



Частное образовательное учреждение организация дополнительного профессионального образования

**«НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

350040, РФ, Краснодарский край, Краснодар г., Степана Разина ул., дом № 72, офис 308/310,  
тел.: 8 961 596 18 38; 8 918 360 87 41, E-mail: [borozdinata@mail.ru](mailto:borozdinata@mail.ru),  
лицензия № 08988 от 12.04.2019 г. серия 23Л01 № 0006355

**РЕЦЕНЗИЯ**

**на учебно-методическое пособие «Использование подвижных игр и упражнений с мячом как средства развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», разработанное учителем физической культуры государственного казенного общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной(коррекционной) школы- интерната с. Воронцовка,**

**Сафроновым Романом Александровичем**

Учебно-методическое пособие «Использование подвижных игр и упражнений с мячом как средства развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», разработанное учителем физической культуры государственного казенного общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной(коррекционной) школы- интерната с. Воронцовка, Сафроновым Романом актуально и будет востребовано педагогическими работниками специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений.

Представленный материал разработан с целью:

- внедрения инновационных форм контроля знаний, умений и навыков по предметной области «Физическая культура»;
- реалистичного оценивания уровня овладения программным материалом обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),
- на основе анализа полученных результатов определения «зоны актуального развития» ученика и прогнозирования «зоны его ближайшего развития»;
- использования активных методов обучения;
- развития познавательного интереса к предметной области;
- формирования здорового образа жизни;
- вовлечения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в доступные виды спорта.

Внимания заслуживает теоретическая и практическая части учебно-методического пособия. Автором представлены медико-биологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Подробно описаны: клинические проявления умственной отсталости, особенности психического развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), особенности физического развития и двигательных способностей детей этой категории, содержание и организация физического воспитания детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), методы и формы занятий адаптивной физической культурой, теоретические ос-

новы развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Практическая часть учебно-методического пособия включает: методику развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Даны рекомендации по развитию ручной ловкости у школьников в подвижных играх и упражнениях с мячом.

Предлагаемые автором упражнения и задания составлены с учетом:

- неоднородности структуры дефекта учащихся с умственной отсталостью (клинико-психологическая классификация М.С. Певзнер);
- уровня возможностей к овладению программным материалом учащимися (педагогическая классификация В.В. Воронковой).

Вышеизложенное позволяет сделать вывод о том, что учебно-методическое пособие «Использование подвижных игр и упражнений с мячом как средства развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», разработанное учителем физической культуры государственного казенного общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной (коррекционной) школы- интерната с. Воронцовка, **Сафроновым Романом Александровичем**, имеет высокую практическую значимость и может быть рекомендовано к внедрению и реализации в специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждениях; общеобразовательных учреждениях, практикующих инклюзивную практику; в реабилитационных центрах.

**Дата: 06.05.2023**

Рецензент:

к. культурологии, учитель-дефектолог (олигофренопедагог),  
директор ЧОУО ДПО «НЦСО»



Т.А. Бороздина

Подпись Т.А. Бороздиной заверяю:  
делопроизводитель ЧОУО ДПО «НЦСО»:

С.А. Никитенко

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ СПЕЦИАЛЬНАЯ  
(КОРРЕКЦИОННАЯ) ШКОЛА – ИНТЕРНАТ  
С. ВОРОНЦОВКА**

**РАССМОТРЕНО:**

МО учителей-  
предметников

от 26.12.2022г.

Руководитель МО:



(подпись)

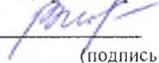
Капканова М.Х.

(расшифровка)

**СОГЛАСОВАНО:**

зам. директора  
по УВР  
Протокол №2

Зам. директора:



(подпись)

Вихлянцева С.Ю.

(расшифровка)

**УТВЕРЖДЕНО:**

Протокол №3  
педсовета

от 28.12.2022г.

Председатель:



(подпись)

Морягина С.В.

(расшифровка)



**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

**«Использование подвижных игр и упражнений с мячом как  
средства развития ручной ловкости у обучающихся с умственной  
отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»**

учителя физической культуры,  
Сафронова Романа Александровича

Учебно-методическое пособие разработано на основе учебно-методических пособий: Программы специальных общеобразовательных школ для умственно отсталых детей (вспомогательные школы). Раздел «Физическая культура» (1 – 9 классы). – М.: Просвещение, 1990. – стр. 212 – 264.

«Обучение и воспитание детей во вспомогательной школе»:

Под ред. В.В. Воронковой — М.: Школа-Пресс, 1994. — 416 с.;

В.М. Мозговой. Характеристика двигательных нарушений у умственно отсталых учащихся // Дефектология. – 1993. - №3; ФГОС О у/о

**с. Воронцовка, 2023**

**Автор: Сафронов Роман Александрович**, учитель физической культуры  
**Адрес:** 353664, Российская Федерация, Краснодарский край, Ейский район,  
с. Воронцовка, ул. Мира, 46.

**Контактные телефоны:**

8(86132)62054-директор

8(86132)62324 – зам. директора, учительская

**Адрес электронной почты:** [gskou@mail.ru](mailto:gskou@mail.ru)

**Официальный сайт:** <http://gskou-voroncovk.ucoz.com>

**Директор школы:** Моряхина Светлана Васильевна

**Место разработки:** Российская Федерация, Краснодарский край, Ейский район, с. Воронцовка, ул. Мира, 46; Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского края специальная (коррекционная) школа-интернат с. Воронцовка  
**сокращенное** –ГКОУ КК школа-интернат с. Воронцовка

**Год разработки:** 2023

**Количество страниц:** 90

Учебно-методическое пособие «Использование подвижных игр и упражнений с мячом как средства развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» предназначено для студентов педагогических вузов по направлению «Олигофренопедагогика»; для педагогических работников специальных (коррекционных) школ; для педагогических работников общеобразовательных учреждений, реализующих инклюзивную практику; для педагогических работников реабилитационных центров.

Представленное учебно-методическое пособие будет способствовать повышению профессиональной компетенции учителей физической и адаптивной физической культуры специальных (коррекционных) школ, внедрению:

- инновационных технологий;
- передовых педагогических практик;
- активных методов обучения;
- реалистичного оценивания уровня овладения программным материалом обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

и:

- на основе анализа полученных результатов определения «зоны актуального развития» ученика и прогнозирования «зоны его ближайшего развития»;

- развития познавательного интереса к предметной области;

- оказания помощи педагогическим работникам специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений и общеобразовательных учреждений, реализующих инклюзивную практику при разработке и составлении адаптированных дополнительных образовательных программ, их оформлении в соответствии с действующими стандартами.

**Направленность:** коррекционно-развивающая, деятельностная, практическая

**Ключевые слова:** умственная отсталость (интеллектуальные нарушения), уровень овладения программным материалом, педагогические технологии, средства обучения, ЗУН (знания, умения и навыки), индивидуальный и дифференцированный подход, зона актуального развития, зона ближайшего развития, инклюзивная практика, специальные методы и приемы, планируемые и ожидаемые результаты

## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Медико-биологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
  - 2.1 Клинические проявления умственной отсталости
  - 2.2 Особенности психического развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
  - 2.3 Особенности физического развития и двигательных способностей детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
  - 2.4 Содержание и организация физического воспитания детей, имеющих отклонения в интеллектуальном развитии
  - 2.5 Методы и формы занятий адаптивной физической культурой с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
3. Теоретические основы развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
  - 3.1 Понятие о ручной ловкости и ее значение для школьников
  - 3.2 Методика развития ручной ловкости у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
  - 3.3 Развитие ручной ловкости у школьников в подвижных играх и упражнениях с мячом
4. Практическая часть: игры и упражнения с мячом для развития ручной ловкости
5. Список используемой научно-методической литературы
6. Список учебно-методической литературы
7. Приложение А. Планируемые личностные и предметные результаты по ФГОС Оу/о (Физическая культура, Адаптивная физическая культура)
8. Приложение Б. Система оценки личностных и предметных результатов
9. Приложение В. Упражнения по физической культуре для детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
9. Приложение В. Физические упражнения для коррекции ходьбы и бега

## 1. Пояснительная записка

**Актуальность темы.** На современном этапе развития общества увеличилось число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Дети с ограниченными возможностями здоровья – это дети, состояние здоровья которых препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. К данной категории, относятся дети с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) различной степени.

По данным главного управления реабилитационной службы и специального образования МО РФ, из 600 тысяч общего количества учащихся с отклонениями в развитии 60% составляют дети с умственной отсталостью (далее – УО) (Л.В. Шапкова, 2001, 2003) [43]. Дети с лёгким недоразвитием интеллекта - дебильностью - составляют 70-80 %. С самого начала обучения дети данной категории испытывают множественные затруднения, проблемы, которые связаны не только с умственным развитием, но и с особенностями физического здоровья [2,24]. Умственно отсталый ребёнок имеет, как правило, более низкие показатели психического и физического состояния в сравнении со сверстниками с нормальным интеллектом. Отставания в физическом развитии умственно отсталых детей, степень приспособления к физической нагрузке зависят не только от поражения центральной нервной системы, но и являются следствием вынужденной гипокинезии. Психофизическое состояние определяет уровень здоровья, улучшаясь пропорционально развитию таких физических качеств как сила, скорость, выносливость, ловкость, ритмичность, гибкость и равновесие [9, 10, 18, 28, 33, 44]. Адаптивная физическая культура для детей с умственной отсталостью это не только одно из средств устранения недостатков в двигательной сфере, но и полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптации в социуме. Степень адаптации находится в прямой зависимости от клинико-психопатологического состояния детей,

поэтому специалисту адаптивной физической культуры для продуктивной педагогической деятельности необходимо знать характерные проявления основного дефекта, особенности физического, психического, личностного развития данной категории детей [3, 6, 9, 17, 37, 40]. Исправление нарушений моторики и расширение двигательных возможностей умственно отсталого ребенка являются главными условиями подготовки его к жизни и, в последующем, к физическому труду. Различные исследования доказывают необходимость проведения дополнительных занятий по специальной оздоровительно-реабилитационной программе, направленной на повышение уровня социальной адаптации учащихся, которая может быть использована в процессе дополнительного физкультурного образования, особенно у детей с ограниченными возможностями здоровья [3, 12, 16, 17, 25, 38].

Организм ребёнка с ограниченными возможностями здоровья, нуждается в двигательной активности не меньше, а чаще даже больше, чем организм здорового, но при этом ему требуется качественно иная двигательная активность [3, 10, 14, 24, 32, 43]. Поэтому весьма актуальной и своевременной является теоретическая и практическая разработка методики оптимизации психического и физического состояния детей с лёгкой умственной отсталостью с целью повышения социальной адаптации и восстановления сниженных функций организма, профилактики нарушений в состоянии здоровья и дальнейшей успешной социализации.

Специфические особенности двигательных умений и навыков умственно отсталых школьников существенно влияют на преподавание физической культуры в специальной (коррекционной) школе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Для решения многих задач физического воспитания в специальной коррекционной школе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) необходимо знать, каков характер формирования двигательного анализатора и умственно отсталых детей. На эти

вопросы дефектологии как теоретическая основа системы воспитания и обучения детей с нарушением интеллекта еще не может дать полного ответа. Вместе с тем, по некоторым аспектам физического воспитания детей, обучающихся в школе такого типа, набирается экспериментальный материал и практический опыт учителей школ VIII вида [3].

Современные представления о рациональном построении системы физического воспитания убеждают нас в том, что именно от развития двигательного анализатора зависит управление своими движениями, владение своим телом. Если понять, как выполняются движения умственно отсталыми детьми разного возраста, то можно судить о степени развития двигательного анализатора [10].

Ключ к оценке недостатков движений у умственно отсталых детей дает нам разработанная Л.С. Выготским концепция о соотношении первичных дефектов и вызываемых ими вторичных и дальнейших отклонений в развитии. Основной вывод, сделанный по данной работе, касается того, что двигательная недостаточность является основной частью ведущего дефекта и определяется теми же механизмами, что и умственная отсталость, а именно, недостаточностью аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга. Особенности развития двигательного анализатора умственно отсталых детей рассматривались многими исследователями [4]. Ряд ученых (Н.А. Козленко, Р.Д. Бабенкова, А.А. Дмитриев, И. Марцинкявичус и др.), изучали возрастные изменения при выполнении разнообразных физических упражнений. Почти все авторы указывают на то, что чем старше становится школьник, тем более высокими оказываются показатели его движений. Вместе с тем, большая часть опубликованного в литературе материала оставляет открытым вопрос о причинах роста этих двигательных возможностей [10].

Данные исследований Е.С. Черника дают возможность ответить на вопрос о том, как происходит развитие двигательного анализатора у умственно отсталых детей.

Выносливость детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) школьного возраста изучена, к сожалению, слабее всего, хотя потребность в знаниях о возрастном развитии выносливости очень велика. Поскольку у выносливого школьника отмечается и большая работоспособность, то и известно, что более выносливые учащиеся могут выполнить более значительную умственную и физическую работу. Естественно, это положение может относиться и к учащимся массовой школы, однако для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) такое двигательное качество имеет определяющее значение не только в учебно-воспитательном процессе, но и в последующей трудовой деятельности. Так, Р.А. Белов провел сравнительный анализ показателей выносливости у детей массовой и вспомогательной школ и указал на значительное отставание умственно отсталых детей от нормы. Причину этого отставания автор видит в снижении моторной функции учеников [19].

Если же обратиться к данным исследований Е.С. Черника по развитию выносливости, то это двигательное качество с возрастом увеличивается; вместе с тем нормально развитые дети проявляют большую выносливость по сравнению с умственно отсталыми детьми. Автор полагает, что нарушения деятельности центральной нервной системы у этой категории учащихся отражаются на величине выносливости при статистических напряжениях [5].

Известно, что наиболее трудным для умственно отсталых детей является выполнение физических упражнений, связанных с пространственной ориентировкой и точностью движений.

Точность пространственной ориентировки при выполнении кувырка вперед прямо указывает на проявления взаимоотношений тормозно-возбудительных процессов в высших отделах центральной нервной системы. Об этом говорят данные, полученные С.Ю. Юровским, о значительных нарушениях в точности пространственной оценки движений у детей-олигофренов по сравнению со здоровыми детьми. Автор отмечает наилучший возраст для развития данного показателя - период от 7 до 12 лет. Автор делает

вывод, что точность движений у умственно отсталых учащихся зависит от функционального совершенства анализаторных систем [20].

В суждении о развитии двигательного анализатора у умственно отсталых школьников можно опираться на исследования по формированию двигательных навыков и двигательных способностей [16].

Анализируя двигательные способности у учеников с нарушением интеллекта, А.С. Самыличев указывает, что эти способности развиваются неравномерно и неодновременно. В младшем школьном возрасте необходимо особое внимание обратить на развитие координационных способностей и гибкости. Целесообразно, по мнению автора, более интенсивно развивать скоростные, силовые способности и выносливость, выявленные в период ускоренного роста в младшем и среднем школьном возрасте [11].

Ряд авторов (Р.Д. Бабенкова, Н.А. Козленко, В.М. Мозговой, С.Ю. Юровский), указывают, что кинестетическая чувствительность у этих учащихся развита хуже, чем у детей массовой школы, вследствие чего двигательная недостаточность возрастает при выполнении сложных движений, где требуются:

- управления движениями,
- четкое дозирование мышечных усилий,
- точность движений,
- перекрестная координация движений,
- пространственно-временная организация двигательного акта,
- словесное опосредование движений.

В этой связи весьма показательны данные Э.П. Бебринга, изучавшего особенности моторики умственно отсталых школьников по показателям силы, быстроты, а также работоспособности. Автор отмечает, что темп движений у умственно отсталых школьников ниже, чем у их сверстников из массовой школы, причем разница увеличивается с возрастом [18].

На первый взгляд, представленные выше материалы крайне неоднородны. Здесь:

- сила мышц,
- время реакции и частота ритмически повторяющихся движений,
- точность приземления при прыжке и выносливость при выполнении статических напряжений.

Несмотря на кажущееся разнообразие исследуемых форм движений, результаты этих исследований оказались поразительно похожими. Основное, что объединяет все эти исследования - это то, что все они посвящены изучению двигательной функции школьника с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), и сравнению характеристик этой функции с таковой их сверстников из массовой школы [17].

Таким образом, анализ результатов исследований ряда авторов (Н.А. Козленко, А.А. Дмитриев, Б.В. Сермеев, В.М. Мозговой, С.Ю. Юровский), дает основание для вывода о том, что при значительных индивидуальных возрастных различиях в развитии движений у учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) **наблюдаются специфические, инвариантные при различных формах умственной отсталости двигательные нарушения [20].**

На занятиях физическими упражнениями это проявляется, прежде всего, в:

- несформированности тонких дифференцированных движений,
- плохой координации сложных двигательных актов, низкой обучаемости движениям,
- костности сформированных навыков,
- недостатках целесообразного построения движений, затруднениях при выполнении или изменении движения по словесной инструкции [12].

Одним из немаловажных аспектов развития школьника, является **развитие ручной ловкости.** Проблема повышения эффективности комплексной медико-психолого-педагогической работы по развитию мелкой моторики и координации движений пальцев рук детей не теряет своей актуальности.

У большинства детей пальцы малоподвижны, движения их отличаются неточностью или несогласованностью. Многие пятилетние дети держат ложку в кулаке, с трудом правильно берут кисточку, карандаш, ножницы, иногда не могут расстегнуть и застегнуть пуговицы, зашнуровать ботинки.

Учеными доказана прямая взаимосвязь развития тонкой моторики и высших психических функций. От степени сформированности тонких движений пальцев рук в прямой зависимости находится уровень развития речи [11, 24, 27]. Целенаправленное и эффективное воздействие на развитие ручной ловкости в начальной школе является мощным средством качественной и целостной подготовки ученика, поэтому развитие ручной ловкости школьников является весьма актуальной задачей.

Одной из важных задач воспитания детей школьного возраста является физическое развитие и физическая подготовленность, которые характеризуются крепким здоровьем, закаленностью детского организма, развитием физических качеств.

Развитие такого психофизического качества, как ловкость способствует укреплению здоровья, физическому совершенствованию детей. Ловкость в школьном возрасте играет важную роль в двигательной деятельности детей, обуславливает развитие у них активности, самостоятельности, уверенности в своих силах.

Ловкость — это сложно координированное качество, оно необходимо ребенку для успешного использования двигательного опыта. Ловкость, проявляемая в упражнениях и движениях, связанных со сменой позы, является «телесной ловкостью». Ловкость, проявляемая в упражнениях с предметами, называется «ручной», или «предметной», ловкостью.

Ручная ловкость накапливается с двигательным опытом и лежит в основе улучшения качества выполнения движения ребенком, усвоения его техники. Она формирует умение регулировать начало и окончание действия, его амплитуду, продолжительность и интенсивность.

Развитие ручной ловкости у детей происходит при использовании в упражнениях разнообразных предметов, изменении скорости, способов и амплитуды выполнения упражнений, усложнении и варьировании упражнения, включении в физкультурно-оздоровительную работу подвижных игр и упражнений с мячами разного диаметра.

Эффективным средством развития ручной ловкости детей школьного возраста, являются упражнения с мячом [13]. Упражнения с мячами развивают не только крупные, но и мелкие мышцы обеих рук, увеличивают подвижность суставов пальцев и кистей; они способствуют развитию координации движений, становлению у детей графо- моторных навыков, что особенно важно для детей к обучению в школе.

В образовательной области «Физическая культура» упражнения и действия с мячом включены начиная с первого класса. Они занимают значительное место среди других средств физического воспитания и усложняются от класса к классу за счет введения дополнительных заданий, а также более сложных способов выполнения.

В процессе реализации содержания программы урочных и внеурочных форм занятий физическими упражнениями открывается возможность полноценного физического развития детей данной категории. [12, 21, 26,27, 32, 36].

## **2 Медико-биологическая и психолого-педагогическая характеристика детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

### **2.1 Клинические проявления умственной отсталости**

Умственно отсталым, называют такого ребенка, у которого стойко нарушена познавательная деятельность вследствие органического поражения головного мозга [1]. Олигофрения включает многообразную и

многочисленную группу отклонений, в основе которых лежит недоразвитие головного мозга и всего организма. В англоязычной литературе термину «олигофрения» соответствует «mental retardation» - «отставание в интеллектуальном развитии», «психическая отсталость», «психический дефицит», «психическая субнормальность», «умственная недостаточность», «умственный дефицит» и др. [4,26]. Из этических соображений данной категории детей используются определения: «особые», «особенные», «проблемные», «с особыми нуждами» и др. Понятие "умственно отсталый" является более общим. Оно включает в себя олигофрению и другие состояния выраженного интеллектуального недоразвития. Правильное определение понятия "умственная отсталость" имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Теоретическое значение такого определения состоит в том, что оно способствует более глубокому пониманию сущности аномального психического развития детей.

## 2.2 Классификация умственной отсталости

Умственно отсталые дети различаются степенью выраженности дефекта, измеряемой по тесту интеллекта Векслера в условных единицах. В 1994 г. по предложению Всемирной организации здравоохранения принята

Международная классификация психических и поведенческих расстройств (МКБ - 10), рассматривающая различные проявления врожденного слабоумия под единым названием «Умственная отсталость».

Степень умственной отсталости определяется интеллектуальным коэффициентом IQ (отношением психического возраста к паспортному).

Таблица 1.Классификация умственной отсталости ( соотношение клинических и психометрических оценок тяжести умственной отсталости IQ,по тесту Векслера)

IQ	Определение степени умственной отсталости по МКБ-9	Определение степени умственной отсталости по МКБ10	Другие градации умственной отсталости
80 – 100	Норма (средняя)	Норма	Норма

70 – 80	Пограничные с нормой задержки развития	Пограничные формы	
50 – 70	Дебильность	Легкая	Мягкая форма
35-50	Имбецильность	Умеренная	Среднетяжелая
20-35 (40)	Тяжелая	Тяжелая	
Менее 20	Идиотия	Глубокая	Очень глубокая

Дети с легкими степенями умственной отсталости (дебильность) составляют 75 - 80%. Их уровень интеллектуального развития составляет 50 - 70 условных единиц. После обучения в специальных школах или классах, находящихся при массовых школах, или после воспитания и обучения в домашних условиях многие из них социально адаптируются и трудоустраиваются.

Дети со средней выраженностью отсталости (имбецильность) составляют примерно 15 % случаев. Их уровень интеллектуального развития составляет от 20 до 50 условных единиц. Некоторые из них (с умеренной умственной отсталостью, 35 - 49) посещают специальную школу для имбецилов или учатся в специальных классах школы для умственно отсталых или воспитываются и обучаются в домашних условиях родителями или приглашенными педагогами. Они обычно живут в семьях. Их трудоустройство затруднено.

Глубоко умственно отсталые дети (идиотия) в большинстве своем пожизненно находятся в интернатах Министерства социальной защиты населения. Некоторые, по желанию родителей, живут в семьях. Их общее количество - примерно 5 % от всех умственно отсталых детей. Мышление таких детей практически полностью неразвито, возможна избирательная эмоциональная привязанность таких детей к близким взрослым. Обычно они не овладевают даже элементарными навыками самообслуживания. Интеллектуальный коэффициент не является основанием для диагноза, но служит важным звеном в комплексной медико-психолого-педагогической диагностике, социальной реабилитации, определении инвалидности [4,24,45].

Обучение и воспитание детей с легкой и умеренной умственной отсталостью осуществляется в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях либо в специальных классах общеобразовательных школ, либо в виде домашнего обучения. Дети-сироты и оставшиеся без попечительства родителей обучаются в специальных детских домах и школах-интернатах.

Обучение и воспитание детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью осуществляется в учреждениях социальной защиты. Эти дети нуждаются в постоянной помощи и наблюдении и рассматриваются как инвалиды с детства.

Умственно отсталые (слабоумные) дети – наиболее многочисленная категория аномальных детей. Они составляют примерно 1 – 3% от общей детской популяции. Понятие умственно отсталый ребенок включает в себя достаточно разнородную массу детей, которых объединяет наличие повреждения мозга, имеющего широко распространенный характер.

Преобладающее большинство всех умственно отсталых детей – учеников вспомогательной школы – составляют дети-олигофрены. При олигофрении органическая недостаточность мозга носит остаточный, не усугубляющийся характер, что дает основания для оптимистического прогноза [17,19]. Такие дети составляют основной контингент вспомогательной школы. Умственная отсталость, возникшая позднее полного становления речи ребенка, встречается относительно редко. Она не входит в понятие олигофрения. Уже в дошкольный период жизни болезненные процессы, имевшие место в мозгу ребенка-олигофрена, прекращаются.

Ребенок становится практически здоровым, способным к психическому развитию. Однако развитие это осуществляется аномально, поскольку биологическая его основа патологична. Дети-олигофрены характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, особенно отчетливо обнаруживающимися в сфере познавательных процессов. Причем имеет место не только отставание от нормы, но и глубокое своеобразие личностных

проявлений, и познания. Таким образом, умственно отсталые дети ни в коей мере не могут быть приравнены к нормально развивающимся детям более младшего возраста.

Они иные по многим своим проявлениям. Дети-олигофрены способны к развитию, что по существу отличает их от слабоумных детей всех прогрессивных форм умственной отсталости, и, хотя развитие их осуществляется замедленно, атипично, со многими, подчас резкими отклонениями, тем не менее, оно представляет собой поступательный процесс, вносящий качественные изменения в психическую деятельность детей, в их личностную сферу [21,26].

Только правильный отбор детей во вспомогательные (и иные специальные школы) имеет очень большое значение.

Наиболее многочисленной, перспективной и изученной группой умственно отсталых детей являются дети с легкой и умеренной степенью умственной отсталости. Наиболее распространенной классификацией детей с общим психическим недоразвитием (олигофренов) в нашей стране является классификация, предложенная М. С. Певзнер, в соответствии с которой выделяются пять форм [32].

При неосложненной форме ребенок характеризуется уравновешенностью основных нервных процессов. Отклонения в познавательной деятельности не сопровождаются у него грубыми нарушениями анализаторов.

Эмоционально-волевая сфера относительно сохранна. Ребенок способен к целенаправленной деятельности, однако лишь в тех случаях, когда задание ему понятно и доступно. В привычной ситуации его поведение не имеет резких отклонений [31,33]. При олигофрении, характеризующейся неустойчивостью эмоционально-волевой сферы по типу возбудимости или заторможенности, присущие ребенку нарушения отчетливо проявляются в изменениях поведения и снижении работоспособности.

У олигофренов с нарушением функций анализаторов диффузное поражение коры сочетается с более глубокими поражениями той или иной мозговой системы. Эти дети дополнительно имеют локальные дефекты речи, слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата [43]. При олигофрении с психоподобным поведением у ребенка отмечается резкое нарушение эмоционально-волевой сферы. На первом плане у него оказывается недоразвитие личностных компонентов, снижение критичности относительно себя и окружающих людей, расторможенность влечений. Ребенок склонен к неоправданным аффектам.

При олигофрении с выраженной лобной недостаточностью нарушения познавательной деятельности сочетаются у ребенка с изменениями личности по лобному типу с резкими нарушениями моторики. Эти дети вялы, безынициативны и беспомощны. Их речь многословна, бессодержательна, имеет подражательный характер. Дети не способны к психическому напряжению, целенаправленности, активности, слабо учитывают ситуацию [32,44].

Дети - олигофрены характеризуются стойкими нарушениями всей психической деятельности, отчетливо обнаруживающимися в снижении активности познавательных процессов, особенно словесно-логического мышления. Причем имеет место не только отставание от норм, но и глубокое своеобразие личностных проявлений и всей познавательной сферы. Таким образом, умственно отсталые дети ни в коей мере не могут быть приравнены к нормально развивающимся детям более младшего возраста. Они иные по основным своим проявлениям [32,44].

*Причины умственной отсталости.* Преобладающее большинство умственно отсталых детей составляют те, у которых умственная отсталость возникла вследствие различных органических поражений, главным образом наиболее сложных и поздно формирующихся мозговых систем, в период до развития речи (до 2 - 3 лет) [32]. К основным клиническим проявлениям

олигофрении относят: преобладание интеллектуального дефекта и отсутствие прогрессивности состояния. Общим признаком умственной отсталости является наличие врожденного или приобретенного в раннем детстве (до 3 лет) общего психического недоразвития с преимущественной недостаточностью интеллектуальных способностей. Причины вызывающие умственную отсталость многочисленны и разнообразны. Их принято разделять на внешние (экзогенные) и внутренние (эндогенные). Они могут воздействовать в период внутриутробного развития плода, во время рождения ребенка и в первые месяцы (или годы) его жизни. Известен ряд внешних факторов, приводящих к резким нарушениям развития. Наиболее распространенными из них являются следующие: наследственность, тяжелые инфекционные заболевания, интоксикации, дистрофии женщины во время беременности, заражение плода различными паразитами, травматические поражения плода, воспалительные заболевания мозга и его оболочки, возникшие у младенца, повышенная радиация местности, неблагоприятная экологическая обстановка, алкоголизм или наркомания родителей, особенно матери [17,43].

## 2.2 Особенности психического развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Психика умственно отсталых детей характеризуется следующими проявлениями.

1.Стойкое нарушение познавательной деятельности выражается в отсутствии потребности в знаниях, вялости мыслительной деятельности, неумении анализировать и обобщать, из совокупности выделять главное, проводить сравнение, находить сходство, оценивать себя и свою работу.

Отмечается недостаточность всех уровней мыслительной деятельности: наглядно-действенного, наглядно-образного, словесно-логического. Анализ

2. Ударять мяч о пол, стоя на месте, а затем передвигаясь в разных направлениях. Ловить поочередно каждой рукой отдельно, потом обеими руками.

Бросать мяч о стенку с расстояния 1,5-2 метра и ловить его двумя, а затем одной рукой. Темп бросков постепенно ускорять.

4. Метать в цель, расположенную на высоте 1 метр, 1,5 метра, 2 метра, мячи разного диаметра попеременно то правой, то левой рукой [21].

По мере совершенствования ручной ловкости необходимо увеличивать темп выполнения, а также количество повторений каждого упражнения.

Таким образом, подбор игр и упражнений с мячом для развития ручной ловкости дошкольников осуществляется в соответствии с возрастом, подготовленностью ребенка, постепенным усложнением, повторением заданий.

#### **4. Практическая часть: игры и упражнения с мячом для развития ручной ловкости**

##### **Комплекс 1. Упражнения для развития мелкой моторики рук с малым мячом (диаметр 5-6 см)**

1. И.п.: о.с, руки согнуты в локтях. Мяч между ладонями. Пальцы смотрят вверх. Прокатывание мяча между ладонями, скользящими вверх-вниз.

2. И.п.: о.с, руки вытянуты вперед, мяч между ладонями. Прокатывание мяча скользящими движениями ладоней от себя — к себе.

3. «Скатаем снежок»

И.п.: о.с, мяч между ладонями. Катание мяча круговыми движениями по часовой и против часовой стрелки (со сменой ладоней).

4. И.п.: о.с, руки вверху, мяч между ладонями. Прокатывание мяча между ладонями вверх-вниз.

о. И.п.: о.с, руки согнуты в локтях перед грудью. Мяч между ладонями. Прокатывание мяча вправо и влево.

6. То же упражнение из и.п. — руки за спиной.

7. И.п.: о.с, руки перед грудью. Мяч в ладонях с растопыренными пальцами. Вращение мяча к себе — от себя, перебирая пальцами.
  8. И.п.: о.с, положение рук произвольно, мяч в правой руке. Энергично сжимать и разжимать мяч пальцами. То же левой рукой.
  9. И.п.: о.с, левая рука вытянута вперед, ладонью вверх. Мяч-в правой руке. Прокатывание мяча вдоль вытянутой руки от пальцев до плеча и обратно. То же другой рукой.
  10. И.п.: стоя на коленях, мяч в правой руке. Энергичное прокатывание мяча вперед-назад по полу. То же левой рукой.
  11. И.п.: сидя, широко расставив ноги. Мяч в правой руке. Прокатывание мяча круговыми движениями. То же левой рукой.
  12. И.п.: о.с, руки перед грудью, левая ладонь над правой. Мяч между ними. Смена положения ладоней вращательными движениями, не роняя мяча.
  13. То же упражнение, но мяч удерживают указательные пальцы рук.
- Все упражнения выполняются в медленном темпе, дозировка! зависит от подготовленности и тренированности детей.

## **Комплекс 2. Упражнения для развития мелкой моторики рук с массажным мячом.**

1. Покатайте массажный мяч между ладонями вверх и вниз, пальцы важно держать вместе.
2. Круговыми движениями покатайте мяч между ладонями.
3. Возьмите мячик подушечками. Перебирая пальцами, прокручивайте его по направлению от себя.
4. Удерживайте мяч подушечками пальцев обеих рук и надавите ими на мяч 4-6 раз.
5. Снова возьмите мячик подушечками. Перебирая пальцами, прокручивайте его по направлению к себе.
6. Возьмите мячик двумя руками, подкиньте на высоту 20—30 см и поймайте его. Повторите несколько раз.

7. Зажмите мяч ладонями, пальцы сцепите над мячом в замок, локти разведите в стороны. Надавите на мяч 4-6 раз.
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

В конце можно немного размять мышцы рук. Положите одну руку на стол ладонью вниз, а второй круговыми движениями помассируйте мячом кисть, предплечье и плечо – двигайтесь снизу вверх. Сильно не давите на мяч и будьте осторожны. У занятий с массажным мячом есть противопоказания, в числе которых: воспаления и повреждения кожи, раны, ушибы, переломы и др.

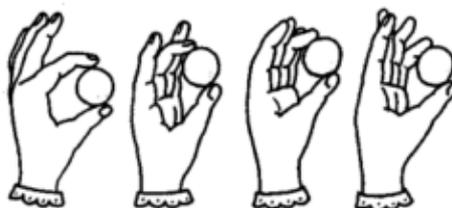
### Комплекс упражнений с каучуковым шариком

#### «РАЗМИНКА»

Мячик сильно посжимаю  
И ладошку поменяю.



«Здравствуй, мой любимый мячик!» —  
Скажет утром каждый пальчик.



Крепко мячик обнимает,  
Никуда не выпускает.



Только брату отдает:  
Брат у брата мяч берет.



Два козленка мяч бодали  
И другим козлятам дали.



По столу круги катаю,  
Из-под рук не выпускаю.

Взад-вперед его качу;  
Вправо-влево — как хочу.



Танцевать умеет танец  
На мяче мой каждый палец.



Мячик пальцем разминаю,  
Вдоль по пальцам мяч гоняю.



Мячик мой не отдыхает —  
Между пальцами гуляет.

АВТОРСКОЕ  
**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2546684

**Сафронов  
Роман Александрович**

Опубликовал(а) на образовательном портале  
«Знанио» авторскую разработку

Открытый урок по физической культуре Тема:  
«Формирование правильной осанки путем удержания на  
голове небольшого груза. Комплекс корригирующих  
упражнений» 4 класс



Директор  
и главный редактор

Григорьева В.И.

21.04.2020



Проверка подлинности: <https://znanio.ru/p/МП-2546684>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:  
<https://znanio.ru/media/otkrytyj-urok-po-fizicheskoj-kulture-tema-formirovanie-pravilnoj-osanki-putem-uderzhaniya-na-golove-nebolshogo-gruza-kompleks-korrigiruyuschih-uprazhnenii-4-klass-2546684>



АВТОРСКОЕ  
**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2546687

**Сафронов  
Роман Александрович**

Опубликовал(а) на образовательном портале  
«Знанио» авторскую разработку

Олимпиада по Ф.К. Раздел -Гимнастика.



Директор  
и главный редактор

Григорьев В.И.

21.04.2020



Проверка подлинности: <https://znanio.ru/p/МП-2546687>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:  
<https://znanio.ru/media/olimpiada-po-fk-razdel-gimnastika-2546687>



АВТОРСКОЕ  
**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2861533

**Сафронов  
Роман Александрович**

ГКОУ КК школа-интернат село Воронцовка

Опубликовал(а) на образовательном портале  
«Знанио» авторскую разработку

Открытый урок: "Выполнение ходьбы в различном темпе и с чередованием с бегом." Подвижная игра: «Быстро по местам» 3 класс



Директор  
и главный редактор

Григорьев В.И.

02.05.2023



Проверка подлинности: <https://znaniyo.ru/p/МП-2861533>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:  
<https://znaniyo.ru/media/otkrytj-urok-vypolnenie-hodby-v-razlichnom-tempe-i-s-cheredovaniem-s-begom-podvizhnaya-igra-bystro-po-mestam-3-klaas-2861533>



АВТОРСКОЕ  
**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2861531

**Сафронов  
Роман Александрович**

ГКОУ КК школа-интернат село Воронцовка

Опубликовал(а) на образовательном портале  
«Знанио» авторскую разработку

**«Ходьба в полу приседе, с перешагиванием через 3-4  
препятствия. Игра «Салки»**



Директор  
и главный редактор

Григорьев В.И.

02.05.2023



Проверка подлинности: <https://znaniо.ru/p/МП-2861531>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:  
<https://znaniо.ru/media/hodba-v-polu-prisede-s-pereshagivaniem-cherez-3-4-prepyatstva-igra-salki-2861531>



АВТОРСКОЕ  
**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

О ПУБЛИКАЦИИ В СМИ

МП-2861532

**Сафронов  
Роман Александрович**

ГКОУ КК школа-интернат село Воронцовка

Опубликовал(а) на образовательном портале  
«Знанио» авторскую разработку

**«Ходьба по гимнастической скамейке парами,  
группами» 5 класс**



Директор  
и главный редактор

Григорьев В.И.

02.05.2023



Проверка подлинности: <https://znanio.ru/p/МП-2861532>

Публикация прошла редакционную экспертизу и была опубликована по адресу:  
<https://znanio.ru/media/hodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-parami-gruppami-5-klass-s-2861532>





Первый интеллектуальный центр дистанционных технологий  
«НОВОЕ ДОСТИЖЕНИЕ»

# ДИПЛОМ

## лауреата II степени

настоящий диплом подтверждает, что

**Роман Александрович Сафронов**

учитель физической культуры  
ГКОУ КК школа-интернат село Воронцовка  
Ейский район, село Воронцовка

является призером

Всероссийского дистанционного педагогического  
конкурса  
"Лучшая педагогическая разработка"

в номинации: "Конспекты занятий инструктора по физической  
культуре".

Название работы: "«Формирование правильной осанки путем  
удержания на голове небольшого груза. Комплекс  
корректирующих упражнений» 4 класс".

2019-2020 учебный год

Организатор мероприятий сайт "Новое Достижение"

<http://NEWGI.RU>

Председатель организационного  
комитета к. п. н.

Т. Б. Велекжанина



21.05.2020

г. Москва

ДИ-0 № 93051

# ДИПЛОМ II СТЕПЕНИ



Сафронов Роман Александрович

ГКОУ КК школа- интернат с.Вороноцовка

является участником IV Всероссийского конкурса профессионального мастерства  
**«Педагогическая статья»**

Конкурсная работа: Доклад «Применение корригирующих упражнений  
на уроках физической культуры»

Срок проведения конкурса: **20.04.2020- 23.05.2020**

Серия АЖ №200420 – 1 – 39

Официальный сайт конкурса: <http://pedagogirussia.ru>

Председатель жюри

Колчин Н.А.

Член жюри

Андрянова А.П.





ФОНД 21 ВЕКА

[Фонд Образовательной и Научной Деятельности 21 века]

ВСЕРОССИЙСКОЕ СЕТЕВОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И УЧАЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

# ДИПЛОМ

## II степени

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС  
«ИКТ-КОМПЕТЕНТНОСТЬ ПЕДАГОГА  
в современном образовании»

награждается

учитель физической культуры ГКОУ КК школы-интернат,  
с. Воронцовка, Ейский район

**Сафронов Роман Александрович**

### НАИМЕНОВАНИЕ РАБОТЫ:

Открытый урок по физической культуре в 3 классе:

«Бег на скорость до 30 м. Тестирование.

Подвижная игра: У медведя во бору»

Материал находится в открытом доступе по адресу:

<https://fond21veka.ru/publication/11/27/82239/>

Серия С №82239 25 июня 2019г.

Приказ № 35 Р от 29.07.2019 г.

**ПРЕДСЕДАТЕЛЬ КОНКУРСНОЙ КОМИССИИ**  
Ведущий эксперт СМИ-издания «ФОНД21ВЕКА»



Г.Г.Гильмиева

[www.fond21veka.ru](http://www.fond21veka.ru)

1 апреля / 29 июля 2019 г.

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231200879831

Регистрационный номер 897

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Сафронов Роман Александрович

с «17» сентября 2020 г. по «01» октября 2020 г.

прошел(а) повышение квалификации в Частном образовательном  
учреждении организации дополнительного профессионального образования  
(наименование образовательного учреждения (лицензия) дополнительного профессионального образования)

"Научно-методический центр современного образования"

по теме: Современные подходы к реализации ФГОС ОВЗ, ФГОС О у/о  
в условиях специальных (коррекционных) общеобразовательных  
учреждений (Особенности преподавания (адаптивной) физической  
культуры в условиях реализации ФГОС ОВЗ, ФГОС О у/о)

в объеме 108 часов

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
<i>Основы законодательства РФ в области образования с учётом требований ФГОС</i>	12 часов	Зачтено
<i>Специальная педагогика</i>	16 часов	Зачтено
<i>Специальная психология</i>	8 часов	Зачтено
<i>Информатизация образования (ИКТ)</i>	24 часа	Зачтено
<i>Клинико-психологические основы дефектологии</i>	48 часов	Зачтено
<i>Особенности преподавания (адаптивной) физической культуры в условиях реализации ФГОС ОВЗ, ФГОС О у/о</i>		

Итоговая работа на тему: Календарно-тематическое планирование 1-9 кл.

Разработка конспекта урока

М.П.

Директор

Методист

Т.А. Бороздина

С.А. Никитенко

Город Краснодар

Дата выдачи 01 октября 2020

Частное образовательное учреждение высшего образования

"ЮЖНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (ИУБиП)"

# ДИПЛОМ

О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

**612406200238**

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер

**3142 - Д**

Город

**Ростов-на-Дону**

Дата выдачи

**28.12.2017**

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Сафронов**

**Роман Александрович**

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)

Частное образовательное учреждение высшего образования  
"ЮЖНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (ИУБиП)"

Решением от

**28.12.2017 220/В**

диплом предоставляет право  
на ведение профессиональной деятельности в сфере

**«Лечебная физкультура и спортивная медицина»**



Председатель комиссии

Руководитель

Секретарь

*Handwritten signatures of the commission members, including the Chairman, Head, and Secretary.*

Частное образовательное учреждение высшего образования

"ЮЖНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (ИУБиП)"

# ДИПЛОМ

О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКЕ

**612408139328**

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер

**0705 - Д**

Город

**Ростов-на-Дону**

Дата выдачи

**07.08.2018**

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

**Сафронов**

**Роман Александрович**

прошел(а) профессиональную переподготовку в (на)

Частное образовательное учреждение высшего образования

"ЮЖНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (ИУБиП)"

Решением от

**7.08.2018 066/В**

диплом предоставляет право  
на ведение профессиональной деятельности в сфере

**«Педагогика дополнительного образования»**



Председатель комиссии

Руководитель

Секретарь

*Handwritten signatures of the commission members and secretary.*