

Научная статья
УДК 37.037.1-056.36-053.2
DOI 10.20310/1810-0201-2022-27-2-458-467

Влияние элементов художественной гимнастики на развитие координационных способностей детей с задержкой психического развития

Екатерина Юрьевна МУКИНА

ФГБОУ ВО «Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина»
392000, Российская Федерация, г. Тамбов, ул. Интернациональная, 33
mukinaeu@mail.ru

Аннотация. Представлены данные, полученные в ходе экспериментальных исследований по развитию координационных способностей с девочками 12–13 лет с задержкой психического развития. Эксперимент проводился в течение полугода, занятия – два раза в неделю. Занятия строились по классической схеме: подготовительная, основная и заключительная части. С целью развития координационных способностей были применены следующие методики: постепенный и постоянный рост координационной сложности, постепенное увеличение точности движений, преодоление нерациональной мышечной напряженности. Также проводились занятия музыкально-ритмического воспитания (с использованием элементов художественной гимнастики), вначале проводилась предварительная разминка, затем гимнастический комплекс упражнений. Комплекс гимнастических упражнений включал прыжки через препятствие, «змейку», «восьмерку», бег по гимнастической скамейке, прыжки из обруча в обруч, метание теннисного мяча в цель, прыжки через скакалку, лазание по гимнастической стенке, прыжки через препятствие. В конце экспериментального исследования был проведен ряд тестов, которые показали положительную динамику изменения координационных способностей у девочек с задержкой психического развития, что доказала эффективность предложенной методики.

Ключевые слова: задержка психического развития, координационные способности, школьницы 9–12 лет, музыкально-ритмическое воспитание, гимнастический комплекс упражнений

Для цитирования: Мукина Е.Ю. Влияние элементов художественной гимнастики на развитие координационных способностей детей с задержкой психического развития // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2022. Т. 27, № 2. С. 458-467. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2022-27-2-458-467>

Original article
DOI 10.20310/1810-0201-2022-27-2-458-467

Influence of elements of rhythmic gymnastics on the development of coordination abilities of children with mental retardation

Ekaterina Y. MUKINA

Derzhavin Tambov State University
33 Internatsionalnaya St., Tambov 392000, Russian Federation
mukinaeu@mail.ru



Content of the journal is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
Материалы статьи доступны по лицензии [Creative Commons Attribution \(«Атрибуция»\) 4.0 Всемирная](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



© Мукина Е.Ю., 2022

Abstract. The data obtained in the course of experimental studies on the development of coordination abilities with girls 12–13 years old with mental retardation are presented. The experiment is carried out for six months, classes – twice a week. Classes are built according to the classical scheme: preparatory, main and final parts. In order to develop coordination abilities, the following methods are applied: a gradual and constant increase in coordination complexity, a gradual increase in the accuracy of movements, overcoming irrational muscle tension. Also, classes of musical and rhythmic education are held (using elements of rhythmic gymnastics), first a preliminary warm-up is carried out, then a gymnastic set of exercises. The complex of gymnastic exercises included jumping over an obstacle, “snake”, “eight”, running on a gymnastic bench, jumping from hoop to hoop, throwing a tennis ball at a target, jumping rope, climbing a gymnastic wall, jumping over an obstacle. At the end of the experimental study, a number of tests are carried out, which showed a positive trend in changes in coordination abilities in girls with mental retardation, which proved the effectiveness of the proposed methods.

Keywords: mental retardation, coordination abilities, female school students aged 9–12, musical and rhythmic education, gymnastic exercises

For citation: Mukina E.Y. Vliyaniye elementov khudozhestvennoy gimnastiki na razvitiye koordinatsionnykh sposobnostey detey s zaderzhkoy psikhicheskogo razvitiya [Influence of elements of rhythmic gymnastics on the development of coordination abilities of children with mental retardation]. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki – Tambov University Review. Series: Humanities*, 2022, vol. 27, no. 2, pp. 458–467. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2022-27-2-458-467> (In Russian, Abstr. in Engl.)

ВВЕДЕНИЕ

Медленные темпы психического развития занимают промежуточное место между нормой и патологией. Отставание психического формирования не имеет тяжелых форм развития, таких как умственная отсталость, первичное недоразвитие речи, слуха, зрения, двигательной системы. Главные проблемы, которые им приходится решать, в основном лежат в области социальной адаптации и обучения. У детей с проблемами замедленно-

го психического развития низкая степень работоспособности, они быстро устают по сравнению со здоровыми детьми [1].

В действующих программах по физическому воспитанию в образовательных (коррекционных) учреждениях есть указания о необходимости коррекции отдельных проявлений координационных способностей, но нет конкретных рекомендаций для их реализации. Научный подход к решению данной проблемы включает получение предварительной комплексной информации о физиче-

ском состоянии биосистем каждого школьника с учетом возраста, пола, степени биологической зрелости, вида основного и сопутствующих заболеваний, уровня физического развития, психофизического статуса, раскрывающегося, в первую очередь, в координационных способностях [2–4].

К базовым видам координационных способностей относят те виды координационных проявлений, которые необходимы при выполнении любых двигательных действий (ходьбы, бега, прыжков, учебных и бытовых действий). У школьников с задержкой психического развития большинство сенситивных периодов развития базовых координационных способностей приходится на возрастную от 9 до 12 лет.

Поэтому программа совершенствования координационных способностей составляется индивидуально для каждого ребенка, на основе учета сенситивных периодов развития координационных способностей, специфики заболеваний и характера ограничений, также с учетом сопутствующего заболевания [5].

ПОСТАНОВКА ЗАДАЧИ

При воспитании координационных способностей использовались следующие основные методические подходы: обучение новым разнообразным движениям с постепенным увеличением их координационной сложности; воспитание способности перестраивать двигательную деятельность в условиях внезапно меняющейся обстановки; повышение пространственной, временной и силовой точности движений на основе улучшения двигательных ощущений и восприятий, преодоление нерациональной мышечной напряженности [6; 7].

Занятия проводились с детьми на базе центра «Психолого-педагогического сопровождения и коррекции «Гармония» 3 раза в неделю и один раз в неделю в оздоровительно-реабилитационном центре «Параллель». В эксперименте принимали участие 12 детей (девочки) в возрасте 11–13 лет.

При разработке комплексов упражнений основной акцент был сделан на общий уровень здоровья, характер их заболеваний, степень физического развития и индивидуальные качества.

Структура урока физической культуры имела классический вид и проводилась согласно программе физического воспитания.

При проведении подготовительной части занятий основной упор был сделан на выполнение общеразвивающих, чередующихся с дыхательными упражнениями, примерно в соотношении 1:1, причем с постепенным увеличением физической нагрузки. Критерием темпов роста нагрузки служит увеличение пульса до 120–130 уд./мин [8].

Основная часть урока была нацелена на достижение решения основных задач, структурно была поделена на несколько частей. Первая часть соответствует задачам, связанным с развитием основных физических качеств, а в нашем случае – это координационные способности, корректировку и развитие которых необходимо проводить в начале основной части урока, так как выполнение данной задачи требует большого внимания и отсутствия утомления и усталости.

Вторая часть ориентирована на обучение детей новым физическим комплексам, при реализации которых развиваются двигательные умения и навыки, а также выполнялись упражнения, способствующие развитию координационных способностей: «Цапля». «Ласточка». «Ловля мяча». «Походка кошки», «Попрыгунчик», «Канатоходец». «Веселые прыжки». Подбрасывание мяча над собой левой и правой рукой на разную высоту с ловлей одной, двумя руками. Лазание по гимнастической стенке переменным ходом. Упражнение с мячом.

Третья часть направлена на решение оздоровительных задач. Содержание третьей части выбирается исходя из цели подготовки детей к освоению новых упражнений и двигательных действий.

При выполнении упражнений необходимо по внешним признакам и выборочным показаниям ЧСС (не более 130–150 уд./мин)

выполнять контроль за функциональным состоянием детей [9; 10].

В заключительной части урока проводится комплекс восстановительных упражнений. Во время выполнения комплекса упражнений контролировалась правильность выполнения заданных упражнений.

На занятиях музыкально-ритмического воспитания (с использованием элементов художественной гимнастики) вначале проводилась предварительная разминка, затем гимнастический комплекс упражнений. Комплекс гимнастических упражнений включал прыжки через препятствие, «змейку», «восьмерку», бег по гимнастической скамейке, прыжки из обруча в обруч, метание теннисного мяча в цель, прыжки через скакалку, лазание по гимнастической стенке, прыжки через препятствие [9].

При исполнении детьми данного комплекса упражнений оценивались правильность и скорость выполнения упражнений. Затем школьники начинали изучать новые элементы художественной гимнастики.

После выполненных заданий приступали к обучению движений под музыкальное сопровождение, то есть к танцу. Для начала подбирался комплекс двигательных действий, который будет применяться в танце, после чего производился показ этого набора движений. Дети повторяли эту последовательность несколько раз под счет, а в это время вносились коррективы в правильность их выполнения. После закрепления комплекса двигательных действий сложного координационного характера условия изменялись – добавлялось музыкальное сопровождение, которое вначале затрудняло выполнение данной задачи. Несколько раз исполнялась под музыку выученная часть танца, затем переходили на разучивание новой части.

Заключительная часть занятия подразумевала под собой выполнение дыхательных упражнений в движении и на месте, а также с движением рук. Дыхательные упражнения позволяют успокоиться и продолжить дальнейшие занятия.

Занятия в оздоровительно-реабилитационном центре проходили один раз в неде-

лю, продолжительностью 40 минут. Комплекс упражнений включал в себя: упражнения с гимнастической палкой, упражнения с фитболом, на гимнастической скамейке. Занятия на иппотренажере. После выполнения комплекса упражнения в течение 25 минут занятие на иппотренажере составляли 10–12 минут.

Для оценки развития координационных способностей детей с задержкой психического развития в качестве диагностирующего инструментария мы использовали следующие тесты: «Метание теннисного мяча на точность попадания», «Прыжки вниз на разметку», «Точное катание мяча рукой», «Падение палки – реакция», «Отпускание палки – реакция», «Повороты на гимнастической скамейке», «Стойка на одной ноге».

Для эффективного проведения тестов предварительно необходимо позаботиться о достижении высокого уровня внимания, стимула и концентрации интереса детей, для достижения ими высоких результатов. Дети были ознакомлены с целями и задачами выполнения контрольных тестов. Школьникам были даны несколько пробных попыток выполнения теста, что обеспечило привыкание к исполнению задания.

Перед выполнением теста в начале занятия с испытуемыми в течение 5–7 минут проводилась разминка. Затем проводилось контрольное тестирование. Большая физическая нагрузка перед контрольным испытанием может привести к снижению показателей тестирования, поэтому она крайне нежелательна.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В табл. 1 приведены результаты выполнения теста «Метание теннисного мяча на точность попадания».

Анализ данных, представленных в табл. 1, показывает, что вначале эксперимента средние результаты тестирования составили 0,503 м. В феврале 2021 г. средний показатель в среднем снизился на 0,21 м и составил 0,312 м. Динамика результатов выполнения теста демонстрирует улучшение координа-

ционных способностей детей, а именно, дифференцировки усилий.

В табл. 2 приведены результаты выполнения теста «Прыжки вниз на разметку».

Если в начале эксперимента (сентябрь 2021 г.) средний показатель составлял 9,3 см, что соответствует «хорошей» оценке. К

окончанию эксперимента (февраль 2021 г.) средний результат снизился до 6,9 см. Положительная динамика результатов выполнения теста свидетельствует об успешной коррекции координационных способностей.

В табл. 3 приведены результаты выполнения теста «Точное катание мяча рукой».

Таблица 1

Динамика результатов выполнения теста «Метание теннисного мяча на точность попадания»

Table 1

Dynamics of the results of the test “Throwing a tennis ball for accuracy of hitting”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	0,46	0,24	-0,22
2	12	0,49	0,30	-0,19
3	11	0,58	0,31	-0,27
4	13	0,53	0,34	-0,19
5	13	0,48	0,30	-0,18
6	12	0,46	0,34	-0,12
7	11	0,51	0,4	-0,11
8	13	0,55	0,33	-0,22
9	12	0,56	0,28	-0,28
10	11	0,43	0,3	-0,13
11	13	0,48	0,38	-0,1
12	13	0,5	0,28	-0,22
Среднее		0,503	0,312	-0,19

Таблица 2

Динамика результатов выполнения теста «Прыжки вниз на разметку»

Table 2

Dynamics of the results of the test “Jumping down to the markup”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	8,5	5	-3,5
2	12	9,5	7,5	-2
3	11	10,5	8,5	-2
4	13	8	5,5	-2,5
5	13	9	6	-3
6	12	9,5	7,5	-2
7	11	8,5	6,5	-2
8	13	8	7,5	-0,5
9	12	11	8,5	-2,5
10	11	10,5	7,5	-3
11	13	10	6,5	-3,5
12	13	9	6	-3
Среднее		9,3	6,9	-2,4

Динамика результатов выполнения теста «Точное катание мяча рукой» говорит об улучшении дифференцировки усилий школьниц. Если в начале экспериментальных исследований (сентябрь 2020 г.) среднее значение составило 9,5 см, то к окончанию эксперимента (февраль 2021 г.) – 7,8 см. Средняя точность выполнения теста составила – 1,7 см.

В табл. 4 приведены результаты выполнения теста «Падение палки».

Динамика результатов выполнения теста (табл. 4) свидетельствует об улучшении способности к быстрому реагированию. Если в начале эксперимента (сентябрь 2020 г.) средний результат был равен 187,3 см, то к окончанию исследований – 217,1 см. Прирост результатов данного тестирования составил 29,8 см.

В табл. 5 приведены результаты выполнения теста «Отпускание палки – реакция».

Таблица 3

Динамика результатов выполнения теста «Точное катание мяча рукой»

Table 3

Dynamics of the results of the test “Precise rolling of the ball by hand”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	8,4	6,5	-1,9
2	12	10,6	8,4	-2,2
3	11	11,1	8,8	-2,3
4	13	9,7	7,8	-1,9
5	13	8,2	7,2	-1
6	12	8,4	7,1	-1,3
7	11	10,7	8,4	-2,3
8	13	12	9,7	-2,3
9	12	7,5	7,4	-0,1
10	11	8,8	6,8	-2
11	13	9,2	7,1	-2,1
12	13	9,1	8,4	-0,7
Среднее		9,5	7,8	-1,7

Таблица 4

Динамика результатов выполнения теста «Падение палки»

Table 4

Dynamics of the results of the test “Falling stick”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	185	206	21
2	12	172	212	40
3	11	187	217	30
4	13	207	224	17
5	13	196	227	31
6	12	186	215	29
7	11	193	224	31
8	13	178	221	43
9	12	174	214	40
10	11	186	212	26
11	13	193	215	22
12	13	191	218	27
Среднее		187,3	217,1	29,8

Динамика результатов выполнения теста «Отпускание палки – реакция»

Таблица 5

Dynamics of the results of the test “Releasing the stick – reaction”

Table 5

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	51	31	-20
2	12	50	37	-13
3	11	56	41	-15
4	13	47	32	-15
5	13	54	29	-25
6	12	48	35	-13
7	11	54	38	-16
8	13	60	41	-19
9	12	49	37	-12
10	11	52	34	-18
11	13	56	35	-21
12	13	54	37	-17
Среднее		52,6	35,6	-17

Анализируя динамику данных, полученных при выполнении теста «Отпускание палки – реакция» (табл. 5), можно отметить улучшение скорости к быстрому реагированию. Так, в начале эксперимента (сентябрь 2020 г.) среднее значение выполнения теста составило 52,6 см, а в конце – 35,6 см.

В табл. 6 приведены результаты выполнения теста «Отпускание палки – реакция».

В начале экспериментального исследования (сентябрь 2020 г.) средние показатели выполнения теста «Повороты на гимнастической скамейке» составили 9,7 см (табл. 6). За период эксперимента средние показатели возросли до 12,7 см (прирост составил 3 см). Положительная динамика проведенного тестирования свидетельствует об улучшении координации движений.

В табл. 7 приведены результаты выполнения теста «Стойка на одной ноге».

Анализируя данные выполнения теста (табл. 7), можно отметить положительную динамику. Так, средние показатели в начале и конце эксперимента составили 8 и 13,9 см соответственно (прирост составил 5,9 см).

По результатам тестирований можно отметить, что все сделанные пробы, которые мы использовали для оценки координационных способностей, имели положительную динамику, что свидетельствует об успешном развитии координационных способностей девочек с ЗПР 11–13 лет.

На протяжении всего учебного процесса методы развития координационных способностей совершенствовались, периодически усложнялись и редактировались, заменялись физическими упражнениями. Занятия под музыкальное сопровождение в сочетании с движениями усложняло задачу, но в то же время с каждым днем навыки развивались все больше и больше: увеличивалась скорость выполнения упражнений, девочки начали «чувствовать ритм» танца, исходя из темпа музыки, движения становились более гармоничными. Работа в группе позволяла ощущать не только свои движения: девочки ориентировались друг на друга для того, чтобы их совместная работа выглядела красиво и эстетично.

Таблица 6

Динамика результатов выполнения теста «Повороты на гимнастической скамейке»
Table 6
Dynamics of the results of the test “Turns on the gymnastic bench”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	9	11	2
2	12	8	12	4
3	11	7	10	3
4	13	11	13	2
5	13	10	13	3
6	12	9	12	3
7	11	12	14	2
8	13	10	14	4
9	12	8	11	3
10	11	9	12	3
11	13	11	15	4
12	13	12	15	3
Среднее		9,7	12,7	3

Таблица 7

Динамика результатов выполнения теста «Стойка на одной ноге»
Table 7
Dynamics of the results of the test “Stand on one leg”

№ п/п	Возраст	До эксперимента (сентябрь 2020 г.), см	После эксперимента (февраль 2021 г.), см	Δ
1	12	8	12	4
2	12	7	13	6
3	11	6	10	4
4	13	7	13	6
5	13	9	15	6
6	12	10	13	3
7	11	8	12	4
8	13	11	16	5
9	12	9	14	5
10	11	8	15	7
11	13	7	18	11
12	13	6	16	10
Среднее		7,4	12,6	5,2

ВЫВОДЫ

Таким образом, исходя из вышесказанного, методическая разработка, применяемая на уроках и в системе дополнительного образования, дала исключительно положительный эффект на развитие координационных способностей.

Занятия художественной гимнастикой способствуют формированию координационных способностей у детей с задержкой психического развития более быстрыми темпами. Вместе с тем занятия художественной гимнастикой позволяют стимулировать базовые познавательные процессы у школьников с данной патологией.

Так как игра является главным методом наращивания двигательных действий, именно на нее необходимо сделать акцент в процессе обучения и развития координационных способностей. При проведении занятий с детьми с задержкой психического развития следует обратить особое внимание на легкость и непринужденность проведения занятия, что формирует «ситуацию успеха». Применение возможностей художественной гимнастики привело к значительному росту интереса школьников. Дети начали с радостью выполнять упражнения акробатического комплекса, общеразвивающие упражнения, особенно под музыку. Экспериментальные исследования продемонстрировали, что использование подвижных игр под музыку, упражнений художественной гимнастики содействовали более эффективному развитию координационных способностей. Проведенные экспериментальные исследования позволяют сделать вывод, что для улучшения

координационных способностей можно применять любые физические упражнения, но более эффективны те упражнения, которые несут в себе элементы новизны, и выполнение которых создает школьникам определенные трудности. Со временем, при автоматизации навыка ценность данного физического упражнения для увеличения координационной способности снижается. В программах обучения и воспитания детей, посвященных проблеме задержки психического развития, отмечается необходимость выполнения специальных упражнений, ориентированных на рост общего уровня здоровья, изменение и формирование координационных способностей школьников с ЗПР. Необходимо отметить, что зачастую методические рекомендации носят общий характер. Данное положение приводит к необходимости разработки комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы.

Список источников

1. Вайзман Н.П. Психомоторика умственно отсталых детей. М.: Аграф, 1997. 128 с.
2. Антипова И.Г., Володина И.С. Психология обучения детей с умственной отсталостью: методологические проблемы // Психология обучения. 2014. № 9. С. 12-24.
3. Веневцев С.И., Дмитриев А.А. Оздоровление и коррекция психофизического развития детей с нарушениями интеллектуального развития средствами адаптивной физической культуры. М.: Сов. спорт, 2010. 104 с.
4. Гараева Р.В. Физическая реабилитация лиц с ограниченными зрительными возможностями посредством изменения физических кондиций гимнастическими упражнениями // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2011. № 4 (21). С. 16-22.
5. Григорьев Д.В. Коррекция двигательных нарушений младших школьников с задержкой психического развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2003. 22 с.
6. Коррекционно-подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. М.: Сов. спорт, 2002. 212 с.
7. Мукина Е.Ю. Технология социально-педагогической реабилитации младших школьников с ограниченными возможностями здоровья средствами физкультурно-оздоровительной деятельности // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. 2014. № 4-1. С. 74-78.
8. Парфенова Л.А., Герасимов Е.А. Инклюзивные технологии физкультурно-спортивной деятельности учащихся с интеллектуальными нарушениями // Теория и практика физической культуры. 2019. № 1. Ст. 13.
9. Максимова С.Ю. Методика физического воспитания на основе ритмической гимнастики сюжетно-ролевой направленности для старших дошкольников с задержкой психического развития: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2002. 22 с.
10. Парфенова Л.А., Тимошина И.Н. Интеграция лиц с ограниченными возможностями здоровья в социокультурное пространство средствами физкультурно-спортивной деятельности // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2014. Т. 9. № 3. С. 110-113.

References

1. Vayzman N.P. *Psikhomotorika umstvenno otstalykh detey* [Psychomotor Skills of Mentally Retarded Children]. Moscow, Agraf Publ., 1997, 128 p. (In Russian).
2. Antipova I.G., Volodina I.S. *Psikhologiya obucheniya detey s umstvennoy otstalost'yu: metodologicheskiye problemy* [Psychology of teaching children with mental retardation: methodological problems]. *Psikhologiya obucheniya* [Psychology of learning], 2014, no. 9, pp. 12-24. (In Russian).
3. Venevtsev S.I., Dmitriyev A.A. *Ozdorovleniye i korrektsiya psikhofizicheskogo razvitiya detey s narusheniyami intellektual'nogo razvitiya sredstvami adaptivnoy fizicheskoy kul'tury* [Improvement and Correction of Psychophysical Development of Children with Intellectual Disabilities by Means of Adaptive Physical Education]. Moscow, Sovetskiy sport Publ., 2010, 104 p. (In Russian).
4. Garayeva R.V. *Fizicheskaya reabilitatsiya lits s ogranichennymi zritel'nyimi vozmozhnostyami posredstvom izmeneniya fizicheskikh konditsiy gimnasticheskimi uprazhneniyami* [Physical rehabilitation of persons with visual impairments by changing physical conditions with gymnastic exercises]. *Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta* [Pedagogical-Psychological and Medical-Biological Problems of Physical Education and Sports], 2011, no. 4 (21), pp. 16-22. (In Russian).
5. Grigoryev D.V. *Korrektsiya dvigatel'nykh narusheniy mladshikh shkol'nikov s zaderzhkoy psikhicheskogo razvitiya: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk* [Correction of Movement Disorders in Junior School Students with Mental Retardation. Cand. ped. sci. diss. abstr.]. St. Petersburg, 2003, 22 p. (In Russian).
6. Shapkova L.V. (gen. ed.). *Korreksionno-podvizhnyye igry i uprazhneniya dlya detey s narusheniyami v razvitiy* [Corrective Outdoor Games and Exercises for Children with Developmental Disorders]. Sovetskiy sport Publ., 2002, 212 p. (In Russian).
7. Mukina E.Y. *Tekhnologiya sotsial'no-pedagogicheskoy reabilitatsii mladshikh shkol'nikov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya sredstvami fizkul'turno-ozdorovitel'noy deyatel'nosti* [Technology of social and pedagogical rehabilitation of junior school students with disabilities by means of physical culture and health-improving activities]. *Vestnik Kazanskogo gosudarstvennogo universiteta kul'tury i iskusstv – Bulletin of Kazan State University of Culture and Arts*, 2014, no. 4-1, pp. 74-78. (In Russian).
8. Parfenova L.A., Gerasimov E.A. *Inklyuzivnyye tekhnologii fizkul'turno-sportivnoy deyatel'nosti uchashchikhsya s intellektual'nymi narusheniyami* [Inclusive technologies of physical education and sports activities of students with intellectual disabilities]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury – Theory and Practice of Physical Culture*, 2019, no. 1, art. 13. (In Russian).
9. Maksimova S.Y. *Metodika fizicheskogo vospitaniya na osnove ritmicheskoy gimnastiki syuzhetno-rolevoy napravlenosti dlya starshikh doshkol'nikov s zaderzhkoy psikhicheskogo razvitiya: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk* [Methods of Physical Education Based on Rhythmic Gymnastics of a Plot-Role Orientation for Older Preschoolers with Mental Retardation. Cand. ped. sci. diss. abstr.]. Volgograd, 2002, 22 p. (In Russian).
10. Parfenova L.A., Timoshina I.N. *Integratsiya lits s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ya v sotsi-okul'turnoye prostranstvo sredstvami fizkul'turno-sportivnoy deyatel'nosti* [Integration of people with disabilities in the social and cultural space by means of physical education and sports activities]. *Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta* [Pedagogical-Psychological and Medical-Biological Problems of Physical Education and Sports], 2014, vol. 9, no. 3, pp. 110-113. (In Russian).

Информация об авторе

Мукина Екатерина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент, заместитель декана факультета физической культуры и спорта по научной работе, Тамбовский государственный университет им. Г.П. Державина, г. Тамбов, Российская Федерация, ORCID: 0000-0002-5377-1365, mukinaeu@mail.ru

Статья поступила в редакцию 10.12.2021
Одобрена после рецензирования 11.03.2022
Принята к публикации 04.04.2022

Information about the author

Ekaterina Y. Mukina, Candidate of Pedagogy, Associate Professor, Deputy Dean of Physical Education and Sports Faculty for Research, Derzhavin Tambov State University, Tambov, Russian Federation, ORCID: 0000-0002-5377-1365, mukinaeu@mail.ru

The article was submitted 10.12.2021
Approved after reviewing 11.03.2022
Accepted for publication 04.04.2022