

НИКОЛАЕВА КСЕНИЯ ИГОРЕВНА

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ РОК-Н-РОЛЛА В РАЗВИТИИ
СПЕЦИФИЧЕСКИХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ДЕПРИВАЦИЕЙ ЗРЕНИЯ**

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Работа выполнена в ФГБОУ ВО «Национальный государственный
Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»

Научный руководитель: **Ростомашвили Людмила Николаевна**, доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры теории и методики адаптивной физической культуры Института адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург»

Официальные оппоненты: **Сайкина Елена Гавриловна**, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры гимнастики ФГБОУ ВО «Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена»

Горская Инесса Юрьевна, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры медико-биологических основ физической культуры и спорта ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта»

Ведущая организация: **ФГБУ «Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры»**

Защита состоится «29» сентября 2016 г. в 13.00 часов на заседании диссертационного совета Д 311.010.01 на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» (190121, г. Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д.35, к. 1, актовый зал).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» (<http://www.lesgaft.spb.ru>)

Текст автореферата размещен на сайте ФГБОУ ВО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» (<http://www.lesgaft.spb.ru/>) и на сайте ВАК Минобрнауки РФ (<http://vak.ed.gov.ru>).

Автореферат разослан «___» _____ 2016 года

Ученый секретарь диссертационного совета,
доктор педагогических наук, профессор

В.Ф. Костюченко

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. По данным ВОЗ на октябрь 2013 года, во всем мире насчитывается около 285 миллионов человек с депривацией зрения, из них 19 миллионов – дети. Детская слепота и слабовидение являются одной из наиболее актуальных медико-социальных проблем (Ермолаев А.В, 2008).

Специалистами адаптивной физической культуры выявлено, что при депривации зрения у детей существенно снижается двигательная активность, что отрицательно влияет на формирование их двигательных качеств, в особенности - координационных способностей: общих, специальных, специфических (Харченко Л.В., 1999; Горская И.Ю., 2000; Ardito М.М., 2007). Под специфическими координационными способностями понимается готовность к оптимальному управлению отдельными заданиями на координацию, отвечающие специфике спортивной специализации (Холодов Ж.К., 2003, Лях В.И., 2006).

Эффективным средством развития специфических координационных способностей лиц с депривацией зрения являются занятия танцами. Разнообразие танцевальных стилей для лиц с ограниченными возможностями с каждым годом увеличивается. В большей мере исследователи (Бирюкова И.В., 2000; Грэнлюнд Э., 2011; Meekums В., 2002 и др.) рассматривают положительное влияние занятий танцевальной терапией на состояние здоровья занимающихся, но вопросы развития координационных способностей не раскрываются. Опираясь на данные о позитивном влиянии танцевальной терапии в коррекции двигательных нарушений у детей с депривацией зрения, представленные в научных трудах отечественных и зарубежных авторов, мы сочли возможным предпринять попытку использования элементов рок-н-ролла, как вида танцев, способствующего развитию специфических координационных способностей у младших школьников с депривацией зрения.

Анализ научно-методической литературы позволил выявить преимущества рок-н-ролла перед другими танцевальными направлениями для лиц с депривацией зрения:

- контактное взаимодействие партнеров;
- исполнение танцевальной композиции в ограниченном пространстве площадки;
- партнеры перестраиваются друг с другом прямолинейно;
- разнообразие элементов танца
- темп и ритм музыки содействует увеличению двигательной активности, повышает мотивацию к занятиям;
- возможность участия детей с депривацией зрения в соревнованиях по рок-н-роллу в дисциплине «Е класс-микст юноши и девушки» на равных условиях со здоровыми танцорами.

Вместе с тем, в научно-методической литературе отсутствуют научно обоснованные методики применения рок-н-ролла, как средства развития специфических координационных способностей детей с депривацией зрения. Принимая во внимание отсутствие программ физического воспитания,

направленных на развитие специфических координационных способностей, методических рекомендаций по их развитию, а также преимущества рок-н-ролла, появляется необходимость преобразования программы по ритмике, используемой в специальных (коррекционных) школах III-IV видов.

Гипотеза исследования строилась на предположении, что:

- проблема развития специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения может быть решена путем включения в процесс адаптивного физического воспитания специальных (коррекционных) школ для детей с нарушением зрения коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла;

- механизмами развития специфических координационных способностей являются: график-планирование, учебно-тренировочные занятия, специальная методика обучения, общая и специальная физическая подготовка, зрительная гимнастика, коррекционно-развивающая среда обучения и психолого-педагогическая поддержка;

- взаимодействие указанных механизмов, как компонентов системы коррекционно-педагогического воздействия на детей с депривацией зрения, способствует развитию у них специфических координационных способностей.

Объект исследования: адаптивное физическое воспитание младших школьников с депривацией зрения.

Предмет исследования: использование элементов рок-н-ролла в развитии специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения.

Цель исследования - научное обоснование эффективности использования элементов рок-н-ролла в развитии специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения в процессе адаптивного физического воспитания.

Задачи исследования:

1. Осуществить анализ современных тенденций развития адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения и определить целесообразность применения элементов рок-н-ролла в их учебном процессе.

2. Выявить своеобразие психофизического развития и исходный уровень развития специфических координационных способностей у младших школьников с депривацией зрения.

3. Разработать коррекционно-развивающую программу с использованием элементов рок-н-ролла, направленную на развитие специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения с учетом особенностей их психофизического развития.

4. Экспериментально проверить и оценить эффективность влияния коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла, направленной на развитие специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения.

Научная новизна исследования заключается в том, что:

- выявлен низкий уровень развития специфических координационных

способностей: согласованности движений с партнером, динамического равновесия, пространственной ориентировки, дифференцировки собственных движений, моторной памяти, определяющих необходимость разработки коррекционно-развивающей программы, направленной на повышение эффективности развития специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения;

- разработаны коррекционно-развивающая программа с использованием элементов рок-н-ролла, график планирования учебно-тренировочных занятий, этапы обучения, практические рекомендации по использованию элементов рок-н-ролла, учитывающие своеобразие психофизического развития и противопоказаний к применению отдельных видов физических упражнений, и внедрены в образовательное пространство детей с депривацией зрения;

- экспериментально доказана и теоретически обоснована эффективность применения коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла в специальных (коррекционных) школах III-IV видов с целью развития специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения;

- полученные результаты расширяют положения о способах развития координационных способностей младших школьников и открывают новые грани решения проблемы развития специфических координационных способностей у детей с депривацией зрения;

- доказано позитивное влияние разработанной программы с использованием элементов рок-н-ролла на развитие специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения;

- доказана возможность участия младших школьников с депривацией зрения в соревнованиях по акробатическому рок-н-роллу в дисциплине «Е класс- микст юноши и девушки».

Теоретическая значимость исследования:

- результаты исследования дополняют теорию и методику адаптивной физической культуры, определяют возможность использования элементов рок-н-ролла в развитии специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения;

- обоснована перспективность расширения спектра коррекционно-педагогического воздействия на младших школьников с депривацией зрения средствами рок-н-ролла;

- расширено содержание дисциплин профессиональной подготовки бакалавров по направлению 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) за счет включения в учебный процесс студентов материалов исследования по рассматриваемой проблеме.

Практическая значимость исследования:

- разработана, апробирована и внедрена в практику Государственного бюджетного специального коррекционного образовательного учреждения «Школа-интернат №1 им. К.К. Грота», г. Санкт-Петербург, Санкт-

Петербургскую спортивную федерацию акробатического рок-н-ролла коррекционно-развивающая программа с использованием элементов рок-н-ролла, способствующая развитию специфических координационных способностей детей с депривацией зрения и их экстернальной интеграции;

- разработаны и внедрены в практику ГБСКОУ «Школа-интернат №1 им. К.К. Грота» этапы обучения элементам рок-н-ролла и практические рекомендации по организации учебно-тренировочных занятий, способствующие повышению уровня методического обеспечения учебного процесса и психолого-педагогической подготовки детей с депривацией зрения к участию в соревнованиях;

- расширен диапазон средств развития специфических координационных способностей за счет применения элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения;

- коррекционно-развивающая программа с элементами рок-н-ролла может быть использована педагогами адаптивной физической культуры, педагогами дополнительного образования с целью совершенствования методики коррекционно-развивающих занятий;

- материалы научного исследования внедрены в высшее учебное заведение (ФГБОУ ВПО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург») по профессиональной подготовке бакалавров и в систему повышения квалификации педагогов.

Теоретико-методологическая основа исследования:

Теория и методика физической культуры (Н.И. Пономарев, Л.П. Матвеев, Ю.Ф. Курамшин). *Научные исследования о развитии и совершенствовании координационных способностей* (В.И. Лях, И.Ю. Горская, Л.В. Харченко, О.А. Двейрина). *Теория и методика специального образования детей с ограниченными возможностями здоровья* (Н.М. Назарова, В.П. Ермаков, Л.И. Солнцева, В.З. Денискина, М. Брамбринг, М. Farrell). *Теория и методика адаптивной физической культуры* (С.П. Евсеев, Л.В. Шапкова, Д.Ф. Мосунов, Д. Аукстер, R.D. Steadward, J. Winnick). *Теория и методика адаптивного физического воспитания для лиц с депривацией зрения* (Л.Н. Ростомашвили, Б.В. Сермеев, А.Р. Азарян, Л.С. Сековец). *Теория и методика акробатического рок-н-ролла* (Е.Н. Балунова, А.Б. Голев, В.С. Терехин, D. Lipka-Nowak, Н.П. Батеево). *Научные исследования, в которых раскрываются вопросы о содержании и методике танцевальной терапии* (А. Гиршон, Е.Г. Сайкина, D.L. Chin, Н. Payne).

Методы исследования: анализ и обобщение данных научно - методической литературы по рассматриваемой проблеме; изучение выписок из медицинских карт детей; педагогическое наблюдение; тестирование специфических координационных способностей; педагогический эксперимент; статистическая обработка материалов исследования.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Своеобразие развития состояния здоровья и координационных способностей детей младшего школьного возраста с депривацией зрения проявляется в разнообразии нарушений со стороны соматической, двигательной, психоэмоциональной и познавательной сфер, ограничении двигательных возможностей, отставании в развитии физических качеств, низком уровне развития специфических координационных способностей: моторной памяти, способности к согласованию собственных двигательных действий и движений с партнером, ориентировки в пространстве и дифференцировки собственных движений, сохранении динамического равновесия, что обусловлено характерологическими особенностями развития детей рассматриваемой категории.

2. Эффективность применения элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения обеспечивается содержанием коррекционно-развивающей программы, состоящей из 10 разделов (29 тем), направленной на развитие специфических координационных способностей. Важными составляющими данной программы являются: системность педагогического воздействия, взаимосвязь образовательных задач и специально созданных условий обучения (осознательные, звуковые, визуальные ориентиры, специальные методы обучения двигательным действиям, психолого-педагогическое сопровождение), в опоре на сохранные анализаторы с целью поиска разных способов выполнения того или иного двигательного действия, индивидуализации и вариативности в регулировании психофизической нагрузки с учетом степени и характера зрительных дисфункций, противопоказаний к выполнению некоторых физических упражнений.

3. Отличительными характеристиками коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла от программы по ритмике, используемой в специальных (коррекционных) школах III-IV видов являются: раздельное обучение технике базовых движений ног и рук, целенаправленное развитие специальной физической подготовки (специальная выносливость, стретчинг, дыхательная и зрительная гимнастика, согласованность движений с партнером, ориентировка в схеме собственного тела в пространстве, чувство ритма, психолого-педагогическая поддержка в процессе подготовки к публичным выступлениям).

4. Применение коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения расширяет спектр возможностей применения различных видов двигательной активности, оказывает позитивное влияние на развитие специфических координационных способностей (согласованность движений с партнером, пространственную ориентировку, дифференцирование параметров движений, динамическое равновесие), а также облегчает процесс социализации и интеграции детей с депривацией зрения в общество нормально видящих сверстников.

Достоверность и обоснованность результатов, основных положений и выводов диссертации определялось реализацией методики адаптивной физической культуры для детей с депривацией зрения; системным и функциональным подходом к анализу состояния здоровья и координационных способностей исследуемых детей; подбором средств и методов обучения, адекватных научным целям и задачам; созданием коррекционно-развивающей среды обучения; статистической значимостью полученных результатов; практическим подтверждением их в педагогическом эксперименте; продолжительностью научного исследования.

Апробация результатов. Основные положения и результаты исследования отражены в докладах на научно-практических конференциях: Межвузовская научно-практическая конференция молодых ученых (Санкт-Петербург, 2012), Открытая региональная межвузовская конференция молодых ученых с международным участием «Человек в мире спорта» (Санкт-Петербург, 2013); Всероссийская научно-практическая конференция «Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре» (Санкт-Петербург, 2015), Первый Всероссийский съезд дефектологов «Особые дети в обществе» (Москва, 2015).

По теме диссертации опубликовано 7 работ, в том числе 4 статьи в журналах, входящих в перечень ВАК РФ.

Внедрение результатов исследования осуществлялось в Государственном бюджетном специальном (коррекционном) образовательном учреждении «Школа-интернат №1 им. К.К. Грота» (г. Санкт-Петербург), Санкт-Петербургской спортивной федерации акробатического рок-н-ролла, Государственном бюджетном образовательном учреждении высшего профессионального образования «Национальный государственный Университет физической культуры спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург». Всего – 3 акта внедрения.

Структура и объем диссертации. Диссертация состоит из введения, четырех глав, заключения, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Диссертация общим объемом 209 страниц включает в себя 18 таблиц, 16 рисунков, 11 приложений. Список литературы содержит 161 источник, в том числе (26) на иностранных языках и Интернет-ресурсы (17).

Диссертация выполнена на кафедре теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВПО «НГУ имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» в соответствии с тематическим планом научно-исследовательских и опытно-конструкторских работ на 2011-2015 гг., направление 04.00 «Теоретические и методические основы развития и совершенствования системы подготовки, повышения квалификации и подготовки кадров», тема № 04.15 – «Особенности подготовки бакалавров и магистров по направлению физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) в рамках ФГОС ВПО».

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обоснована актуальность исследования, определяются гипотеза, объект, предмет, цель и задачи, научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования, основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе – «Современное состояние проблемы использования танцевальной терапии в развитии специфических координационных способностей детей с депривацией зрения» осуществлены анализ данных научно - методической литературы по проблеме исследования, обобщение передового опыта адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения. Для детей с депривацией зрения характерно ограничение двигательных возможностей, отставание в развитии всех физических качеств, замедление адаптации к физическим нагрузкам, снижение познавательной, коммуникативной активности (Ростомашвили Л.Н., 1999, 2007; Давиденко Е.В., 2001; Сековец Л.С., 2001 и др.). Ряд авторов (Chin D.L., 1988; Payne H., 2006 и др.) отмечают, что занятия танцами в сочетании с уроками адаптивного физического воспитания способствуют развитию специфических координационных способностей (СКС) детей с депривацией зрения. Применение в учебном процессе элементов рок-н-ролла способствует улучшению функций опорно-двигательного аппарата, вегетативных функций, развитию физических качеств, формированию морально-волевых качеств личности (Мишин М.А., 2002; Балунова Е.Н., 2012; Голев А.Б., 2012 и др.). Таким образом, является актуальным исследование, позволяющее определить влияние элементов рок-н-ролла на развитие СКС младших школьников с депривацией зрения.

Во второй главе – «Методы и организация исследования» представлены методы и организация исследования, тестирование СКС.

Для оценки уровня развития СКС применялось 6 тестовых заданий, модифицированных с учетом физических возможностей детей с депривацией зрения (рисунок 1). Критерии оценивания – баллы от 2 до 5.



Рисунок 1. Тестовые задания для оценки уровня развития специфических координационных способностей детей с депривацией зрения

Организация исследования. В эксперименте приняло участие 20 незрячих (КГ-1 и ЭГ-1) и 20 слабовидящих (КГ-2 и ЭГ-2) школьников, в возрасте 8-9 лет, сформировано две группы, КГ и ЭГ, по 10 человек в каждой. С детьми ЭГ проведено 60 учебно-тренировочных занятий в течение 1 учебного года, 2 раза в неделю по 40 минут. Дети КГ занимались по утвержденной в школе программе по ритмике (Л.И. Плаксина, 2003).

В процессе занятий дети ЭГ осваивали базовые танцевальные элементы рок-н-ролла. Танцевальные движения, включенные в коррекционно-развивающую программу с использованием элементов рок-н-ролла (далее – Программу), были адаптированы к физическим возможностям детей с депривацией зрения. Из детей ЭГ сформированы танцевальные пары.

Создавалась коррекционно-развивающая среда обучения, облегчающая ориентировку в пространстве и восприятие учебного материала. Не использовались упражнения: резкие наклоны головы; прыжки; соскоки; упражнения с сотрясением тела, длительным мышечным напряжением; акробатические комбинации, упражнения высокой степени интенсивности.

Вместо базовых прыжковых упражнений рок-н-ролла использовались танцевальные шаги. Исполнение «основного хода» рок-н-ролла представляло собой комбинацию простейших движений («кик», «хоп», «степ»), при этом стопа опорной ноги находилась в безотрывном положении с полом, что отвечало требованиям техники танца в категории «Е класс-микст юноши и девушки». Необходимым условием коррекционно-педагогического воздействия являлось наличие музыкального сопровождения.

Разработанные этапы обучения двигательному действию отражают специфику педагогического воздействия на младших школьников с депривацией зрения (таблица 1).

Таблица 1 - Этапы обучения элементам рок-н-ролла младших школьников с депривацией зрения

№ этапа	Содержание этапа
I	Формирование знаний о терминах акробатического рок-н-ролла, музыкальном сопровождении и т.д.
II	Формирование первоначального представления о танцевальном движении, коррекция движений, учитывающая неадекватное восприятие детьми учебного материала
III	Закрепление и совершенствование техники выполнения танцевальных движений с использованием музыкального сопровождения и упрощенных требований к темпу и ритму
IV	Выполнение танцевальных комбинаций на основе сформированных кинестетических ощущений в соответствии с заданным темпом и ритмом
V	Подготовка и публичное представление танцевальных композиций, формирование культурологических основ участия в соревнованиях

В ходе педагогического эксперимента осуществлялась психолого-педагогическая поддержка занимающихся и консультативная работа с родителями детей ЭГ.

В третьей главе – «Оценка состояния здоровья и специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения» представлены результаты анализа выписок из медицинских карт младших школьников с депривацией зрения, вошедших в состав КГ и ЭГ, что позволило определить их состояние здоровья, наличие сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, группу здоровья, исходный уровень развития СКС.

Анализ результатов выявил, что дети имеют разнообразные нарушения со стороны соматической, двигательной и психоэмоциональной сфер. Наиболее частыми офтальмологическими заболеваниями у незрячих детей ЭГ и КГ являются ретинопатия недоношенных, отслойка сетчатки, афакия; у слабовидящих – астигматизм, нистагм, миопия.

Среди сопутствующих заболеваний у незрячих детей доминирует резидуальная энцефалопатия, у слабовидящих – малая мозговая дисфункция. Заболевания опорно-двигательного аппарата являются наиболее распространенными среди вторичных отклонений, отображающих групповую тенденцию, 97,5% детей относятся к специальной группе здоровья.

Констатирован низкий уровень развития СКС как у незрячих, так и у слабовидящих детей. Наихудшие результаты в тестовых заданиях были выявлены в способности к согласованию движений рук и ног и сохранению динамического равновесия, которые являются характерологической особенностью детей с депривацией зрения (рисунок 2).

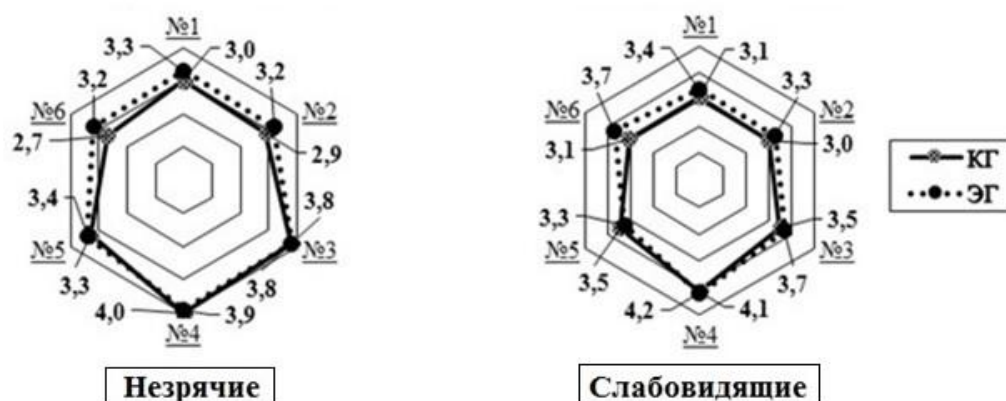


Рисунок 2. Средние значения показателей специфических координационных способностей незрячих КГ-1 (n=10) и ЭГ-1 (n=10), слабовидящих детей КГ-2 (n=10) и ЭГ-2 (n=10) ДО эксперимента ($\bar{x}$, балл)

Резюмируя полученные результаты видно, что широкий спектр заболеваний, а также низкий уровень развития СКС младших школьников с депривацией зрения требует включения в процесс адаптивного физического воспитания целенаправленного педагогического воздействия с применением новых коррекционно-развивающих технологий.

На основе анализа данных, полученных в начале эксперимента, разработана, обоснована и внедрена в практику коррекционно-развивающая программа с использованием элементов рок-н-ролла, направленная на развитие СКС младших школьников с депривацией зрения.

Программа разрабатывалась с учетом особенностей их психофизического развития, пола, возраста и предусмотренных противопоказаний, имеющая ряд отличий от используемой в школах III-IV видов программы по ритмике Л.И. Плаксиной (2003) (таблица 2).

Таблица 2 – Сравнительный анализ содержания программы по ритмике Л.И. Плаксиной и экспериментальной программы с использованием элементов рок-н-ролла

№ п/п	Предмет сравнения	Программа по ритмике	Экспериментальная программа
-------	-------------------	----------------------	-----------------------------

1.	Количество учебных разделов	Восемь: 1.Теоретические сведения 2.Специальные ритмические упражнения 3.Упражнения на связь движения с музыкой 4.Упражнения ритмической гимнастики 5.Подготовительные упражнения к танцам 6.Элементы танцев 7.Танцы 8.Музыкально-ритмические и речевые игры	Десять: 1.История, стиль музыки, правила соревнований акробатического рок-н-ролла 2.Техника базовых движений ног 3.Техника базовых движений рук 4.Согласованность движений с ритмом 5.Техника вращений 6.Техника парных танцевальных смен и комбинаций движений 7.Общей физической подготовка 8.Специальная физическая подготовка 9.Психолого-педагогическая поддержка 10.Коррекционные подвижные игры
2.	Объем программы (часы)	60	60
3.	Содержание программы	Хореография, народные, современные и балльные танцы	Хореография, элементы рок-н-ролла
4.	Темп музыки	Адажио, анданте, модерато	36-48 т/мин. Модерато, аллегretto, аллегро
5.	Игры	Музыкально-ритмические и речевые	Музыкально-ритмические, подвижные игры коррекционной направленности
6.	Ожидаемый результат	Активизация моторики, укрепление здоровья, коррекции двигательных нарушений, возможность познания окружающего мира через музыку и движения, формирование художественного вкуса, творческого воображения и пространственной ориентировки	Развитие специфических координационных способностей, активизация моторики, коррекция двигательных нарушений, расширение диапазона двигательной активности и познавательной деятельности, формирование художественного вкуса, творческого воображения, пространственной ориентировки, возможность участия в соревнованиях по рок-н-роллу на равных условиях со зрячими сверстниками
7.	Консультативная работа с родителями		Беседы с родителями на темы: 1.Занятия по ритмике с использованием элементов рок-н-ролла с учетом рекомендаций врачей офтальмологов 2. Психолого-педагогическая помощь в подготовке к соревнованиям в дисциплине «Е класс-микст юноши и девушки» в среде нормально видящих сверстников 3.Рекомендации родителям по

			закреплению специфических координационных способностей
8.	Использование коррекционно-развивающих упражнений	Упражнения на развитие пространственной ориентировки, чувства темпа, ритма, согласованности движений	Упражнения на развитие пространственной ориентировки, чувства темпа, ритма, согласованности движений. Дыхательная и зрительная гимнастика

В процессе занятий основной танцевальный ход рок-н-ролла выполнялся не резко, без подъема на полу-пальцы, в медленном темпе. Занятие состояло из 3 частей. В подготовительной части дети выполняли общеразвивающие упражнения. Основная часть строилась в соответствии с графиком-планирования учебно-тренировочных занятий, заключалась в разучивании техники базовых танцевальных движений, парных танцевальных смен и соревновательной композиции. В заключительной части проводились музыкально-ритмические игры, стретчинг, дыхательные упражнения, гимнастика для глаз, «пальминг». С целью предупреждения утомления строго регламентировалось количество повторений. В процессе тренировочных занятий акцентировалось внимание на степени освоения учащимися предлагаемого объема двигательных действий, согласованности движений с установленными техническими требованиями и ритмом музыкального сопровождения.

Содержание программы рассмотрено на заседании «Методического объединения спортивных и музыкально-эстетических дисциплин» ГБСКОУ «Школы-интернат №1 им. К.К. Грота», одобрено и рекомендовано для использования в процессе адаптивного физического воспитания незрячих и слабовидящих детей 1-4 классов.

В четвертой главе – «Эффективность использования элементов рок-н-ролла в адаптивном физическом воспитании детей с депривацией зрения» представлен сравнительный анализ исследуемых показателей СКС детей КГ и ЭГ до и после педагогического воздействия, изложены результаты эксперимента.

Статистически достоверная положительная динамика показателей СКС наблюдалась, как у незрячих (рисунок 3, таблица 3), так и у слабовидящих детей КГ и ЭГ (рисунок 4, таблица 4), но более выраженная динамика средних значений показателей отмечена у детей ЭГ.

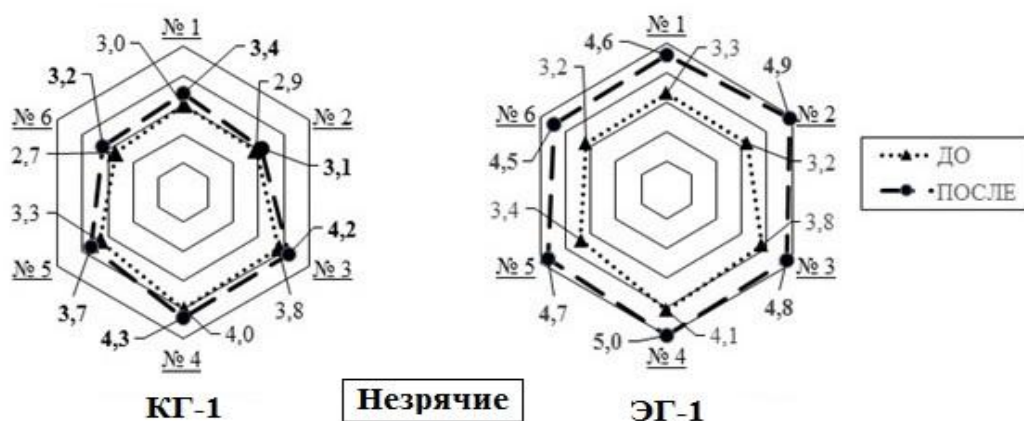


Рисунок 3. Средние значения показателей специфических координационных способностей незрячих детей КГ-1 (n=10) и ЭГ-1 (n=10) ДО и ПОСЛЕ эксперимента ($\bar{x}$, балл)

Таблица 3 - Средние значения показателей специфических координационных способностей по шести тестовым заданиям незрячих детей КГ-1 и ЭГ-1 ДО и ПОСЛЕ эксперимента

Группы	$\bar{x}$, балл				
	До	После	Прирост показателя	Разница	P - value
КГ-1 (n=10)	3,3	3,7	0,4	ЭГ-1 > КГ-1 = 0,9	≤0,05
ЭГ-1 (n=10)	3,5	4,8	1,3		

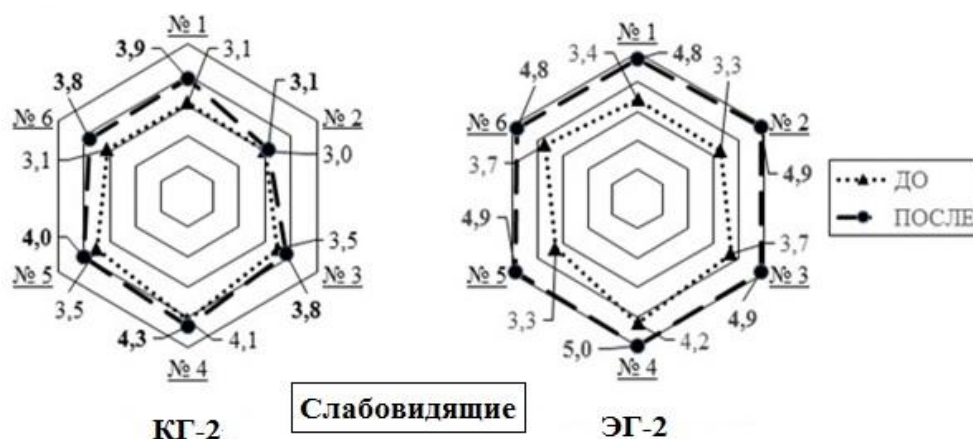


Рисунок 4. Средние значения показателей специфических координационных способностей слабовидящих детей КГ-2 (n=10) и ЭГ-2 (n=10) ПОСЛЕ эксперимента ($\bar{x}$, балл)

Таблица 4 - Средние значения показателей специфических координационных способностей слабовидящих детей КГ-2 и ЭГ-2 по шести тестовым заданиям ДО и ПОСЛЕ эксперимента

Группы	$\bar{x}$, балл				P - value
	До	После	Прирост показателя	Разница	
КГ-2 (n=10)	3,4	3,8	0,4	ЭГ-2 > КГ-2 = 0,9	≤0,05
ЭГ-2 (n=10)	3,6	4,9	1,3		

Из рисунков 2, 3 и таблицы 4 видно, что:

- наибольшее различие между КГ-1 и ЭГ-1, КГ-2 и ЭГ-2 наблюдается в тестовом задании №2 - способность к выполнению согласованных действий с партнером (разница 1,8 балла у незрячих, 1,6 балла у слабовидящих). Средние значения по этому тестовому заданию между ЭГ и КГ - статистически достоверны ($p \leq 0,05$) в пользу ЭГ;

- по тестовому заданию №4 - способность к ориентировке в пространстве на основе локализации звукового сигнала разница между КГ и ЭГ была наименьшей (0,8 балла у незрячих, 0,7 балла у слабовидящих), что связано с высоким исходным уровнем этого показателя. Между средними значениями показателей ЭГ и КГ результаты статистически достоверны на уровне $p \leq 0,05$;

- дети КГ-1 и КГ-2 по всем шести тестовым заданиям, продемонстрировали сравнительно низкий прирост показателей (0,4 балла) по сравнению с ЭГ-1 и ЭГ-2 (1,3 балла). Среднее значение показателей по всем исследуемым параметрам СКС детей ЭГ превосходит показатели детей КГ более, чем в 3 раза. Сумма баллов (по всем шести тестовым заданиям), характеризующая общий уровень СКС детей КГ и ЭГ возросла достоверно на значимом уровне ($P \leq 0,05$), итоговые значения детей ЭГ выше на 1,3 балла.

Систематические занятия танцевальными упражнениями в процессе коррекционно-педагогического воздействия на детей, планомерное повышение нагрузок при текущем медико-педагогическом контроле, развитие специальной и общей физической подготовки, преемственность средств и методов обучения, психолого-педагогическая поддержка дают устойчивое повышение уровня СКС и изменение качественных параметров танцевальных движений младших школьников с депривацией зрения.

Ухудшений в состоянии функций зрительного анализатора у детей ЭГ не зафиксировано (по результатам осмотра офтальмологом в конце учебного года).

Обобщение всех экспериментальных данных позволяет заключить, что разработанная Программа в процессе адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения способствует более успешному развитию согласованности собственных движений и движений с партнером, моторной памяти, ориентировки в пространстве на основе локализации звукового сигнала, ориентировки в пространстве и дифференцировки собственных движений, способности к сохранению динамического равновесия.

Таким образом, анализ результатов исследования позволяет заключить, что поставленные в нем задачи были полностью решены, а выдвинутая гипотеза получила экспериментальное подтверждение. В ходе исследования выявлены статистически значимые данные, свидетельствующие о том, что использование

элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения обеспечило позитивное изменение всех исследуемых параметров СКС по сравнению с показателями детей КГ, что дает возможность специалистам адаптивной физической культуры оптимизировать учебно-воспитательный процесс в специальной (коррекционной) школе III-IV видов.

На основании результатов исследования сформулированы заключение диссертации и практические рекомендации по использованию элементов рок-н-ролла в процессе развития СКС младших школьников с депривацией зрения, прошедшие апробацию в естественном педагогическом эксперименте.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

содержит следующие выводы:

1. Углубленное изучение современной научно-методической литературы позволило установить, что число детей с депривацией зрения постоянно увеличивается, выявить особенности их психофизического развития и координационных способностей, установить, что танцевальные занятия в сочетании с уроками адаптивного физического воспитания способствуют развитию координационных способностей, формированию двигательных умений и навыков, восполняют недостаток в двигательной активности и общении. Рок-н-ролл, как вид танцев, способствует развитию вегетативных систем организма, функций опорно-двигательного аппарата, физических качеств. Вместе с тем, не выявлено публикаций по научному обоснованию влияния средств рок-н-ролла на развитие специфических координационных способностей младших школьников с депривацией зрения.

2. Анализ результатов исходного уровня развития младших школьников с депривацией зрения выявил низкий уровень развития специфических координационных способностей. К числу наименьших средних значений (от 2,7 до 3,7 балла) относятся: способность к согласованию двигательных действий, ориентированию в пространстве и дифференцировке собственных движений, моторная память, сохранение динамического равновесия. Данные показатели отражают характерологическую особенность детей с депривацией зрения в исследуемых группах, что свидетельствует о необходимости разработки современных средств коррекционно-педагогического воздействия для целенаправленного развития у детей с депривацией зрения специфических координационных способностей.

3. Для решения поставленных задач исследования разработана коррекционно-развивающая программа с использованием элементов рок-н-ролла на 60 учебно-тренировочных занятий, определены содержание, принципы, средства, методы и методические приемы индивидуально-дифференцированного подхода в процессе коррекционно-развивающего воздействия на детей. Программа состоит из 10 разделов, направленных на формирование танцевальных двигательных умений и навыков, развитие специфических координационных способностей, специальной и общей

физической подготовки, а также на психолого-педагогическую поддержку занимающихся с учетом особенностей их психофизического развития и противопоказаний, предусмотренных при зрительной депривации. Выявлены трудности обучения танцевальным движениям детей с депривацией зрения, определены пути их преодоления.

4. Обобщение экспериментальных данных свидетельствует, что применение коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения оказывает позитивное влияние на развитие специфических координационных способностей детей ЭГ, что подтверждается результатами сравнительного анализа в конце педагогического эксперимента:

- наибольшее различие между КГ-1 и ЭГ-1, КГ-2 и ЭГ-2 наблюдается в способности к выполнению согласованных действий с партнером, средние значения по этому тестовому заданию между показателями ЭГ и КГ - статистически достоверны ($p \leq 0,05$) в пользу ЭГ;

- по тестовому заданию - способность к ориентировке в пространстве на основе локализации звукового сигнала разница итоговых результатов между КГ и ЭГ была наименьшей (0,8 балла у незрячих и 0,7 балла у слабовидящих). Между средними значениями показателей экспериментальной и контрольной групп результаты статистически достоверны ($p \leq 0,05$);

- дети КГ по всем шести тестовым заданиям, продемонстрировали сравнительно низкий прирост исследуемых показателей (0,4 балла) по сравнению с ЭГ (1,3 балла). Среднее значение которых, по всем исследуемым параметрам детей ЭГ, превосходит показатели детей КГ более, чем в 3 раза. Сумма баллов (по всем шести тестовым заданиям), характеризующая общий уровень развития специфических координационных способностей детей КГ-1, КГ-2 и ЭГ-1, ЭГ-2, возросла достоверно до значимого уровня ($P \leq 0,05$). Итоговые значения по всем исследуемым параметрам выше в ЭГ на 1,3 балла;

- внедрение разработанной программы в учебный процесс специальной (коррекционной) школы III-IV вида для детей с нарушением зрения способствовало изменению показателей по всем шести параметрам специфических координационных способностей у незрячих и слабовидящих детей ЭГ, что подтверждается статистическим выводом на уровне достоверно значимых различий между ЭГ и КГ при $P \leq 0,05$;

- кроме количественного изменения исследуемых параметров, у детей ЭГ прослеживается изменение качественных характеристик: уверенность в выполнении движений в паре, соизмеримость амплитуды и скорости движений. Асинхронность и скованность, выявленные в начале педагогического эксперимента, не зафиксированы. Дети КГ продолжают стесняться держаться за руки с партнером, испытывать дискомфорт во время выполнения движений в паре, сохраняется скованность и асинхронность движений между партнерами, нарушение точности движений, прямолинейности ходьбы, неуверенность в выполнении движений и пр.;

- дети с депривацией зрения получили возможность принимать участие в соревнованиях по рок-н-роллу наравне со здоровыми спортсменами в соответствии с утвержденными Федерацией спортивного рок-н-ролла РФ правилами соревнований, что, несомненно, содействует их более успешной социализации, экстернальной интеграции в общество нормально видящих сверстников.

5. Проведенное исследование расширяет область научного знания, касающегося теории и методики адаптивного физического воспитания младших школьников с депривацией зрения, по таким составляющим парадигмам как: особенности психофизического развития детей с депривацией зрения, расширение спектра их физических возможностей и способностей, применение специальных принципов, методов и методических приемов в обучении двигательным действиям, обучение и социализация детей с депривацией зрения.

6. Впервые получено подтверждение определяющей роли применения элементов рок-н-ролла в учебном процессе детей с депривацией зрения, выступающего как средство расширения диапазона развития специфических координационных способностей детей, их двигательной активности, пространственной ориентировки, познавательной деятельности, коммуникативных навыков. Разработанная коррекционно-развивающая программа с использованием элементов рок-н-ролла может применяться в качестве третьего урока адаптивного физического воспитания в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях III-IV вида или в системе дополнительного образования младших школьников с депривацией зрения.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Для определения уровня развития СКС у младших школьников с депривацией зрения целесообразно проводить тестирование в следующей последовательности: оценка согласованности движений рук и ног; оценка согласованности движений с партнером; оценка моторной памяти; оценка способности к ориентированию в пространстве на основе локализации звукового сигнала; оценка умения ориентироваться в пространстве и дифференцировки собственных движений; оценка способности к сохранению динамического равновесия.

2. Для развития СКС детей с депривацией зрения младших классов на уроках ритмики целесообразно применять «Коррекционно-развивающую программу с использованием элементов рок-н-ролла» (2 занятия в неделю, продолжительностью - 40 мин) в соответствии с графиком-планирования учебно-тренировочных занятий для младших школьников с депривацией зрения.

3. Упражнения из коррекционно-развивающей программы рекомендуется использовать на дополнительных занятиях, во время внеклассной работы, спортивных часов.

4. При организации занятий с использованием элементов рок-н-ролла, подборе упражнений необходимо учитывать индивидуальные особенности психофизического развития детей с депривацией зрения и противопоказания к отдельным видам физических упражнений. Например, ребенку с тотальной слепотой разрешается выполнение прыжковых упражнений, слабовидящим, или детям с остаточным зрением – предусмотрены такие ограничения, как выполнение прыжковых элементов только на мягкой поверхности (гимнастических матах, ковриках), в специальной обуви с амортизирующей подошвой.

5. Особого внимания при организации занятий требуют дети с нарушением поля зрения. Ребенку с нарушением центрального зрения следует демонстрировать упражнения стоя сбоку от него, при фронтальном построении группы, такого ребенка ставят в начале или конце шеренги для наиболее полного зрительного восприятия учебного материала. Для ребенка с нарушением периферического зрения показ осуществляется стоя перед ним, при построении в шеренгу, такого ребенка следует ставить в центре.

6. Упражнения рекомендуется выполнять в медленном и среднем темпе без резких движений, наклонов, с паузами для отдыха 2-4 мин. При появлении первых признаков утомления паузы для отдыха увеличиваются, количество повторений уменьшается.

7. На каждом уроке рекомендуется включать 15-20 % нового учебного материала (новые термины, танцевальные комбинации, парные смены, музыкальное сопровождение, игровые задания, упражнения для зрительного тренинга и т.д.), остальное время основной части урока предполагает повторение и совершенствование ранее изученного материала.

8. Повысить мотивацию детей к занятиям можно с помощью создания таких условий, в которых дети могут почувствовать радость от танцевальных движений, избавиться от неуверенности в своих силах и страха пространства. Примером таких условий может стать предоставление ребенку права выбора понравившейся музыки для танцевальной импровизации, использование соревновательного метода.

9. С целью формирования позитивного отношения родителей к применению в образовательном процессе младших школьников с депривацией зрения коррекционно-развивающей программы с использованием элементов рок-н-ролла рекомендуется проводить с родителями различные формы работы: родительские собрания (тематические), консультации, беседы, открытые занятия, спортивные праздники с участием родителей и пр.

10. В консультациях и беседах с родителями, воспитывающих детей с депривацией зрения, акцентировать внимание на закрепление разученных в процессе занятий упражнений, способствующих развитию специфических координационных способностей, в повседневной жизнедеятельности.

ОПУБЛИКОВАННЫЕ АВТОРОМ РАБОТЫ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Всего 7 публикаций общим объемом 1,80 п/л, на долю автора приходится 1,410 п/л.

1. Николаева, К.И. Использование элементов спортивного рок-н-ролла в адаптивной физической культуре детей с депривацией зрения [Текст] / К.И. Николаева, Л.Н. Ростомашвили // Адаптивная физическая культура. – 2015. – № 1 (61). – С. 12-15. (02/0,1).

2. Николаева, К.И. Исторические аспекты развития танцевальной двигательной терапии в работе с лицами с депривацией зрения [Текст] / К.И. Николаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2015. – № 3 (121). – С. 93-97. (0,2).

3. Николаева, К.И. Современное состояние образования слепоглухих детей в Российской Федерации [Текст] / Л.Н. Ростомашвили, К.И. Николаева, К.В. Сакова// Адаптивная физическая культура. – 2015. - №2 (62). - С. 29-30; 49. (0,2/0,06).

4. Николаева, К.И. Эффективность применения элементов рок-н-ролла в процессе адаптивного физического воспитания детей с депривацией зрения [Текст] / К.И. Николаева // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал), Modern Research of Social Problems. - 2015. - № 5 (49). – С. 549-562. (0,5).

5. Николаева, К.И. Коррекция согласованности движений у слепых и слабовидящих детей младшего школьного возраста средствами танцевальной терапии [Текст] / К.И. Николаева // Студенческая наука – физической культуре и спорту : Тезисы докладов открытой региональной межвузовской конференции молодых ученых с международным участием «Человек в мире спорта» (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, 1 апреля - 12 апреля 2013 г.) / Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург, 2013. – Вып. 9. – С. 31-34. (0,2).

6. Николаева, К.И. Использование элементов спортивного рок-н-ролла в коррекции согласованности движений у детей младшего школьного возраста с нарушением зрения [Текст] / К.И. Николаева // Развитие специального образования в современной России: Психолого-педагогическая диагностика и коррекция лиц с ограниченными возможностями здоровья : материалы межвузовской научно-практической конференции молодых ученых, 17-18 апр. 2012 г., Санкт-Петербург / под науч. ред. Л. М. Шипициной, С. Т. Посоховой. – Санкт-Петербург, 2014. – С. 189-192. (0,2).

7. Николаева, К.И. Влияние элементов рок-н-ролла в процессе развития координационных способностей детей с депривацией зрения [Текст] / К.И. Николаева, Л.Н. Ростомашвили // Материалы Всероссийской научно-

практической конференции "Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре» (30 июня 2015 года). В 2 ч. Ч.1. / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – Санкт-Петербург, 2015. – С. 111-118. (0,3/0,15).

Подписано в печать «__» _____ 2016 г.

Объем _____ печ.л.

Тираж _____ экз. Зак. № _____

Типография ФГБОУ ВО «НГУ им. П.Ф. Лесгафта,
Санкт-Петербург»,
190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д.35