского организма и закаливания. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают хорошее настроение и радость. Упражнения способствуют улучшению у ребёнка сознательного стремления к здоровому образу жизни, развитию навыков собственного оздоровления.

Пальчиковая гимнастика.

Благодаря пальчиковой гимнастики развивается мелкая моторика, развиваются речевые и моторные центры ребёнка. Весёлые игры доставляют удовольствие детям, сопровождаются интересными стишками.

Динамические паузы.

Динамическая пауза снимает усталость и переключает внимание во время работы на занятиях.

Подвижные игры.

Способствуют выходу запасов энергии, развитию координации движений, прививаются навыки общения и укрепляется психоэмоциональное здоровье.

Дыхательные упражнения оказывают незаменимый характер и насыщают кислородом каждую клеточку организма, способность управлять дыханием способствует умению управлять собой.

Корригирующая гимнастика.

Способствует исправлению имеющихся недостатков в физическом развитии. Воспитывает бережное отношение к своему телу. Даёт заряд бодрости на весь день.

Бодрящая гимнастика после сна.

Поднимает настроение и мышечный тонус детей с помощью физических упражнений, устраивает сонливость и вялость, помогает организму «проснуться». **Физкульт минутки.**

Повышают и удерживают умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечивают кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий.

Су-джок терапия.

Проводится по рекомендациям врача - педиатра и используется с целью общего укрепления организма.

Сказка – терапия.

Оыгрывание ситуаций с любимыми героями сказок позволяет легко добиться замечательных результатов в области психологии, развития и воспитания малышей.

Креативная гимнастика.

Предусматривает целенаправленную работу с применением нестандартного оборудования – «Дорожка Здоровья». **Физкультурные занятия.**

Совершенствуют двигательные умения и навыки детей, развивают быстроту, ловкость, выносливость, гибкость.

Релаксация.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение.

Прогулки на свежем воздухе в любое время года.

Оказывают закаливающее воздействие на организм в субъективных условиях.

Занятия по физической культуре и ЛФК носят урочный характер. Наряду с применением традиционных моделей воспитания, необходимо использовать нетрадиционные и инновационные методы работы.

Одной из составляющих инвентаря спортивного зала стала популярная во всем мире игровая приставка ХВОХ 360.

Игровая приставка на уроках физкультуры используется в качестве обучающего и тренировочного пособия. Использование устройства ХВОХ 360 на уроках физической культуры позволяет развивать не только опорно-двигательный аппарат занимающихся, но и эффективно воздействовать на сердечно-сосудистую и дыхательную системы с учетом психофизических и возрастных особенностей.

Материал осваивается на уроках физической культуры и вносит определенные структурные изменения в организацию занятий. В структуре таких занятий целесообразно выделить практическую часть, которая строится по закономерностям урока физической культуры. Так в отличие от классического урока, где практическая часть длится 19–24 минуты, то на уроке с применением игровой приставки ХВОХ 360 на практическую часть отводится 29–32 минуты. Это позволит повысить творческую активность учащихся, а также возможность самостоятельного выполнения заданий, как на уроках, так и на факультативных занятиях.

Уроки проходят эмоционально и эстетически оформленно. Устройство ХВОХ 360 дает занимающимся радость, бодрость и эстетическое наслаждение. Как показывает практика, целесообразно включать в занятие подвижные игры, элементы танцев и аэробики, использовать музыку, разнообразный спортивный инвентарь и тренажеры.

Устройство ХВОХ 360

ХВОХ 360 – это игровая приставка. В комплект ХВОХ 360 входит: игровая приставка, геймпад (джойстик) и сенсор Kinect.

Kinect – это первый игровой контроллер, фактически превращающий в геймпад тело игрока, причем игроку при этом не требуется никакое дополнительное оборудование. Наиболее подходящими для уроков физической культуры и внеурочных занятий, представляются Nike – Kinect Training; Sports Kinect.

Nike – Kinect Training – это программа персональных тренировок, которая была создана тренерами Nike с использованием точной технологии Kinect для

XBOX 360 и позволяет, не выходя из помещения, заниматься по программам, достигать видимых результатов и улучшать свои физические возможности.

Nike+ Kinect Training можно использовать:

- в разминке для подготовки мышц;
- в спортивных секциях для подготовки учащихся к соревнованиям.

Занятия по программе Nike+ Kinect Training способствует улучшению внешнего вида, подвижности в суставах, увеличению силы мышц.

Kinect Sports:

В состав Kinect Sports входит шесть командных и индивидуальных видов спорта: футбол, пляжный волейбол, боуллинг, настольный теннис, легкая атлетика и бокс.

Система занятий по АФК лежит в основе организации всей жизни детей в дошкольном учреждении и в семье. В режиме должны быть предусмотрены технологии сохранения и стимулирования здоровья, а также технологии обучения здоровому образу жизни и нетрадиционные коррекционные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей с ОВЗ.

В результате использования устройства XBOX 360 на уроках физической культуры учащиеся обретают пластику движений, психологическую устойчивость, способность противостоять трудностям. В процессе таких занятий происходит ряд изменений психологических и физических характеристик. В первую очередь улучшилась координация движений, и их качественное преобразование, воздействие волевых проявлений, повышение работоспособности, гибкость, сила; упражнения которые используются в уроке, действуют в качестве сущесвнного фактора, разряжающего излишки гормонов и помогающего организму вернуться к состоянию гармонии.

ГЛАВА II ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1 Организация исследования

Исследование проводилось с сентября 2015г. по апрель 2016г. на базе средней общеобразовательной школы №10 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Чебаркульского района Челябинской области.

Разработка и применение инновационной технологии у учащихся специальной (коррекционной) школы VII, VIII вида. Занятие по инновационной технологиям являлась целью педагогического эксперимента. В исследовании участвовали 20 детей школьного возраста в возрасте 11–13 лет. (9 девочек, 11 мальчиков), из них: 8 учеников из 4а класса (Контрольная группа) VIII вида.

12 учеников из 4б класса (Экспериментальная группа) VIII вида.

Так же в эксперименте приняли участие: 2 учитель, преподавателя, тренера; Детям младшего школьного возраста очень сложно ответить на вопросы, связанные с их мотивацией и интересом к занятиям. Большинство из них в беседе признавались, что приходят на урок, потому что так требует учитель и их родители. У них еще не сформировалось представление о собственных потребностях и целях. Параметры оцениваются по десятибалльной шкале.

Исследование проводилась в один этап:

Исследование проводилось с сентября 2016 г. по апрель 2016 г. Обучение в контрольной группе проводились по традиционной программе. А в экспериментальной проводилось с использованием инновационных технологий, приставки XBOX 360 и проектора.

Было решено исследовать 4 классы по следующим параметрам:

- Быстрота изучения новых упражнений;
- Заинтересованность учащихся;
- Правильность выполнения упражнений;
- Самостоятельное выполнение заданий на уроке;

- Силовая выносливость мышц живота;
- Проба Штанге;
- Проба Генчи;
- Проба Руфье.

Уровень физического развития определяется по данным антропометрии. Были использованы основные показатели: рост, вес, сила флексоров кисти, измерение глубины изгибов позвоночника. Динамическое наблюдение состояния здоровья и показателей физического состояния проводилось 2 раза: декабрь 2015г. (первое измерение), март 2016г. (второе измерение).

Было проведено обследование детей по стандартным методикам с соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил нагрузочного тестирования. Обследование и тестирование проводилось в спортивном зале школы с участием врача. Проводились: визуальный метод исследования позвоночника для выявления нарушений осанки, измерялась давление, определялась гибкость, основные гемодинамические показатели и функциональное состояние дыхательной системы.

Детей желательно обследовать в первую половину дня, когда они еще не утомлены.

Силовая выносливость мышц живота измеряется числом переходов из положения лёжа на спине, с зафиксированными ногами, в положение сидя. Темп 15–16 подъёмов в минуту в положении – руки на пояс. При нормальном развитии силовой выносливости мышц живота ребёнок 8–11 лет выполняет 15–20 движений, в возрасте 12–16 лет – 25–30.

Функциональное исследование дыхательной системы

Для измерения функционального состояния дыхательной системы применяются пробы: проба Штанге, и проба Генчи.

Проба Штанге заключается в задержке дыхания на вдохе.

Методика: обследуемый находится в покое 3–5 мин, затем проводится легочная вентиляция по схеме вдох-выдох-вдох в объеме 90% от максимального

– задержка дыхания. В этот момент преподаватель включает секундомер. Фиксируется чистое время задержки дыхания, т. е. до фибрилляции диафрагмы. Полученный показатель сравнивается со стандартными:

- норма – 2 мин (Дети занимающиеся спортом);
- хорошо – 51 – 60 с;
- удовлетворительно – 40–49 с;
- неудовлетворительно – меньше 39 с.

Проба Генчи выполняется с задержкой дыхания на выдохе.

Методика: обследуемый находится в состоянии покоя 3–5 мин, затем проводится легочная вентиляция по схеме: выдох – вдох – выдох – задержка дыхания. Фиксируется чистое время задержки дыхания. Хорошо – больше 40 с; удовлетворительно – 34–39 с; неудовлетворительно – меньше 33 с.

Определение физической работоспособности

Оценка физической работоспособности производилась с помощью функциональных проб, которые предполагают определение «резервных возможностей организма» на основе ответных реакций сердечно–сосудистой системы. С этой целью была использована проба Руфье.

Характеристика теста:

Рекомендуется для косвенной оценки работоспособности детей. Метод основан на учете величины пульса, зафиксированной на различных этапах восстановления после относительно небольших нагрузок.

Методика: 1 Определяют исходный пульс после 5 мин отдыха в положении лежа за 15 секунд до нагрузки.

2 Выполняют 30 приседаний за 45 с.

3 Измеряют пульс стоя сразу после нагрузки (в первые 15 секунд восстановления)

4 Измеряют пульс в последние 15 секунд первой минуты восстановления.

Результаты тестирования: для оценки работоспособности рассчитывают индекс Руфье: И.Р.= $4*(f_1+f_2-f_0)-200$

Оценка результатов: если индекс Руфье составляет менее 0 – физическая работоспособность высокая;

1 – 5 – хорошая;

6 – 10 – удовлетворительная;

10 – 15 – слабая;

15 и более – неудовлетворительная.

Величина индекса Руфье обратно пропорциональна тренированности сердечно – сосудистой системы.

2.2 Методы исследования

В исследовании использовались следующие методы исследования:

1 Анализ специальной научно-методической литературы.

2 Педагогический эксперимент.

3 Методы математической статистики.

4 Методы антропометрических измерений.

5 Методы педагогического тестирования

1 Анализ специальной научно-методической литературы проводится с целью приобретения объективных знаний по изучаемым вопросам, уточнения методов исследования, выяснения состояния решаемой проблемы. Изучалась литература: Заболевание детей с ОВЗ; физиологических и психологических особенностях детей 10–13 лет; положительный опыт применения различных комплексов упражнений.

2 Педагогический эксперимент проводится с целью определения эффективности разработанной экспериментальной программы с внедрением инновационных технологий.

3 Методы математической статистики использовались для обработки результатов эксперимента, при этом определялись:

1 Средняя арифметическая величина.

$$M_x = \frac{\Sigma X_i}{n}$$

$$M_x = \sum x_i / n$$

2 Формула стандартного отклонения.

$$\sigma_x = \sqrt{D_x} = \sqrt{\frac{\Sigma (x_i - M_x)^2}{n-1}}$$

3 Формула t-критерий Стьюдента для независимых выборок:

$$t_e = \frac{|M_1 - M_2|}{\sqrt{\frac{\sigma_1^2}{N_1} + \frac{\sigma_2^2}{N_2}}}$$

4 d = n1 + n2 - 2, где n1 и n2 – количество человек в группах.

5 Коэффициент достоверности различий (Р) находится по таблице вероятности — критерия Стьюдента. Различия считались достоверными в случае, если Р меньше или равно 0,05.

2.3 Содержание экспериментальной программы

Анализ научной и учебно-методической литературы был основой разработанного учебного плана. Эффективность данного учебного плана была проведена в ходе педагогического эксперимента.

Методический комплекс призван решить следующие дидактические задачи, реализуемые в процессе специальной тренировки опорно-двигательного аппарата:

- 1 Формирование навыка правильной осанки и мышечно-двигательных представлений о ней;
- 2 Гармоничное укрепление мышечного корсета и развитие силовой выносливости мышц;
- 3 Формирование навыка рационального дыхания;
- 4 Профилактика функциональных отклонений со стороны опорно-двигательного аппарата.

Все перечисленные задачи взаимосвязаны и имеют:

- оздоровительную (укрепление здоровья, профилактика различных его нарушений);
- образовательную (формирование двигательных навыков; о доступных способах предупреждения отклонений со стороны опорно-двигательного аппарата);
- воспитательную (формирование эстетических представлений о гармоничном физическом развитии, телосложении, положении тела и движений человека; воспитания потребности в физическом самосовершенствовании) направленности.

На первом этапе эксперимента дети проходят обучение по обычной образовательной программе.

На втором этапе эксперимента дети учатся с применением инновационных технологий

Большое внимание в учебной программе с инновационными технологиями уделено информационным технологиям, а именно игровой приставке XBOX 360.

Силовые упражнения тонизируют, увеличивают размеры и укрепляют мышцы. Для увеличения силы мышц должны проходить усилия, превышающие привычный уровень. Поэтому программы, направленные на увеличение силовых способностей, должны основываться на постепенном увеличении нагрузки на мышцы. Программы занятий, в которых самое главное внимание уделяется развитию усилий для преодоления значительного сопротивления при маленьком количестве повторений, направлены на развитие силы и объема мышц, и в меньшей степени – на увеличение выносливости. Программы, в которых используются небольшие сопротивления и большое число повторений, обеспечивают увеличение выносливости, и в меньшей степени – силы.

В начальном периоде курса применялись упражнения для малых, средних и крупных мышечных групп, в среднем и медленном темпе, амплитуда полная. Соотношение ОРУ, специальных и дыхательных упражнений.

В основном периоде курса применялись упражнения для всех групп мышц в среднем и быстрым темпе, амплитуда полная, применяя упражнения на растягивание мышц поясничного отдела позвоночника и мышц передней поверхности грудной клетки.

В заключительном периоде использовались упражнения для всех мышечных групп, в основном для крупных, темп быстрый, амплитуда полная, упражнения на растягивание.

При определении нагрузки учитывался возраст и физическая подготовленность детей.

Обучению школьников основным упражнениям на формирование и закрепление правильной осанки, должны предшествовать основные знания о правильной и неправильной осанке.

Ребенок должен уметь самостоятельно ориентироваться в упражнениях и уметь пользоваться компьютерными устройствами.

Для оценки результата – на сколько хорошо дети усвоили пройденный материал, проводятся контрольные упражнения.

Занятия в образовательном учреждении, сочетающие в себе психическую и статическую нагрузки на отдельные органы, системы и на весь организм в целом, требует проведения на уроке физкультминуток для снятия локального утомления и физкультминуток общего воздействия, которые комплектуются из упражнений для разных групп мышц с учетом их напряжения в процессе деятельности.

В соответствие с Методическими рекомендациями Минздравсоцразвития РФ от 15.01.2008 № 206 ВС, учителям рекомендовано проведение физкультминуток.

Проведение физкультминуток – это эффективный способ поддержания работоспособности детей, так как вовремя ФМ обеспечивается отдых центральной нервной системы, а также скелетных мышц, испытывающих статическое напряжение из-за длительного сидения за партой. Для того, чтобы физкультминутка оказывала универсальный профилактический эффект, она

должна включать упражнения для различных групп мышц и для улучшения мозгового кровообращения.

Для проведения физкультурных минуток может быть использован специальный комплекс из 3 – 4-х упражнений.

Упражнения для физкультминуток подбираются таким образом, чтобы размять как можно больше мышц. В физкультминутке должны использоваться упражнения для разгрузки глаз.

Продолжительность ФМ составляет две – две с половиной минуты, проводит их учитель, а методическую помощь в разработке комплексов упражнений оказывает учитель физической культуры.

Комплексы упражнений, входящие в ФМ, должны меняться, иначе они становятся фактором усиления монотонности.

ГЛАВА III РЕЗУЛЬТАТЫ ИСЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1 Характеристика групп исследования

На начальном этапе нами были охарактеризованы группы исследования, данные представлены в таблице 1 и 2.

Таблица 1 Характеристика контингента обследованных 4а класса

№ п/ п	Имя ученика	Возраст, лет	Масса тела, кг	Пол
1	Яна	12	35	ж
2	Галина	11	30	ж
3	Илья	11	50	м
4	Влад	13	43	м
5	Юрий	13	40	м
6	Данил	12	52	м
7	Дарья	12	36	ж
8	Никита	13	48	м

Таблица 2 – Характеристика контингента обследованных 4б класса

№ п/п	Имя ученика	Возраст, лет	Масса тела, кг	Пол
1	Юрий	12	41	м
2	Сергей	12	42	м
3	Степан	12	40	м
4	Евгений	12	45	м
5	Иван	12	35	м
6	Данил	13	60	м
7	Анастасия К.	13	40	ж
8	Анастасия В.	12	39	ж
9	Дарья	12	41	ж
10	Надежда	11	35	ж
11	Миция	12	36	ж
12	Светлана	13	40	ж

3.2 Оценка физической работоспособности и оценка мотивационных данных в начале эксперимента

В сентябре 2015 года были проведены контрольные тесты в контрольной и экспериментальной группе. Данные представлены в 3 и 4 таблицах.

Таблица 3 – Измерение параметров в контрольной группе

№ п/п	Имя ученика											
		Быстрота изучения новых упражнений (балл)					Занятость учащихся (балл)					
Правильность выполнения упражнений (балл)					Самостоятельное выполнение заданий на уроке (балл)					Выносливость мышц живота (раз)		
		Проба Штаппе (с)		Проба Генчи (с)		Проба Руфье (балл.)						
1 Яна	7	9	9	8	15	30	20	11				
2 Галина	6	2	5	5	5	20	15	15				
3 Илья	3	7	2	5	1	30	20	20				
4 Влад	2	3	2	1	5	10	5	16				
5 Юрий	6	1	7	7	6	40	32	16				
6 Данил	6	3	6	7	1	30	24	15				
7 Дарья	5	5	7	5	6	20	11	12				
8 Никита	1	1	1	1	1	10	5	20				
Норма	9	9	9	9	15-	40-	30-	1-10				
M _{1,1} = m _{1,1} =	4,5 0,83	3,88 1,1	4,88 1,1	4,88 1,1	5 1,75	23,75 4,01	16,5 3,55	15,63 1,23				

Таблица 4 – Измерение параметров в экспериментальной группе

№ ш. н.	Имя ученика	Быстрота изучения новых упражнений		Занятность учащихся		Правильность выполнения упражнений		Самостоятельное выполнение задачий на уроке		Выносливость мышц живота (раз)		Проба Штапе (с)		Проба Генчи (с)		Проба Руфье (балл)		
		6	7	7	8	5	8	30	25	11	8	6	20	15	11	20	15	11
1	Юрий	7	6	7	8	5	8	40	25	11								
2	Сергей	7	8	7	5	8	30	25	11									
3	Степан	4	4	3	5	6	20	15	11									
4	Евгелий	3	2	3	4	3	20	15	11									
5	Иван	7	6	6	5	8	22	20	15									
6	Данил	4	4	4	5	1	29	20	15									
7	Лиляна	2	1	2	3	1	15	20	20									
8	Лиляна на К.	3	4	2	4	3	20	15	20									
9	Лария	4	4	6	5	5	23	15	19									
10	Надежда на	6	5	6	4	5	24	15	15									
11	Лидия	7	6	7	6	7	30	20	12									
12	Светлана на	5	2	3	5	5	19	15	19									
M _{2,1}	4,92	4,33	4,67	4,92	5	24,3	18,33	14,92										
M _{2,1} -	0,55	0,61	0,61	0,37	0,77	2,05	1,17	1,13										

Из этих таблиц видим, что контрольная и экспериментальная группы примерно одного физического и умственного развития.

3.3 Оценка физической работоспособности и оценка мотивационных данных в конце эксперимента

В апреле 2016 года были проведены конечные тесты в контрольной и экспериментальной группе. Данные представлены в 5 и 6 таблице.

Таблица 5 – Измерение параметров в контрольной группе

№ п/п	Имя ученика	Быстроизучение новых упражнений (балл)	Заинтересованность учащихся (балл)	Правильность выполнения упражнений (балл)	Самостоятельность выполнения заданий на уроке (балл)	Выносливость мышц живота (раз)	Проба Генри (с)	Проба Руфье (балл)
1	Яна	8	8	9	8	15	31	20
2	Галина	6	2	6	5	10	20	15
3	Илья	3	7	2	5	3	30	20
4	Влад	2	3	2	1	6	15	10
5	Юрий	7	1	7	7	10	40	32
6	Данил	6	3	6	7	1	30	24
7	Дарья	5	5	7	5	6	20	15
8	Никита	1	1	1	1	2	11	6
Норма		9	9	9	9	15	40	30
						20	50	40
$M_{1,1}$	4,75	3,75	5	4,88	6,63	24,63	17,7	15,13
$m_{1,1}=$	0,94	1,01	1,11	1	1,81	3,66	3,08	1,35

Таблица 6 – Измерение параметров в экспериментальной группе

№ п/п	Имя ученика	Быстрота изучения новых упражнений		Занятность учащихся		Правильность выполнения упражнений		Самостоятельное выполнение заданий на уроке		Выносливость мышц живота (раз)		Проба Штаце (с)		Проба Генчи (с)		Проба Руфье (балл)					
		1	Юрий	9	10	9	9	11	45	35	9	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10
2	Сергей	9	10	9	9	8	8	11	45	35	9	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10
3	Степан	8	10	6	6	8	8	8	45	35	9	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10
4	Евгений	7	8	9	9	8	8	20	30	20	9	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10
5	Иван	9	8	9	9	10	10	30	20	11	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10	
6	Даниил	6	8	8	7	2	30	20	11	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
7	Анастасия К.	5	5	5	7	3	20	20	15	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
8	Анастасия В.	6	5	5	7	5	20	15	15	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
9	Дарья	9	8	8	7	10	25	20	12	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
10	Надежда	8	9	8	8	10	25	20	12	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
11	Лидия	9	9	9	8	20	30	20	9	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
12	Светлана а	6	5	6	8	5	20	15	12	15	30	25	10	8	8	8	25	20	10		
Норма		9	9	9	9	15	40	30	10	15	40	30	10	8	8	8	25	20	10		
$M_{2,1} -$		7,58	7,92	7,58	7,92	9,92	27,5	20,83	11,25	1,8	2,08	1,55	0,63	8	8	8	25	20	10		
$m_{2,1} =$		0,45	0,58	0,49	0,24	1,8	2,08	1,55	0,63	8	8	8	0,63	8	8	8	25	20	10		

Улучшение показателей контрольной и экспериментальной группы представлены на рисунке 1.

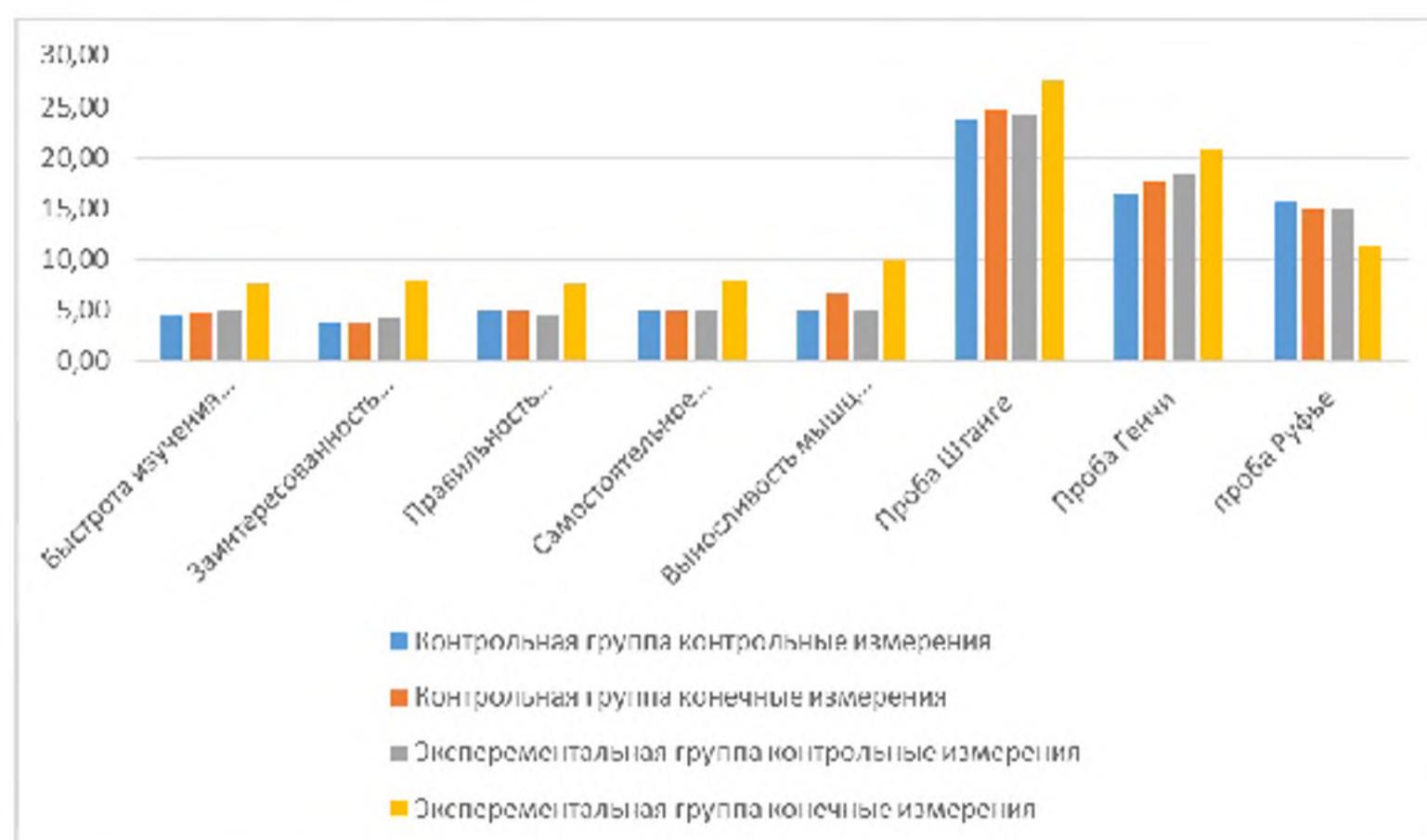


Рисунок 1 График улучшений показателей контрольной и экспериментальной групп.

Занятия играми и физическими упражнениями вырабатывают чувство ритма, то есть умение выполнять ряд движений в одинаковые промежутки времени. Чувство ритма, умение соразмерять свои движения во времени имеют большое значение. Наше сердце работает строго ритмично, также как ритмично дыхание, движение крови в сосудах и т. д. Несовпадение движений заставляют организм постоянно менять ритм работы внутренних органов, которые должны подстраиваться под деятельность и изменяющимся условиям. Из этого следует что неритмичные движения быстро утомляют и тем самым уменьшают производительность труда. Систематические занятия подвижными играми, физическими упражнениями, регулярные прогулки увеличивают выносливость и, следовательно, повышают уровень физического развития, укрепляют здоровье, исправляют дефекты осанки и способствуют росту физической работоспособности детей и подростков с ОВЗ, также способствуют улучшению умственной работоспособности.

3.4 Физическая работоспособность детей с ограниченными возможностями здоровья

Таблица 11 Выносливость мышц живота (с)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	5±1,75	6,63±1,81	P>0,05
Экспериментальная	5±0,77	9,92±1,8	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P>0,05	

Таблица 12 – Проба Итанге (с)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	23,75±4,01	24,63±3,66	P>0,05
Экспериментальная	24,3±2,05	27,5±2,08	P>0,05
P достоверность	P>0,05	P>0,05	

Таблица 13 – Проба Генчи (с)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	16,5±3,55	17,7±3,08	P>0,05
Экспериментальная	18,33±1,17	20,83±1,55	P>0,05
P достоверность	P>0,05	P>0,05	

Таблица 14 Проба Руфье (с)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	15,63±1,23	15,13±1,35	P>0,05
Экспериментальная	14,92±1,13	11,25±0,63	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P<0,05	

Двигательный динамический стереотип является физиологической основой двигательного навыка. Двигательные двигательный динамический стереотип и навыки обладают хорошими физиологическими особенностями. Они содержат в себе комплекс разных компонентов: двигательные компоненты (нервно-мышечный, опорно-двигательный аппарат двигательный и проприорецептивный анализатор); экстерорецептивные компоненты (слуховой, зрительный, тактильный и другие анализаторы); вегетативные компоненты. Многие из этих

компонентов унаследованы, филогенетически обусловлены (усиление кровообращения при физических усилиях). Другие из них приобретены (смешанное, грудное владение различными типами дыхания – диафрагмальное).

Таким образом, в результате проведенных исследований выяснилось, что при использовании предложенной программы у школьников наблюдалось улучшение состояния здоровья, возросла силовая выносливость мышц туловища, возросло состояние кардио-респираторной системы. Физические упражнения положительно влияют в первую очередь на первую систему. Первые клетки получают большее количество питательных веществ, кислорода, лучше развиваются и энергично работают. Каждое движение, производимое человеком вызывает командой нервных центров, которые посыпают импульсы мышцам через двигательные нервы. Нервная система не сразу оказывается готовой правильно управлять движениями человека. Для этого нужны более или менее длительные упражнения. Постепенно, путем упражнения, нервная система приобретает навык точного управления движениями. Команды направляются именно тем мышцам, которые более ловко и точно производят данное движение, а все остальные мышцы находятся в состоянии покоя. Благодаря этому движения ребенка становятся грациозными, свободными и экономичными.

3.5 Измерение индивидуальных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья

Таблица 7 – Быстрота изучения новых упражнений (балл)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	4,5+0,83	4,75+0,94	P>0,05
Экспериментальная	4,92+0,55	7,58+0,45	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P<0,05	

Таблица 8 – Заинтересованность учащихся (балл)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	3,88±1,1	3,75±1,01	P>0,05
Экспериментальная	4,33±0,61	7,92±0,58	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P<0,05	

Таблица 9 Правильность выполнения упражнений (балл)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	4,88±1,1	5±1,11	P>0,05
Экспериментальная	4,67±0,61	7,58±0,49	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P<0,05	

Таблица 10 – Самостоятельное выполнение заданий на уроке (балл)

	В начале эксперимента	В конце эксперимента	P достоверность
Контрольная	4,88±1,1	4,88±1	P>0,05
Экспериментальная	4,92±0,37	7,92±0,24	P<0,05
P достоверность	P>0,05	P<0,05	

Предложенная мной учебная программа с внедрением инновационных технологий оказало положительное влияние на детей с ОВЗ. По сравнению с контрольной группой у экспериментальной улучшились успеваемость, повысилась заинтересованность, улучшились нормативные показатели.

Следовательно, наши исследования показали улучшение функции дыхательной системы в ходе профилактических занятий.

Влияние профилактического комплекса на физическую работоспособность

Таким образом, полученные результаты говорят об улучшении состояния не только опорно-двигательного аппарата, но и кардиореспираторной системы. Эти улучшения, безусловно связаны с формированием двигательного динамического стереотипа.

Также, у ребенка под воздействием физических упражнений увеличивается объем грудной клетки. Грудь становится шире, а ребра приобретают большую подвижность, укрепляются мышцы, участвующие в процессе дыхания. Это

способствует увеличению жизненной емкости легких. Улучшается также состав крови. Из-за обильного притока кислорода и питательных веществ увеличивается количество красных кровяных телец, что предупреждает развитие малокровия. Кислород направляется к клеткам организма с кровью, которая получает его в легких. Чем больше организм расходует кислорода, тем быстрее и в большем объеме должна поставлять его кровь к тканям. Поэтому при физических упражнениях ускоряется кровообращение, сердце работает быстрее и энергичнее, дыхание становится более частым и глубоким.

Физические упражнения положительно влияют и на пищеварительный аппарат. Из желудка и кишечника всасывается только то количество питательных веществ, которое необходимо организму (лиры роста и жизнедеятельности). Благодаря физическим упражнениям развиваются мышцы живота. Работа мышц живота способствует опорожнению кишечника. Они принимают участие в акте дыхания, способствуя более глубокому выдоху и вдоху.

Таким образом, постоянные занятия, подкрепленные сильными мотивациями и самоконтролем, создают очаг возбуждения в области двигательного анализатора, который по закону отрицательной индукции может подавить очаг застойного, патологического возбуждения в коре головного мозга, что и способствует к формированию правильной осанки и нового двигательного стереотипа.

Занятия физическими упражнениями, спортом должны проходить через всю жизнь как средство укрепления здоровья.

Проведение лекций и практических занятий привело к тому, что родители и учители стали нашими союзниками, выполняя рекомендации и контролируя рекомендованный нами двигательный режим учащихся.

Работа позволила добиться определенной положительной динамики формирования правильной осанки. Опыт моей работы позволяет представить мне рекомендации по обучению детей с ОВЗ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении отметим, что в деле физической, психической и социальной реабилитации лиц с ограниченными возможностями развития особенно важно использовать средства и методы физической культуры и спорта, так как они универсальные и рентабельнее медицинских, как показывает статистика, в 4-7 раз. Под воздействием движений улучшается функция сердечнососудистой и дыхательной систем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность первой системы и ряда других физиологических процессов детского организма. Кроме того, занимаясь физкультурой и доступными видами спорта, ребенок и, что немаловажно, его родители чувствуют себя полноценными, активными, самостоятельными людьми.

Формирование и развитие социального потенциала детей с ограниченными возможностями, их активное участие в жизни общества могли бы способствовать дальнейшему развитию экономики страны и ее стабильному функционированию.

Согласно Федерального государственного общеобразовательного стандарта дошкольного образования в процессе образовательной деятельности в дошкольном учреждении необходимо плавно сочетать индивидуальный и дифференцированный подход к каждому ребенку.

Этап вступления ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в первую общественную образовательную систему – это время дошкольного детства, дошкольное обучение и воспитание. Работа по физическому воспитанию в первую очередь направлена на решение общих и коррекционных задач. Одной из основных задач является стимулирование позитивных сдвигов в организме, формирование двигательных умений и навыков физического развития, направленных на развитие и совершенствование организма, на жизнеобеспечение, на адаптацию в обществе.

Дети с ограниченными возможностями здоровья согласно Федеральному закону «Об образовании лиц с ограниченными возможностями здоровья»

получают образование на базе специальных образовательных учреждений или образовательных учреждений интегрированного типа. Хотя и среди таких детей имеется отдельная группа, которая не может посещать образовательные учреждения в связи с ограниченными возможностями здоровья. Зачастую такие дети не могут получить качественное образование. На основании этого приоритетной задачей российской образовательной системы было и остается предоставление широким слоям населения эффективное, качественное и доступное образование.

В результате использования вышеописанных технологий в повышении эффективности и качества урока физической культуры в современных условиях удается:

- раскрыть всесторонние способности учащихся;
- повысить заинтересованность ребят и увлечённость предметом;
- научить учащихся быть более уверенными в себе;
- научить учащихся стараться использовать полученные знания в различных ситуациях;
- повысить качество знаний, учащихся;

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Адашкевичене, Э.И. Спортивные игры и упражнения в детском саду: Кн. для воспитателя детского сада / Э.И. Адашкевичене. – М.: Просвещение, 2012. – 159 с.
- 2 Алямовская, В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. – М.: Линка-Пресс, 1993. – 95 с.
- 3 Ануфриев, А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические методики / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. – М.: Ось-89, 2012. – 224 с.
- 4 Асланиди, К.Б. Экологическая азбука для детей и подростков / К.Б. Асланиди, М.А. Маняров. – М.: МНЭПУ, 2015. – 164 с.
- 5 Бочарова, Н.И. Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста: пособие для родителей и воспитателей / Н.И. Бочарова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Аркти, 2013. – 94 с.
- 6 Виноградова, Н.Ф. Дети, взрослые и мир вокруг / Н.Ф. Виноградова, Т.А. Куликова. – М.: Просвещение, 2013. – 128 с.
- 7 Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: учебное пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений / Н.Н. Кохухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Самодурова; под ред. С.А. Козловой. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 320с.
- 8 Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкина. – М.: Владос, 2013. – 176 с.
- 9 Гуськов, С.И. О физическом воспитании школьников в зарубежных странах / С.И. Гуськов, Е.И. Дегтярев // Физическая культура. – 2014. – № 4. – С. 23–27.
- 10 Дмитриева, Л.Ю. Изменение двигательного потенциала детей при направленном комплексном физическом воспитании / Л.Ю. Дмитриева, А.И.

Кравчук // Дети и здоровье: материалы науч.-практ. конф. по проблемам дошкольного физического воспитания. – 2015. – № 5. – С. 15–18.

11 Змашовский, Ю.Ф. Здоровый дошкольник / Ю.Ф. Змашовский // Дошкольное воспитание. – 2015. № 6. С. 11–17.

12 Козлов, И.М. Проблемы физического воспитания школьников / И.М. Козлов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – № 2. – С. 11–12.

13 Конвенция о правах ребенка http://www.un.org/documents/decl_conv/conventions/childcon.shtml

14 Коломинский, Я.Л. Психология детского коллектива: система личных взаимоотношений / Я.Л. Коломинский. – 2-изд., перераб. и доп. – Минск: Нар. Асвета, 2014. – 239 с.

15 Кравчук, А.И. Основы гармоничного базового физического воспитания раннего и дошкольного возраста / А.И. Кравчук // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 11. – С. 13–15.

16 Лагутин, А.Б. Физическое воспитание ребенка в дошкольном учреждении / А.Б. Лагутин // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 7. – С. 8–11.

17 Лакин, Г.Ф. Биометрия: учебное пособие для студентов пед. ин-тов / Г.Ф. Лакин. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Высшая школа, 1990. – 343 с.

18 Мальцева, И.Г. Структура физических нагрузок при воспитании выносливости у детей шестилетнего возраста: дис. ... канд. пед. наук / И.Г. Мальцева. – Омск, 2003. – 207 с.

19 Мамонова, Ю.Н. Программа краснослесско-туристской деятельности в детском саду / Ю.Н. Мамонова // Отчество. Альманах. Вып. 2. – М.: ЦДЮТ РФ. – 2011. – С. 4–10.

20 Марцинковская, Т.Д. Диагностика психического развития детей: пособие по практической психологии / Т.Д. Марцинковская. – М.: Лирика-Пресс, 2012. – 176 с.

- 21 Молодова, Л.П. Игровые экологические занятия с детьми: учебно-методическое пособие для воспитателей детских садов и учителей / Л.П. Молодова. Минск: Асар, 2016. – 127 с.
- 22 Мурылева, И.Д. Физическое воспитание и оздоровление дошкольников в процессе освоения окружающего мира / И.Д. Мурылева, Л.В. Алиев // Краеведо-туристская работа с дошкольниками: материалы науч.-практ. конф. – 2014. – №7. – С.15–17.
- 23 Конституция Российской Федерации //<http://constitution.kremlin.ru/>
- 24 Немов, Р.С. Психология: учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений: в 3 кн. Кн. 1: Общие основы психологии / Р.С. Немов. – М.: Просвещение: Владос, 2003. – 494 с.
- 25 Никитюк, Б.А. Принципы и приоритеты физического воспитания детей школьного возраста / Б.А. Никитюк // Теория и практика физической культуры. – 2014. – №7. – С. 5–7.
- 26 Николаева, С.Н. Экологическое воспитание дошкольников: пособие для специалистов дошкольного воспитания / С.Н. Николаева. – М.: ООО АСТ, 2013. – 320 с.
- 27 Новохатько, В.Н. Новое в организации физического воспитания дошкольников / В.Н. Новохатько // Теория и практика физической культуры. – 2011. – №11. – С. 36–37.
- 28 Ноткина, Н.А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста / Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина. – СПб.: Академплюс, 2015. – 36 с.
- 29 Осадчук, О.Л. Методика психомышечной тренировки в физкультурно-оздоровительной деятельности детей старшего дошкольного возраста: автореферат дис. ... канд. пед. наук / О.Л. Осадчук. – Омск: ОГИИ, 1998. – 19 с.
- 30 Об образовании в Российской Федерации. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г., №273-ФЗ <http://minобрнадзор.ru/dok/fz/obr/>

- 31 Особенности психологического климата в игровых микрообъединениях дошкольников: в 3 кн. Кн. 1: Общение детей в детском саду и семье / Рояк А.А.; под ред. Т.А. Репиной, Р.Б. Стеркиной. М: Педагогика, 2010. 397 с.
- 32 Пономарева, Н.И. Подготовка и проведение прогулок-походов в ближайшее природное окружение, организация наблюдений, игр, развлечений / Н.И. Пономарева // Дошкольное воспитание. – 2013. – № 8. – С. 11–16.
- 33 Психолог в детском дошкольном учреждении: методические рекомендации / сост. Р.И. Бардиша. М: Новая школа, 2013. 144с.
- 34 Расин, М.С. Особенности воспитания выносливости у детей 6 лет / М.С. Расин, И.Г. Мальцева // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 11. – С. 21–23.
- 35 Бардовская Н.В. Современные образовательные технологии // Н.В. Бардовская – М: КНОРУС, 2011. - 432 с.
- 36 Рунова, М.А. Педагогические условия оптимизации двигательной активности детей старшего дошкольного возраста на прогулке: дис. ... канд. пед. наук / М.А. Рунова. – М., 2012. – 230 с.
- 37 Семейкин, А.И.. Современное состояние двигательной активности детей старшего дошкольного возраста / А.И. Семейкин, В.А. Дударь, А.М. Неупокосва // Реализация государственных образовательных стандартов в подготовке кадров, связанных с физической культурой и спортом: материалы науч.-метод. конф. – Омск: СибГАФК. – 2011. – С. 3–5.
- 38 Скорынина, Г.А. Юный турист / Г.А. Скорынина // Дошкольное воспитание. – 2012. – № 6. – С. 61–64.
- 39 Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. М.: Издательский центр «Академия», 2011. 368с.

- 40 Стеркина, Р.Б. Качество дошкольного образования и основные тенденции его изменения / Р.Б. Стеркина // Дошкольное воспитание. – 2015. – № 6. – С. 2–14.
- 41 Трубицына, С.В. Прогулка с листьями. Поиск гармонии с окружающим миром / С.В. Трубицына // Наш вальдорфский детский сад. – 2012. – № 8. – С. 39–46.
- 42 Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно-досуговые мероприятия / сост. О. Ф. Горбатенко, Т. А. Кардаильская, Г. П. Попова. Волгоград: Учитель, 2013. 157 с.
- 43 Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 17 ноября 2008 г. N 1662-р с изменениями от 8 августа 2009 г.).
- 44 Карсонов, В.А. «Педагогические технологии в образовании» // В.А. Карсонов. – Саратов, 2012. -120с.
- 45 Фомин, Н.А. Физиологические основы двигательной активности / Н.А. Фомин, Ю.Н. Вавилов. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 224 с.
- 46 Шарманова, С.Б. Формирование основ экологической культуры в процессе физического воспитания детей дошкольного возраста / С.Б. Шарманова, А.И. Федоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – № 1 – 2. – С. 46–50.
- 47 Сластенин, В.А. Педагогика - Современные образовательные технологии: учебное пособие // В.А. Сластенин СПб: Академия, 2011. - 576с.
- 48 Шарманова, С.Б. Времена года: организация и проведение дней здоровья экологической направленности в ДОУ: учебное пособие / С.Б. Шарманова. – Челябинск, 1998. – 92 с.
- 49 Физическая культура шестилеток: выполненный значит здоровый: методические рекомендации / сост. И.Г. Маньцева. Омск: ОГПИ, 2011. 24 с.