

Ковалевская А.С.,

Магистрант

*3 курс, кафедра теоретических основ физической культуры
«Новосибирский государственный педагогический университет»*

РФ, г. Новосибирск

ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ С РАС МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

***Аннотация:** В статье рассматриваются результаты тестирующего эксперимента по развитию координационных способностей детей младшего школьного возраста с расстройством аутистического спектра средствами плавания.*

***Ключевые слова:** плавание, координационные способности, аутистический спектр, динамика развития.*

***Annotation:** The article discusses the results of a testing experiment on the development of coordination abilities in primary school children with autism spectrum disorder by means of swimming.*

***Keywords:** swimming, coordination abilities, autism spectrum, developmental dynamics.*

В исследовании приняло участие 20 детей с в возрасте 8-10 лет, из них 3 человека в возрасте 8 лет 15 человек в возрасте 9 лет, 2 человека в возрасте 10 лет. Все дети имели основной диагноз – расстройство аутистического спектра. Все дети обучались по адаптированной общеобразовательной программе с учетом индивидуальных особенностей в очной форме. Все 20 детей – мальчики.

Для проведения исследования дети были поделены на 2 группы по 10 человек.

Школьники с РАС экспериментальной группы занимались по экспериментальной программе коррекционного плавания вместо третьего урока физической культуры, а контрольная группа – продолжала заниматься со своими классами все три часа в неделю по программе физической культуры «Школа XXI века» В.И. Лях.

Экспериментальная группа занималась так же 2 часа в неделю по программе физической культуры «Школа XXI век» В.И. Лях, а третьим часом в неделю по разработанной комплексной методике начального обучения плаванию с использованием упражнений, специально-направленных на расширение двигательной базы, формирования плавательных навыков и развития координационных способностей, с использованием подвижных игр в воде. Методика представляла собой комплексную программу по начальному обучению плаванию и развитию координационных способностей средствами плавания. Педагогический эксперимент проходил в течение учебного года.

Для оценки эффективности разработанной методики развития координационных способностей детей младшего школьного возраста проводилось тестирование координационных способностей в начале и в конце эксперимента.

Динамика показателей представлена в табл. 1.

Динамика показателей развития координационных способностей детей с РАС младшего школьного возраста.

Таблица 1

Показатели	Ед. измер.	Исходные данные		Итоговые данные	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Проба Ромберга	сек	9,2±0,42	9,3±0,52	14,3±0,5	18,47±0,46
Тест «Три кувырка вперед»	сек	5,61±0,3	5,83±0,1	5,13±0,3	4,64±0,08
Тест «Челночный бег»	сек	11,39±0,19	11,38±0,22	11,23±0,18	9,97±0,24
Метание теннисного мяча	раз	3,60±0,34	3,40±0,27	5,50±0,27	8,40±0,37
Тест "Веселая юла"	сек	8,24±0,32	8,25±0,36	7,14±0,28	6,22±0,34

Средние значения показателя пробы Ромберга до эксперимента в контрольной группе составили 9,2±0,42 сек, а в экспериментальной 9,3±0,52 сек. Показатели контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента отличаются незначительно, что подтверждается статистической обработкой результатов ($t=0,3$; $P>0,05$).

Повторное тестирование показало положительную динамику средних значений показателя пробы Ромберга. В контрольной группе был получен показатель 14,3±0,5 сек, который в сравнении с исходным тестированием улучшился на 4,83 сек, в то время как в экспериментальной группе показатель 18,47±0,46 сек улучшился на 9,17 сек.

Средние значения показателя "Три кувырка вперед с выходом в и.п." до эксперимента в контрольной группе составили $5,61 \pm 0,3$ сек, а в экспериментальной $5,83 \pm 0,1$ сек. Показатели контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента отличаются незначительно, что подтверждается статистической обработкой результатов ($t=0,3$; $P<0,05$).

Повторное тестирование показало положительную динамику средних значений показателя теста "Три кувырка вперед с выходом в и.п." в обеих группах. Однако, в контрольной группе показатель теста улучшился на 0,48 сек, в то время как в экспериментальной группе показатель улучшился на 1,19 сек.

Статистическая обработка данных выявила достоверные отличия результатов экспериментальной группы после эксперимента на уровне значимости 95% ($t=22$; $P<0,05$).

Средние значения показателя челночного бега 3x10 до эксперимента в контрольной группе составили $11,39 \pm 0,19$ сек, а в экспериментальной $11,38 \pm 0,22$ сек. Показатели контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента отличаются незначительно, что подтверждается статистической обработкой результатов ($t=0,2$; $P>0,05$).

Повторное тестирование показало положительную динамику средних значений показателя челночного бега. В контрольной группе показатель составил $11,23 \pm 0,18$ сек и улучшился на 0,16 сек, в то время как в экспериментальной группе показатель составил $9,97 \pm 0,24$ сек и улучшился на 1,47 сек.

Статистическая обработка данных выявила достоверные отличия результатов экспериментальной группы после эксперимента на уровне значимости 95% ($t=13,5$, $P<0,05$).

Значения теста «метание теннисного мяча на точность» до эксперимента в контрольной группе составили $3,60 \pm 0,34$ раза, а в экспериментальной

3,40±0,27 раза. Показатели контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента отличаются незначительно, что подтверждается статистической обработкой результатов ($t=0,4$; $P>0,05$).

Повторное тестирование показало положительную динамику показателя теста «метание теннисного мяча на точность». В контрольной группе был получен показатель 5,50±0,27 раз, который в сравнении с исходным тестированием улучшился на 1,95 раза, что составило 52,78 %, в то время как в экспериментальной группе показатель 8,40±0,37 раза улучшился на 5,00 раз, что составило 147,06 %.

Статистическая обработка данных выявила достоверные различия результатов контрольной и экспериментальной групп после эксперимента на уровне значимости 95% ($t=9,6$; $P<0,05$).

Средние значения показателя "Веселая юла" до эксперимента в контрольной группе составили 8,24±0,32 сек, а в экспериментальной 8,25±0,36 сек. Показатели контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента отличаются незначительно, что подтверждается статистической обработкой результатов ($t=0,2$; $P>0,05$).

Повторное тестирование показало положительную динамику средних значений показателя "Веселая юла". В контрольной группе был получен показатель 7,14±0,28 сек, который в сравнении с исходным тестированием улучшился на 1,1 сек, в то время как в экспериментальной группе показатель 6,22±0,34 сек улучшился на 2,03 сек.

Статистическая обработка данных выявила достоверные отличия результатов контрольной и экспериментальной групп после эксперимента на уровне значимости 95% ($t=11,4$; $P<0,05$).

Таким образом, по всем проведенным тестам диагностируется достоверная положительная динамика развития координационных способностей в экспериментальной группе, что доказывает эффективность

методики развития координационных способностей на этапе начального обучения плавания детей младшего школьного возраста с РАС.

Список используемой литературы:

1. Афанасьев В.З. Экспериментальное обоснование применения специальных упражнений и закалывающих процедур в процессе обучения плаванию детей младшего школьного возраста.- М., 1971.
2. Баранов С.П. Быстрые методики статистической обработки и планирования эксперимента. Изд. ЛГУ, 1978.
3. Козлов А.В., Орехов Е.Ф. Спортивная тренировка юных пловцов НГУФКСиЗ им. П.Ф. Лесгафта:-СПБ, 2011.
4. Основы плавания. Обучение и путь к совершенству/Мишель Педролетти. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006.