МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

 «Нижегородский государственный педагогический университет

имени Козьмы Минина»

**ОТЧЕТ**

**СТУДЕНТА ПО**

 **НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ**

г. Н. Новгород

2019г.

ГЛАВА 3. Результаты исследований и их обсуждение

В исследовании принимало участие 15 детей с нарушением слуха в возрасте 7 – 9 лет. На первом этапе исследования было проведено исследование физического развития школьников, на втором этапе исследования со школьниками были проведены занятия физического воспитания в игровой форме, далее на третьем этапе было проведено повторное исследование физических качеств школьников.

Для тестирования физических качеств школьников использовались контрольные упражнения, предлагаемые детям в игровой или соревновательной форме (Н.А. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н. Бойнович).

1. непрерывный бег;
2. бег на 30 м; бег на 10 м;
3. метание набивного мяча;
4. прыжок в длину с места;
5. статическое равновесие.

Методика проведения контрольных упражнений:

Бег на дистанцию 10 метров (в качестве теста на ловкость). Разница во времени за которое ребенок пробегает дистанцию по прямой и с поворотом (5м+5м). Дается 2 попытки с перерывом для отдыха между ними. Проводить лучше в условиях соревнования.

Метание набивного мяча (в качестве скоростно-силового теста) - проводится способом из-за головы двумя руками. Ребенок совершает 2—3 броска; фиксируется лучший результат.

Прыжок в длину с места (в качестве скоростно-силового теста). Для проведения прыжков нужно создать необходимые условия, то есть положить мат и сделать вдоль него разметку. Для повышения активности и интереса детей целесообразно на определённом расстоянии (чуть дальше среднего результата детей группы) разместить три флажка и предложить ребёнку прыгнуть до самого дальнего из них. Замеряются результаты от носков ног в начале прыжка до пяток в конце прыжка. Прыжок выполняется три раза, фиксируется лучшая из попыток.

Статистическое равновесие. В течение 10 секунд ребенок должен устоять на одной ноге; другая нога согнута, приставлена стопой к колену и отведена под углом 90°. После 30 секунд отдыха ту же позицию предлагается повторить с опорой на противоположную ногу.

# 2.2. Организации исследования

Проанализируем показатели физических качеств испытуемых (табл.1):

Таблица 1

Сводный протокол школьников на первом этапе исследования

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № испытуемого | Бег на 10 м | Оценка | Метание набивного мяча | Оценка | Прыжок в длину с места | Оценка | Статическое равновесие | Оценка |
| 1 | 2.3 | 4 | 165 | 4 | 86 | 4 | 8.7 | 5 |
| 2 | 2.6 | 3 | 154 | 3 | 59 | 3 | 9.1 | 4 |
| 3 | 2.4 | 4 | 123 | 5 | 89 | 5 | 8.7 | 4 |
| 4 | 2.7 | 3 | 187 | 4 | 98 | 5 | 9.8 | 3 |
| 5 | 2.7 | 3 | 112 | 4 | 89 | 5 | 8.2 | 5 |
| 6 | 2.5 | 3 | 121 | 5 | 78 | 3 | 8.6 | 4 |
| 7 | 2.4 | 4 | 187 | 5 | 100 | 5 | 8.8 | 5 |
| 8 | 2.6 | 3 | 165 | 4 | 90 | 4 | 7.6 | 4 |
| 9 | 2.3 | 4 | 189 | 5 | 94 | 3 | 7.8 | 4 |
| 10 | 2.3 | 5 | 143 | 5 | 95 | 4 | 9.8 | 4 |
| 11 | 2.6 | 3 | 154 | 5 | 67 | 4 | 8.7 | 4 |
| 12 | 2.6 | 3 | 176 | 5 | 87 | 3 | 8.9 | 4 |
| 13 | 2.7 | 3 | 189 | 4 | 87 | 5 | 9.5 | 3 |
| 14 | 2.7 | 3 | 132 | 4 | 92 | 5 | 8.4 | 5 |
| 15 | 2.5 | 3 | 126 | 5 | 65 | 3 | 8.8 | 4 |

Соотнеся полученные результаты исследования с возрастными нормами, отметим, что у 60% испытуемых выносливость высока; при этом у 35% детей она развита достаточно хорошо; у 5% ее уровень развития можно назвать удовлетворительным.

По показателям быстроты среди школьников данной группы, можно отметить, что у 25% испытуемых результат, соответствует их возрастным нормам, данные 45% детей является достаточно хорошим и укладывается в границы нормы. Однако, у 30% испытуемых уровень развития быстроты является достаточно низким.

Рассмотрим такой показатель, как ловкость. По нашим данным 5% испытуемых имеют отличный результат по данному параметру; полученные данные 30% детей можно считать вполне соответствующим должной величине, однако ловкость 65% школьников данной группы можно считать развитой лишь на удовлетворительном уровне.

Анализируя результаты, показывающие силу плечевого пояса испытуемых группы 2, мы составили следующее соотношение: 50% испытуемых показали итог, существенно превышающий норму или находящийся на уровне ее верхней границы. У 30% детей показатель соответствует должной величине, у 20% школьников показатель силы плечевого пояса является очень низким.

Комплексные исследования выносливости, быстроты и ловкости на соответствие возрастным нормативам показали, что у 35% испытуемых рассматриваемые качества очень высоки. У 25% детей уровень комплексной реализации этих качеств вполне соответствует возрасту, а у 45% они развиты удовлетворительно.

При анализе результатов параметра гибкости испытуемых данной группы, нами выявлено, что у 15% детей эти параметры очень высоки. У 60% школьников - соответствуют возрастным нормативам, а 25% имеют удовлетворительный уровень гибкости (рис.1).



Рис.1. Уровень физических качеств школьников на первом этапе исследования

Обобщая результаты, полученные в данной группе, можно утверждать, что физические качества воспитанников развиты на среднем уровне. При этом особенно страдают ловкость, гибкость и комплексное проявление выносливости, быстроты и ловкости.

На втором этапе исследования с школьниками были проведены игровые занятия физического воспитания. Далее было проведено повторное исследование параметров физического развития школьников.

Таблица 2

Сводный протокол результатов исследования школьников на третьем этапе исследования

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № испытуемого | Бег на 10 м | Оценка | Метание набивного мяча | Оценка | Прыжок в длину с места | Оценка | Статическое равновесие | Оценка |
| 1 | 2.4 | 5 | 169 | 5 | 88 | 3 | 9.1 | 5 |
| 2 | 2.3 | 4 | 160 | 4 | 64 | 4 | 9.4 | 5 |
| 3 | 2.4 | 4 | 128 | 4 | 92 | 3 | 8.9 | 4 |
| 4 | 2.6 | 4 | 188 | 4 | 100 | 4 | 10.0 | 3 |
| 5 | 2.4 | 4 | 120 | 5 | 93 | 3 | 8.7 | 4 |
| 6 | 2.3 | 5 | 125 | 5 | 82 | 5 | 8.9 | 5 |
| 7 | 2.5 | 4 | 189 | 5 | 100 | 3 | 9.4 | 4 |
| 8 | 2.5 | 5 | 169 | 3 | 92 | 5 | 8.0 | 5 |
| 9 | 2.2 | 3 | 194 | 4 | 98 | 5 | 8.5 | 5 |
| 10 | 2.3 | 4 | 142 | 4 | 100 | 3 | 10.0 | 5 |
| 11 | 2.2 | 5 | 159 | 3 | 74 | 5 | 9.4 | 5 |
| 12 | 2.5 | 4 | 182 | 5 | 91 | 4 | 9.3 | 4 |
| 13 | 2.4 | 3 | 192 | 5 | 92 | 3 | 10.1 | 4 |
| 14 | 2.4 | 4 | 136 | 4 | 96 | 4 | 9.4 | 5 |
| 15 | 2.3 | 4 | 134 | 4 | 72 | 3 | 9.2 | 5 |

Согласно полученным результатам, мы можем говорить о том, что среди испытуемых 55% имеют уровень выносливости выше и равный соответствующей должной величине, 40% имеют уровень выносливости несколько ниже нормы для данного возраста, а у 5% испытуемых выносливость развита на уровне существенно ниже должного.

В свою очередь, при оценке параметров ловкости результаты были несколько иные, а именно: 40% испытуемых показали результат, превышающий либо соответствующий верхней границе нормы, 50% испытуемых продемонстрировали показатель ловкости соответствующий возрастной норме, а 10% испытуемых показали результат равный нижней границе нормы либо несколько ниже ее.

Рассмотрим результаты, показывающие силу плечевого пояса испытуемых данной группы: 45% испытуемых имеют силу плечевого пояса, которая выше нормы либо соответствует ее верхней границе, при этом у 30% испытуемых сила плечевого пояса в полнее соответствует должной величине для их возраста, а у 25% сила плечевого пояса ниже нормы либо едва доходит до ее границы.

Для оценки комплексного проявления быстроты, силы и ловкости попросили ребят данной группы выполнить прыжок в длину с места, в результате которого были получены следующие результаты: 40% испытуемых показали результат выше нормы или соответствующий ее верхней границе, 35% достаточно хорошо справились с заданием, а 25% испытуемых справились с заданием лишь на удовлетворительном уровне.

Для оценки гибкости испытуемых мы использовали такой параметр, как статическое равновесие, и получили следующие результаты: 55% отлично справились с данным нормативом, 45% показали результат, соответствующий должной величине; и только 5% испытуемых справились с заданием на удовлетворительном уровне (рис.2)



Рис.2. Уровень физических качеств школьников на третьем этапе исследования

Обобщая приведенные данные, можно говорить, что испытуемые, имеют хорошую физическую подготовку. Уровень развития их физических качеств вполне соответствует возрастной норме, а у некоторых детей даже несколько превышает ее.

Таблица 3

Сравнительный анализ уровня развития физических качеств у школьников на первом и третьем этапе исследования

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Параметры | 1 | 3 | Эмпирическое значение критерия | Уровень значимости |
| Выносливость | 26 | 25 | 1,3 | - |
| Быстрота | 8 | 9 | 2,5 | 0,05 |
| Ловкость | 2 | 3 | 3,6 | 0,01 |
| Сила  | 219 | 210 | 0,3 | - |
| Комплексное проявление выносливости, быстроты и ловкости | 104 | 103 | 1 | - |
| Гибкость | 9 | 11 | 3,5 | 0,01 |

Как следует из выше приведенных данных, между выборками обнаружены достоверные различия по следующим показателям.

Дети, после проведенных занятий физического развития имеют высокий уровень развития физических качеств. Т.е. у школьников, после проведенных занятий физического развития быстрота развита на более высоком уровне. Младшие школьники, после проведенных занятий физического развития являются более ловкими и гибкими, чем на первом этапе исследования.

Развивающая работа

Игровые методы в АФВ на основе наглядных игр

Программа по физической культуре для глухих и слабослышащих детей должна быть построена на основе общих принципов постановки физического воспитания в массовой школе с отступлениями и добавлениями, вытекающими из особенностей развития глухих и слабослышащих учащихся

Цель программы – максимально нивелировать дефект физического развития, сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, физическому совершенствованию, целостному развитию физических и психических качеств личности. Сформировать потребность в здоровом образе жизни и подготовить детей-инвалидов к полноценной жизни в обществе слышащих детей.

Физическое воспитание глухих и слабослышащих детей имеет особенности, связанные со слуховой недостаточностью и состоянием функциональных возможностей их организма.

У таких детей наблюдаются нарушения со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем (учащенный пульс, повышенное кровяное давление, неправильный режим дыхания и др.); со стороны физического и психического развития наблюдается: сутулость плечевая асимметрия, плоскостопие, диспластичность телосложения, ослабленность и дискоординация деятельности отдельных мышечных групп, повышенная утомляемость, нарушение моторики, неустойчивость эмоциональной сферы.

У глухих детей белее ярко выражены вышеперечисленные дефекты физического развития. Они в большей степени утомляемы, менее эмоциональны и общительны, менее пластичны. На уроках с глухими детьми больше времени затрачивается на слуховую работу, на объяснение нового материала, на развитие коммуникативных функций при помощи речи. Исходя из этого:

I уровень (глухие дети) - предполагает более щадящий режим физической нагрузки. Она более дозирована и менее интенсивна по сравнению со слабослышащими уч-ся. Больше времени отводятся на дыхательные упражнения и упражнения на восстановление после бега, прыжков, подвижных и спортивных игр и т. д. Работа над развитием слухового восприятия и формированием произношения на уроке занимает больше времени, чем у слабослышащих детей. Так же больше времени требует объяснения нового материала. На уроках, особенно на свежем воздухе, с глухими учащимися допустимо для увеличения темпа урока и большего взаимопонимания между учителем и учащимися использовать жестовую речь и таблички.

II уровень ( слабослышащие дети). По сравнению с первым уровнем физическая нагрузка более интенсивная, чем у глухих. Возрастает количество повторений выполняемого упражнения. Увеличивается темп и длина дистанции (легкая атлетика, лыжная подготовка), а так же. количество прыжков, выполняемых со скакалкой. Меньше времени затрачивается на объяснение заданий и упражнений, по сравнению с I уровнем, поэтому темп урока возрастает. Для слабослышащих недопустимо использование жестов, работая над развитием слухового восприятия и произношения.

Программа начальных классов должна быть составлена с учетом того, что показатели физического развития глухих и слабослышащих детей (рост, вес, окружность грудной клетки, жизненная емкость легких, сила мышц спины, живота, кистей рук и др.) ниже возрастной нормы слышащих сверстников.

Наиболее выражены у глухих детей младшего школьного возраста нарушение моторики: шаркающая походка, полусогнутые ноги, малая амплитуда движений рук. Сами движения не пластичны и не точны. Скорость двигательных реакций замедлена. Отстает двигательная память. В 70% случаев наблюдается нарушение деятельности вестибулярного аппарата. В дыхательной системе отмечается диспропорция в объеме и экскурсии грудной клетки, не умение координировать ритм дыхания с ритмом устной речи.

Реализация задач физического воспитания осуществляется на основе оздоровительной и коррекционно – воспитательной направленности каждого урока. Большое внимание на уроках физической культуры уделяется процессам воспитания. Предмет прививает учащимся активность, дисциплинированность, взаимопомощь, опрятный внешний вид, бережное отношение к оборудованию и инвентарю.

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и дифференцированной (вариативной). Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Дифференцированная (вариативная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных особенностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ, специализации учителей физической культуры. Выбор материала вариативной части данной программы обусловлен сложившимися традициями, учитывает интересы учащихся и условия проведения занятий.

Продуманная, хорошо организованная подвижная игра создает благоприятные условия для речевого общения детей, расширяет диапазон двигательных возможностей, обогащает словарный запас, развивает психические качества, приучает ребенка к осознанному поведению, стимулирует инициативу и самостоятельность, корректирует нарушения психомоторики.

1. «Три стихии. Земля. Вода. Воздух»

Цель: развитие внимания.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие размещаются по кругу, ведущий называет слово:

«Земля» — играющие принимают положение: руки в стороны;

«Воздух» — играющие выполняют круговые движения руками назад;

«Вода» — выполняются движения, имитирующие волны.

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто остается в кругу последним.

Методические указания. Интенсивность игры регулируется темпом произнесения ведущим слов-заданий.

Вариант 2.

Цель: развитие быстроты реакции, внимания и сообразительности.

Инструкция. Площадка делится на три зоны — «Вода», «Земля», «Воздух». Ведущий называет предмет (например, самолет), играющие бегут в зону, обозначающую «Воздух».

Слово «пароход» — играющие бегут в зону «Вода».

Слово «дерево» — играющие бегут в зону «Земля».

Игрок, нарушивший правила, выбывает из игры или получает штрафное очко. Выигрывает последний оставшийся участник (либо набравший меньше всего очков).

Методические указания. Нагрузка регулируется сменой способов передвижения: ходьба, бег, прыжки и др.

2. «Печатающая машинка»

Цель: развитие словарного запаса.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Игрокам или командам предлагается слово (например, «соревнование»), участники игры должны составить новые слова из букв данного слова. Побеждает тот, кто «напечатает» больше слов.

3. «Веревочка»

Цель: развитие воображения, фантазии, мелкой моторики, координационных способностей.

Количество игроков — 10—12.

Инвентарь: скакалка или веревочка не менее 1,5 метра в длину.

Инструкция. Каждому игроку ведущий раздает по веревке м дает команде задание — «нарисовать» определенную фигуру, например: лесенку, змейку, человечка, домик, кораблик, елочку и т.п. Выигрывает команда, наиболее точно изобразившая заданное.

Методические указания. Нагрузку можно увеличить, если проводить игру в виде эстафеты с передвижениями от места старта к месту «рисования».

4. «Догони меня»

Цель: развитие внимания, приобретение навыков ловли и передачи мяча, развитие умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков — 10—14.

Инвентарь: два баскетбольных мяча.

Инструкция. Играющие располагаются по кругу, причем игроки обеих команд чередуются. В игре используются два мяча. В исходном положении мячи располагаются на противоположных сторонах круга. По команде водящего игроки одновременно передают мячи вправо (или влево), стараясь, чтобы мяч одной из команд догнал мяч другой команды. Если команда догоняет другую, победительнице присуждают очко.

Методические указания:

- Игра повторяется несколько раз.

- Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

5. «Поймай мяч»

Цель: развитие внимания, памяти, приобретение навыков в бросках и ловле мяча.

Количество играющих может быть любым.

Инвентарь: один мяч среднего размера.

Инструкция. Играющие располагаются по кругу. Водящий находится в центре. Подбрасывая вверх мяч, он называет имя игрока. Названный игрок должен поймать мяч. Если он поймал его, то возвращается на свое место, если же не поймал, то меняется местом с водящим. Побеждает тот, кто меньше всех был водящим.

Методические указания:

- От количества участников, стоящих в кругу, зависит темп игры.

- Если играющие не знакомы, то до начала игры их нужно представить друг другу: каждый по очереди называет свое имя, а вся группа хором его повторяет.

- Играющие могут свободно передвигаться по кругу.

6. «Цветные палочки»

Цель: развитие ловкости и ориентировки по цвету, навыков коллективных действий, фантазии и воображения.

Количество игроков произвольное.

Инвентарь: палочки — фломастеры с разнообразной гаммой цветов без стержней.

Инструкция. Играющие стоят лицом друг к другу на расстоянии 3 метров. Перед ними на площадке разбросано большое количество палочек. По команде водящего дети собирают палочки синего (зеленого, красного и др. цвета) и снова выстраиваются в шеренгу.

Побеждает та шеренга, у которой больше собрано палочек и нет ошибок в выборе заданного цвета.

Методические указания. Палочки разбросаны на большой площади, играющие предупреждаются о технике безопасности.

Варианты:

1. Собираются палочки независимо от цвета. Играющие должны сказать, палочек какого цвета у них больше (меньше).

2. Каждый играющий «рисует» из палочек заданную фигуру (елочку, лодку, домик и др.) либо придуманную им фигуру. Оценивается: кто красивее «нарисует» фигуру.

3. Командное исполнение самостоятельно придуманного «рисунка» из палочек. Оценивается красота «рисунка» и коммуникативность в команде при выполнении задания