

2. Барабаш О.А. Система оценки учебных достижений в логике ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) // Адаптивная физическая культура. - 2018. - № 1 (73). - С. 6-8.

3. Березкин Д.Д. Динамика показателей физических способностей у детей с нарушением интеллекта // Адаптивная физическая культура. - 2012. - № 2 (50). - С. 35-36.

4. Спортивная подготовка футболистов с нарушением интеллекта в условиях специализированного учреждения: Методические рекомендации для тренеров / Ф.П. Суслов, Д.Е. Никифоров, О.Н. Никифорова. - М.: Перспектива, 2018. – 48 с.

5. Чешихина В.В. Анализ показателей функциональной подготовленности квалифицированных спортсменов-ориентировщиков с нарушениями слуха / В.В. Чешихина, О.Н. Никифорова, В.В. Селезнев // Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 1. – С.78-82.

УДК 796.077-056.266

УПРАВЛЕНИЕ ПОВЕДЕНИЕМ СПОРТСМЕНОВ С МЕНТАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ В ПРОЦЕССЕ ТРЕНИРОВКИ (НА ПРИМЕРЕ МИНИ-ФУТБОЛА)

Никифорова Ольга Николаевна, к.п.н, доцент кафедры физической культуры, ФГБОУ ВО РГАУ-МСХА имени К.А. Тимирязева

Аннотация. В статье представлены исследования о подготовке футболистов с ментальными нарушениями на основе использования специальных педагогических приемов, позволяющих управлять технической и тактической подготовкой данной категории спортсменов.

Ключевые слова: ментальные нарушения, футбол, спортсмены, педагогические приемы, спортивная подготовка.

Для коррекции недостаточной двигательной активности и физической подготовленности необходимо искать новые пути применения специальных средств и методов физической культуры, которые будут дополнительно расширять психомоторный потенциал спортсменов с ментальными нарушениями [1].

Чтобы эффективно управлять подготовкой спортсменов с ментальными нарушениями и их адаптацией к нагрузкам, прежде всего, необходимо знать, какие особенности необходимо учитывать при обучении и тренировки и какие педагогические методики подготовки спортсменов с ментальными нарушениями способствуют достижению максимально эффективного результата [2,5].

В последнее время увеличилось количество исследований по проблеме развития адаптивной физической культуры и спорта [1,3,4]. Однако,

исследований посвященных подготовке спортсменов с ментальными нарушениями в условиях учреждений закрытого типа мало изучены в процессе годичной и многолетней подготовки.

Цель исследования - определить влияние педагогических приемов, используемых в учебно-тренировочном процессе футболистов с ментальными нарушениями на совершенствование технико-тактических навыков.

Обследование проводилось на базе нескольких специальных коррекционных образовательных учреждений г. Москвы для лиц с отклонениями в умственном развитии. Было обследовано в 2019-2020 учебном году - 24 спортсмена-футболиста 16-18 лет с ментальными нарушениями.

Для проведения педагогического эксперимента были созданы две группы: контрольная и экспериментальная. В состав каждой группы вошло 12 юношей 16-18 лет, равноценных по возрасту, росту, весу, степени ментальности. Каждая группа занималась по разным программам.

Таблица 1

Педагогические приемы при совершенствовании технико-тактических навыков

Поведенческие характеристики	Педагогические техники в процессе тренировки
Обучение проходит медленно из-за короткого периода внимания	Многократное повторение нового движения Сосредоточить внимание только на одном действии (мысли)
Возрастное отставание навыков устной коммуникации	Установить четкие границы движения Установить четкий зрительный контакт
Поведение занимающихся не соответствует принятому на учебно-тренировочном занятии	Для полной концентрации внимания обучать новому движению индивидуально (один на один) Четко определить порядок выполнения двигательных действий Часто хвалить за хорошее поведение

Педагогические техники при совершенствовании технико-тактических навыков в футболе для испытуемых с ментальными нарушениями представлены в таблице 1.

Для обучения навыкам техничного владения мячом и тактическим действиям тренеры сталкиваются с особым поведением спортсменов с ментальными нарушениями. Основными признаками поведения спортсменов с ментальными нарушениями является нетерпеливость, непослушность, легкая форма отвлеченности, плохая концентрация внимания, сильное волнение при выполнении незнакомых заданий, неустойчивое выполнение задания - переход от одного действия к другому.

Для эффективного закрепления навыков внимания в футболе для испытуемых с ментальными нарушениями были использованы педагогические техники, приведенные в таблице 2.

Педагогические приемы при совершенствовании навыков внимания

Поведенческие характеристики	Педагогические техники в процессе тренировки
Не закончил упражнение	Приободрите и переходите к следующему этапу.
Отвлекается	Выполнение коротких заданий Чаще хвалить
Не слушает	Коснуться плеча и спросить, все ли понятно
Трудно концентрирует внимание на продолжительных заданиях	Разделить длительное упражнение на маленькие задания Команды давать кратко, переход от одного задания к другому должен быть быстрым
Сильно волнуется при выполнении нового технико-тактического упражнения	Выполнение упражнения со спортсменом, который умеет в совершенстве выполнять данное задание Попросить сделать несколько глубоких вдохов
Неустойчивое выполнение задания - переход от одного действия к другому	Определить поощрение за полное овладение одним упражнением до перехода к другому Выполнение упражнения со спортсменом, который умеет в совершенстве выполнять данное задание
Нетерпеливость	Определить очередность выполнения
Непослушность	Установить четкие границы движения Ограничить доступ к предметам
Неусидчивость	Организовать тренировки так, чтобы у спортсменов была возможность заняться чем-нибудь с первой минуты тренировки

Таким образом, методика подготовки спортсменов-футболистов 16-18 лет с ментальными нарушениями должна быть направлена на часто повторение технико-тактических действий в течение всего годового цикла из-за слабости закрепления условно-рефлекторных связей. В тоже время учебно-тренировочные занятия должны быть комбинированными, включающими два-три вида подготовки (физическую, техническую и тактическую) в различных сочетаниях, что позволит совершенствовать приемы игры в футбол при оптимальном уровне физического и интеллектуального развития.

Итогом применения специальных педагогических приемов, влияющих на поведение спортсменов-футболистов с ментальными нарушениями при совершенствовании технико-тактической подготовки отмечалось непрерывное повышение спортивных достижений.

Так, уровень быстроты (челночный беге 7x9 м) у футболисты экспериментальной группы возрос на 3,63 с, а в контрольной – на 0,76 с. Выносливость (бег на 2000 м) спортсмены экспериментальной группы улучшили на 13,4 с, тогда как в контрольной только на 7,5 с. Показатели скоростно-силовых качеств (приседания на маховой ноге) в экспериментальной группе улучшились на 56%, а в контрольной группе прирост оказался незначительным.

Библиографический список

1. Ванюшкин В.А. Исследование развития координационных способностей и психических функций у детей с легкой степенью умственной отсталости // Теория и практика физ. культуры. - 2011. - № 2. - С. 40-44.
2. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами. - М.: Советский спорт, 2014. - 298 с.
3. Никифорова О.Н., Френкель Я.М., Никифоров Д.Е., Федчук Д.В., Яковлев И.В., Петрова О.А. [Исследование показателей уровня социально-психологической адаптированности и физической подготовленности женской сборной России по футболу среди глухих](#) // [Адаптивная физическая культура](#). 2018. № 4 (76). С. 47-48,54.
4. Передельский А.А. Современная наука о спорте: проблемы и перспективы развития // Теория и практика физической культуры. - № 5. - 2018. - С. 5-6.
5. Чешихина В.В. Анализ показателей функциональной подготовленности квалифицированных спортсменов-ориентировщиков с нарушениями слуха / В.В. Чешихина, О.Н. Никифорова, В.В. Селезнев // Теория и практика физической культуры. – 2015. - № 1. – С.78-82.

УДК 796.077

ФОРМИРОВАНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ЭЛЕМЕНТАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР

Руссу Ольга Николаевна, к.п.н., доцент кафедры физической культуры, ФГБОУ ВО РГАУ-МСХА имени К.А. Тимирязева

Аннотация. В статье представлены исследования о влиянии занятий физической культуры с элементами спортивных игр на формирование межличностных отношений, эмоциональных, психологических, умственных качеств студентов.

Ключевые слова: студенты, элементы спортивных игр, социальное взаимодействие, межличностные отношения.

При подготовке студентов к будущей профессиональной деятельности актуальной проблемой является формирование межличностных отношений и индивидуально-типологических свойств личности [1,4].

Успешное решение проблемы социального взаимодействия и овладение оптимальными способами реагирования в конфликтных ситуациях осуществляется в процессе занятий физической культуры с элементами спортивных игр [3].

Особенность игр определяется спецификой соревновательной деятельности, которая и отличает их от других видов спорта [2].