

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра медико-биологических основ физической культуры
и безопасности жизнедеятельности

СУЛЕКОВА ДАРЬЯ ЮРЬЕВНА

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ У ДЕТЕЙ С
ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ НА УРОКЕ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДСТВАМИ РИТМИКИ**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль)
образовательной программы Педагогическое образование в сфере физической
культуры и спорта

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой
к.м.н., доцент Казакова Г.Н.

06.12.24

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

04.12.2024

(дата, подпись)

Научный руководитель
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

04.12.2024

(дата, подпись)

Обучающийся Сулекова Д.Ю.
(фамилия, инициалы)

03.12.24

(дата, подпись)

Красноярск 2024

Реферат

Диссертация состоит из введения, 3-х глав, заключения, списка используемой литературы и приложения. Представлено 59 страниц основного текста, список литературных источников включает 50 названий. В работе 1 таблица, 12 рисунков.

Объект исследования: процесс развития пространственно-временной ориентации обучающихся 3-х классов с задержкой психического развития.

Предмет исследования: средства и методы использования средств ритмики

Цель исследования: повысить уровень пространственно-временной ориентации обучающихся с задержкой психического развития.

Методы исследований:

1. Анализ литературных источников.
2. Педагогический эксперимент.
3. Контрольное тестирование.

Научная новизна: впервые в образовательный процесс обучающихся начальной школы с ЗПР МАОУ «СШ 115» города Красноярск были внедрены средства ритмической гимнастики для повышения уровня пространственно-временной ориентации.

Практическая значимость – предложенные средства ритмической гимнастики эффективны и могут быть использованы в образовательном процессе детей с задержкой психического развития.

Report

The dissertation consists of an introduction, 3 chapters, a conclusion, a list of used literature and an appendix. There are 59 pages of the main text, the list of literary sources includes 50 titles. There is 1 table, 12 figures in the work.

The object of research: the process of development of spatial and temporal orientation of 3rd grade students with mental retardation.

Subject of research: means and methods of using rhythmic means

The purpose of the study is to increase the level of spatial and temporal orientation of students with mental retardation.

Research methods:

1. Analysis of literary sources.
2. Pedagogical experiment.
3. Control testing.

Scientific novelty: for the first time, rhythmic gymnastics tools were introduced into the educational process of primary school students from the MAOU "SH 115" in Krasnoyarsk to increase the level of spatial and temporal orientation.

Practical significance – the proposed means of rhythmic gymnastics are effective and can be used in the educational process of children with mental retardation.

Оглавление

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ У ДЕТЕЙ.....	6
1.1 Понятие пространственно-временной ориентации и ее характеристика.....	6
1.2 Средства и методы развития пространственно-временной ориентации в начальной школе.....	13
1.3 Возрастные особенности обучающихся.....	19
1.4 Педагогические условия развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития на уроке физкультуры средствами ритмики.....	25
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	34
2.1 Организация исследования.....	34
2.2 Методы исследования.....	35
ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ 3-Х КЛАССОВ ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ.	38
3.1 Разработка средств развития пространственно-временной ориентации у обучающихся 3-х классов	38
Заключение.....	53
Список литературы.....	54

Введение

Актуальность исследования. Проблема воспитания и обучения обучающихся с отклонениями в развитии является одной из наиболее важных и актуальных проблем современной педагогики. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей научного центра здоровья РАМН за последние 7 лет количество здоровых обучающихся уменьшилось в 5 раз и составляет около 10% от общей численности детей данного возраста. Число детей с отклонениями в развитии в России составило 36% от всего детского населения страны. Из них количество детей, посещающих учебные заведения компенсирующего вида, увеличилось в два раза (со 152 тысяч детей до 385, 5 тысяч детей).

Согласно формулировке Н.В. Бабкиной, задержка психического развития (ЗПР) – синдром временного отставания развития психики, в целом, или отдельных ее функций, замедление темпа реализации потенциальных возможностей организма; часто обнаруживается при поступлении в школу и выражается в недостаточности общего запаса знаний, ограниченности представлений, незрелости мышления, малой интеллектуальной целенаправленностью, преобладании игровых интересов, быстрой пересыщаемости в интеллектуальной деятельности.

Физическая культура в школе рассматривается, как учебная дисциплина и важнейший компонент целостного развития личности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Как пишет М.В. Антропова: «В условиях стремительного потока новой информации и переоценки старых сведений, объём изучаемого учебного материала, и напряжённость умственного труда возрастают изо дня в день. Все это приводит к снижению двигательной активности учащихся».

Многими учёными доказано, что при задержке психического развития

нарушаются физические качества у детей. Больше всего они проявляются в координационных способностях при ориентировке в пространстве, равновесии и согласованности движений. В связи с этим, происходит отклонение психофизиологических способностей, с помощью которых, нарушаются сенсомоторные и психомоторные реакции. Данные отклонения проявляются в рассеянном внимании, быстрой утомляемости и поведении детей при обучении в школе.

Развитие пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития является важной задачей, особенно в образовательных учреждениях, где необходимо обеспечивать всем детям равные возможности. В этой связи уроки физкультуры, проводимые с использованием средств ритмики, предлагают уникальную возможность содействовать этому развитию. Средства ритмики содержат в себе потенциал, способный улучшить когнитивные и психомоторные навыки, предоставляя особенные подходы к обучению. На уроках физкультуры дети могут взаимодействовать с окружающим миром в динамичной и структурированной среде, где каждое движение и каждое действие связаны с определённым ритмом. Такая форма обучения не только улучшает физическую активность, но и развивает способность детей ориентироваться в пространстве и времени. Педагогическое воздействие в этом контексте должно опираться на отлично разработанные программы, которые учитывают индивидуальные особенности каждого ребёнка.

Объект исследования: процесс развития пространственно-временной ориентации обучающихся 3-х классов с задержкой психического развития.

Предмет исследования: средства и методы использования средств ритмики

Цель исследования: повысить уровень пространственно-временной ориентации обучающихся с задержкой психического развития.

Для достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

1. Провести анализ литературы и практики по обозначенной проблеме;
2. Разработать средства и методы развития пространственно-временной ориентации у обучающихся начальной школы с ЗПР средствами ритмики.
3. Оценить эффективность средств и методов развития пространственно-временной ориентации у обучающихся посредством ритмической гимнастики.

Гипотеза: мы предположили, что внедрение в образовательный процесс средствами ритмики. позволит повысить уровень пространственно-временной ориентации у обучающихся с задержкой психического развития.

Научная новизна: впервые в образовательный процесс обучающихся начальной школы с ЗПР МАОУ «СШ 115» города Красноярска были внедрены средства ритмической гимнастики для повышения уровня пространственно-временной ориентации.

Практическая значимость – предложенные средства ритмической гимнастики эффективны и могут быть использованы в образовательном процессе детей с задержкой психического развития.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ У ДЕТЕЙ

1.1 Понятие пространственно-временной ориентации и ее характеристика

Задачей данного параграфа является изучение и анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования и определение содержания понятия «пространственная ориентация»

Умения ориентироваться в пространстве и времени считаются базовыми для человека. Для того чтобы ребенок успешно социализировался в обществе, необходимо, чтобы он овладел этими умениями и усвоил пространственно-временные категории. Важно подчеркнуть, что основы пространственно-временной ориентировки закладываются уже в дошкольном возрасте, хотя улучшение этих навыков происходит на протяжении всей жизни под воздействием накопленного опыта. Чем эффективнее ребенок усвоит пространственные и временные категории в детском возрасте, тем легче ему будет в школе и в дальнейшей жизни.

В дошкольной практике объединение формирования математических представлений о числах, множествах, счете, геометрических фигурах, величинах и способах измерения через чувственный опыт связано с созданием пространственных и временных представлений. Для начала рассмотрим анализ психолого-педагогического контекста понятия «пространственные представления».

Н.Е. Веракса отмечает, что: «представления о пространстве имеют большую роль во взаимодействии человека и окружающей среды, являются необходимым условием ориентировки человека в ней» [11, с. 25]. На рисунке 1.1. представим определения пространственных представлений, сформулированные такими отечественными учеными, как Б. Г. Ананьев [1], О. В. Бурачевская [9], А. Р. Лурия [23].

О.В. Бурачевская	<ul style="list-style-type: none"> • представления о пространственных свойствах и отношениях – величине, форме, удаленности, рельефе объектов, их взаиморасположении и перемещении относительно друг друга
А.Р. Лурия	<ul style="list-style-type: none"> • деятельность, включающую в себя определение формы, величины, местоположения и перемещения предметов относительно друг друга и собственного тела, относительно окружающих предметов
Б.Г. Ананьев	<ul style="list-style-type: none"> • «сложная интермодальная ассоциация, образуемая из взаимодействия различных анализаторов внешней и внутренней среды человека». • несформированность данных умений – одна из причин, вызывающих у дошкольников трудности в овладении школьными навыками

Рис. 1.1. Понятие «пространственные представления» в трудах отечественных авторов

Б.Г. Ананьев выделили несколько компонентов, которые входят в пространственную ориентировку [1]. Мы отметили их на рисунке 1.2.



Рис. 1.2. Компоненты пространственной ориентировки по Б. Г. Ананьеву

Важная роль двигательных и зрительных ощущений была выделена в исследованиях И.М. Сеченова [26]. Развитие подвижности у ребенка начинается с рождения, причем зрение играет ключевую роль в этом процессе. Накопленный опыт обзора важен для понимания пространства и различения объектов в нем. З.М. Дунаева в своих работах определяет пространственные представления как понимание пространственно-временных отношений и свойств объектов, таких как расположение, форма и размер. Психолог утверждает, что развитие пространственных представлений является основой для занятий спортом, творчеством и практической деятельностью [17].

В понятие пространственной ориентации входит оценка расстояний, размеров, формы, взаимного положения предметов и их положения относительно ориентирующегося. Пространственная ориентировка осуществляется на основе непосредственного восприятия пространства и словесного обозначения пространственных категорий (местоположения, удаленности, пространственных отношений между предметами).

В более узком значении выражение «пространственная ориентировка» имеет в виду ориентировку на местности:

- «– определение «точки стояния» («Я нахожусь справа от дома»);
- определение местонахождения объектов относительно ориентирующегося («Шкаф находится слева от меня»);
- определение расположения предметов относительно друг друга («Мяч лежит под столом») [2, с. 100].

Пространственные представления были изучены в работах Т.Д. Рихтермана, который представил свою собственную дефиницию этого понятия. В соответствии с его теорией, пространственные представления означают способность человека точно представлять окружающее пространство и свое местоположение относительно объектов в данный момент времени. Великий психологический словарь определяет

пространственные представления как представления об основных пространственных и временных характеристиках и взаимосвязях между ними – размере, форме, относительном расположении объектов, их движении вперед и вращении [24].

В трудах Н. Я. Семаго отмечается, что пространственные представления делятся на четыре категории: координатные, метрические, структурно-типологические и проекционные. Они представляют собой психические конструкции, которые отражают разнообразные аспекты объекта [25].



Рис. 1.3. Группы пространственных представлений по Н. Я. Семаго

Под временной ориентацией понимается доминирующая направленность личности на объекты (события) прошлого, настоящего или будущего (Ж. Ньютен). Восприятие прошлого и настоящего влияют на планирование будущего, а отношение к будущему, в свою очередь, влияет на поведение человека в настоящем, на то, как он воспринимает и осмысливает те или иные происходящие с ним события.

В психологическом словаре Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко утверждается, что восприятие времени представляет собой отражение скорости, последовательности и объективной длительности событий реальности. Ритмическая смена возбуждения и торможения в больших полушариях мозга лежит в основе восприятия времени. Субъективное восприятие длительных временных периодов в значительной мере зависит от характера переживаний, которыми они были наполнены, а также от эмоционального состояния субъекта [6].

Психологический словарь подробно описывает ключевые характеристики времени, отмечая, что его восприятие субъективно и зависит от вида деятельности. Эмоциональный аспект человека играет важную роль в восприятии времени, согласно авторам. По мнению Е.И. Щербаковой, представления о времени отражают внешние явления, выражаясь либо чувственными, либо логическими формами. Развитие восприятия времени у человека зависит от жизненного опыта и не является чем-то заданным. Оно формируется в процессе любого ритма [28].

Е.Н. Лебедеенко утверждает, что время как объективная реальность имеет свою специфику: «оно нематериально, не осязаемо (т.е. не имеет наглядной основы), обладает свойствами текучести, непрерывности и необратимости, оно также характеризуется периодичностью и длительностью» [20, с. 25]. Д.Б. Эльконин под временными представлениями понимал процесс отражения в мозге объективной длительности, скорости, последовательности явлений действительности [30].

Адекватность отражения временных промежутков и соотнесение их с деятельностью, что предполагает способность организовывать свою деятельность во времени, является недостаточно сформированным элементом временных представлений у младших школьников, согласно методическому пособию Д.С. Рыжиковой. Понимание словесных

категорий, использующихся для обозначения времени, от более простых слов: «вчера», «сегодня», «завтра» до более сложных: «настоящее», «прошедшее», «будущее», также играет важную роль в развитии временных представлений и является важнейшей предпосылкой становления всех видов детской деятельности в школьном компоненте.

В процессе онтогенеза, постепенно и порознь, формируются представления человека, что является ключевым фактором для развития индивидуальности у детей. Сложные когнитивные структуры, включающие ориентацию в пространстве и времени, играют важную роль в этом процессе. Эти структуры включают не только базовые навыки восприятия, но и более сложные функции мозга, включая внимание, память, мышление и язык. У людей с интеллектуальными нарушениями возникают трудности в указанных областях, что приводит к особым особенностям в формировании пространственно-временных представлений.

Изменения в интеллектуальном развитии могут вызывать смещения, которые затрагивают формирование базового понимания дальности и близости, верха и низа, права и лева в пространстве. Например, задержки или другие изменения в процессе формирования этих представлений могут влиять на общее восприятие пространства [2].

Ученые, такие как Л.С. Выготский и Ж.Ж. Пиаже, оказали существенное воздействие на это направление исследований. Л.С. Выготский: «подчеркивал важность социокультурного взаимодействия и культурного контекста в развитии индивида, что оказало влияние на понимание образования и развития у детей и взрослых с интеллектуальными нарушениями» [12, с. 45]. Ж. Пиаже, сосредоточиваясь на стадиях когнитивного развития, исследовал, каким образом люди воспринимают и анализируют информацию на различных этапах своего психического развития [29].

Исследования в области нейропсихологии и специального образования привели к дальнейшему развитию концепций, обогащая их. Важный вклад в понимание функций различных областей мозга и нарушения этих процессов у людей с ограничениями внесли исследования, особенно работы А. Лурия [23]. Становление нейропсихологии как научной дисциплины дало новые инструменты для понимания формирования пространственно-временных представлений. В области коррекционной педагогики и специального образования также значительный вклад внес работы В.В. Давыдова [15].

Важно подчеркнуть, что В.В. Давыдов сфокусировался на исследованиях, связанных с формированием образовательных программ для детей с нарушениями развития, направленных на развитие мышления и когнитивных способностей. Его уделяли большое внимание развивающему обучению, которое отличается активным участием детей в учебном процессе и стимулированием их способностей к самостоятельному мышлению и решению задач [15].

Таким образом, анализ психолого-педагогической литературы показал, что на сегодняшний день существует несколько подходов к определению основных категорий исследования. В своей работе мы будем опираться на определение пространственных представлений А.Р. Лурии, определяющего их как деятельность, включающую в себя определение формы, величины, местоположения и перемещения предметов относительно друг друга, собственного тела и окружающих предметов. Ведущим определением временных представлений стало определение Т.А. Мусейбовой: представления о последовательности смены явлений и состоянии материи, куда относится смена времени суток, времен года и других, циклично повторяющихся явлений этого мира.

1.2. Средства и методы развития пространственно-временной ориентации на уроках физической культуры в начальной школе

Средствами физической культуры являются физические упражнения, естественно-средовые силы природы и гигиенические факторы.

Программный материал по физической культуре включает следующие разделы: ритмика и ритмическая гимнастика, гимнастика, легкая атлетика, коньковая подготовка, спортивные и подвижные игры. Каждый из этих разделов включает многочисленные физические упражнения, позволяющие воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы, вегетативные системы, корректировать недостатки физического развития, психики и поведения.

Одни и те же упражнения могут использовать на уроках физического воспитания и лечебной физической культуры, на рекреационных и спортивных занятиях. В соответствии с педагогическими задачами их можно объединить в следующие группы:

1. Упражнения, связанные с перемещением тела в пространстве: ходьба, прыжки, ползание, передвижение на коньках.
2. Общеразвивающие упражнения:
 - а) без предметов;
 - б) с предметами (флажками, лентами, гимнастическими палками, обручами, малыми и большими мячами и др.);
 - в) на снарядах (гимнастической стенке, гимнастической скамейке, лестнице, тренажерах).
3. Упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости.
4. Упражнения на развитие координационных способностей согласованности движений рук, ног, головы, туловища; согласованности движений с дыханием, ориентировке в пространстве, равновесия,

дифференцировке усилий, времени и пространства, ритмичности движений, расслабления.

5. Упражнения на коррекцию осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног.

6. Упражнения на развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук.

7. Художественно-музыкальные упражнения: ритмика, танец, элементы хореографии и ритмопластики.

8. Упражнения с речитативами, стихами, загадками, счетом и т.п., активизирующие познавательную деятельность.

9. Упражнения, направленные на развитие и коррекцию восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других психических процессов.

10. Упражнения прикладного характера, направленные на освоение ремесла, трудовой деятельности.

Методы и методические приемы, используемые в процессе развития пространственно-временной ориентации. Метод отражает способ взаимодействия педагога и ученика, где полем деятельности являются знания, развитие двигательных, психофизических, личностных способностей ученика, его эмоции, воля, поведение, при этом сам он выступает одновременно объектом и субъектом педагогической деятельности.

Воспитание и обучение детей с интеллектуальной недостаточностью при всем многообразии подходов, обусловленных своеобразием их физической и психической сферы, имеет ряд общих методов, совокупность которых характеризует любой вид физкультурной деятельности. К ним относятся:

- методы формирования знаний;
- методы обучения двигательным действиям;
- методы развития физических способностей;

- методы воспитания личности;
- методы организации взаимодействия педагога и занимающихся;
- методы регулирования психического состояния детей.

В основе их лежат закономерности обучения, возрастного развития, дидактические и специально-методические принципы, коррекционная направленность направленность педагогического процесса.

Методы формирования знаний

Формирование двигательных действий содержит две стороны: смысловую и процессуальную (двигательную). Смысловая сторона требует мышления, памяти, воображения и регулируется сознанием. Это наиболее сложная задача для детей с умственной отсталостью, так как нарушение познавательной деятельности и психических процессов, связанных с нею, и составляют основной дефект. Освоение любых движений возможно лишь в том случае, если ребенок ощущает свое тело, понимая назначение и возможности его частей, так как от этого понимания зависит формирование пространственного восприятия, дифференцировка движений и т.п. Дети с умственной отсталостью нередко с трудом осваивают представления о схеме собственного тела и, следовательно, об основных направлениях движения и пространственной ориентации.

Формирование этих представлений должно осуществляться в следующих направлениях.

1) Закрепление знаний о строении тела и его частях:

- Голова-лицо, затылок, лоб, подбородок, шея;
- Туловище-спина, грудь, живот, бок;
- Руки-плечо, локоть, кисть, пальцы;
- Ноги-бедро, колено, стопа, пятка, носок, пальцы.

2) Знания о пространственной ориентации в спортивном зале, на стадионе, дома: вход, стены, потолок, углы, дорожка, середина, центр,

стартовая линия и др.

3) Названия спортивного инвентаря и оборудования: мячи, кегли, обручи, канат, гимнастическая скамейка, скакалка, гимнастическая стенка, перекладина, маты и др.

4) Знания об исходных положениях: стоя(основная стойка, ноги на ширине плеч), лежа(на спине, на животе, на боку), сидя(на полу, на скамейке), положения рук, туловища и ног относительно собственного тела.

5) Знания понятий, обозначающих элементарные виды движений и умение выполнять их по словесной инструкции: поднять(ся)- опуститься(ся); согнуть(ся)-разогнуть(ся); наклонить(ся)-выпрямить(ся); повернуть(ся), сесть(сидеть), встать(стоять), идти, бежать, перелезть, ползать, бросать(бросить, подбросить, перебросить, катить), поднять, ловить, поймать.

6) Знание пространственных ориентиров:

- Направленна-движений тела и его частей: вперед-назад, вправо-влево, вниз-вверх;
- Построения: в колонну, шеренгу, в круг, в пары;
- Представления о движениях, означающих месторасположение(с предлогами перед, за, через, с, на, между, около, под): встать перед гимнастической скамейкой, построиться за гимнастической скамейкой и т.д.

7) Знание подвижных игр: названия, правил, понимания сюжета и ролевых функций, последовательности действий, считалок, речитативов, если они есть в игре.

8) Знания о гигиенических требованиях к спортивной форме, одежде, обуви для занятий в зале, на открытых площадках, в бассейне, лыжных прогулках.

В работе с умственно отсталыми детьми для формирования знаний используются методы слова, наглядной информации и методы

практических упражнений.

Практика показывает, что использование словесных методов в процессе физического воспитания умственно отсталых школьников оставляет слабые следы. Необходимо их сочетание с практической деятельностью. Формирование знаний и обучение движениям происходит быстрее, если информация поступает одновременно с рецепторов зрительного, слухового, двигательного анализаторов. Двигательный образ становится ярче и быстрее запоминается [10]. Поэтому методы и приемы должны активизировать все функции, участвующие в двигательной деятельности:

- Одновременное сочетание показа физических упражнений, словесного объяснения и выполнения;
- Рисование фигуры или использование плакатов человека для понимания структуры тела, функций суставов и основных мышечных групп;
- Рассказ-описание двигательного действия по картинке с последующей демонстрацией и выполнением его;
- Письменное описание одного упражнения только по словесной инструкции, только по показу.

Определенные требования предъявляются к непосредственному показу упражнений, он должен быть четким, грамотным и методически правильно организованным:

-упражнения, выполняемые во фронтальной плоскости, необходимо показывать, встав лицом к учащимся;

-упражнения, выполняемые в сагиттальной плоскости, необходимо демонстрировать, стоя боком;

-упражнения, выполняемые и во фронтальной, и в сагиттальной плоскости, целесообразно показывать дважды, стоя, боком, или полубоком;

-зеркальный показ необходим в тех случаях, когда упражнение

содержит асимметричные движения;

-упражнения, выполняемые сидя или лежа, лучше показывать на возвышении, максимально концентрируя на себе внимание

Таким образом, методы слова и наглядности, сопровождающие движение, позволяют умственно отсталым детям оперировать образным материалом воспринимаемых объектов, воссоздавать достаточно большой объем представлений, закреплять полученные знания. Формирование наглядно-действенного и наглядно-образного мышления у данной категории детей составляет основу обучения двигательным действиям.

Методы развития пространственно-временной ориентации.

Координационные способности представляют совокупность множества двигательных координации, обеспечивающих продуктивную деятельность, т.е. умение целесообразно строить движение, управлять им и в случае необходимости быстро его перестраивать.

Для коррекции развития используются следующие методические приемы:

-элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменении исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);

-симметричные и асимметричные движения;

-релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;

-упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

-упражнения на раздражение вестибулярного аппарата(повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной, подвижной, наклонной опоре);

-упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование предметных ориентиров,

указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

-упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

-воспроизведение заданного ритма движений(под музыку, голос, хлопки, звуковые , световые сигналы);

-пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений;

-упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика, неспецифические упражнения конструирование, работа с глиной, песком, оригами, макроне и др.);

-парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

- подвижные игры по развитию пространственно-временной ориентации

1.3 Возрастные особенности обучающихся

В.М. Гелецкий утверждает, что младший школьный возраст (детский) охватывает детей с 6–7 до 11 лет. В данном возрасте происходит завершение анатомо-физиологического созревания систем, обеспечивающих двигательную активность ребенка. Однако в начале периода эти системы еще далеки от созревания, сам процесс развития моторики еще далек от завершения, хотя и протекает в этом возрасте высокой степенью интенсивности. Младший школьный возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса.

В возрасте 9–10 лет происходит также бурное развитие биодинамики движений ребенка, и прежде всего их координационного компонента. Таким образом, возрастной интервал 9-10 лет наиболее благоприятен для развития практически всех двигательных и координационных способностей, реализуемых в двигательной активности человека [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**].

По мнению З.А. Арскиева, чаще всего в рамках учебно-тренировочной работы в общеобразовательных учреждениях, либо при групповых формах работы, учителям и тренерам по физической культуре удобней использовать метод так называемой «групповой индивидуализации». Если говорить о показателях развития выносливости у детей, то эту группу критериев следует разделить на 3 отдельных подгруппы: сильный показатель, средний показатель и слабый показатель уровня выносливости. После этого необходимо говорить о том, что учителя физической культуры во время занятий должны осуществлять дозировку упражнений в зависимости от принципа доступности упражнения для каждого конкретного ребенка. Принцип доступности в процессе проведения занятий по физической культуре необходимо использовать в соответствии с направленностью занятия. [1]

Развитие процессов памяти могут быть очень значительно улучшены посредством упражнений, потому что для каждого нового факта у ребенка уже будут в запасе всевозможные аналогии и ассоциации, с помощью которых он будет в состоянии его припомнить. Если же воспоминания младшего школьника обусловлены ассоциациями, а последние (как полагают сторонники физиологической психологии) зависят от организованных мозговых путей, тогда понятно, почему близость во времени и повторение имеют такое большое значение. Те пути, которыми мысль шла часто или недавно, легче всего доступны, и можно ожидать, что

они, скорее всего, приведут к требуемым результатам. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

Младший школьный возраст содержит в себе, как отмечает Я.М. Коц, большой потенциал для умственного развития детей. За первые три-четыре года обучения в школе довольно заметным бывает прогресс умственного развития детей. От доминирования наглядно-действенного и элементарно образного мышления, от допонятийного уровня развития и бедного логикой размышления школьник поднимается до словесно-логического мышления на уровне конкретных понятий. Начало этого возраста связано с доминированием до операционального мышления, а конец – с преобладанием операционального мышления в понятиях. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

Комплексное развитие детского мышления в младшем школьном возрасте идет в нескольких направлениях: усвоение и активное использование речи, соединение влияния друг на друга всех видов мышления: наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического; выделение, обособление и относительно независимое развитие в интеллектуальном процессе двух фаз: подготовительной и исполнительной.

Н.Н. Данилова считает, что в младшем школьном возрасте на первый план выступают готовность и способность запоминать, вбирать. Имеются для этого поистине необыкновенные данные. Дело тут не только в свойствах памяти. Для учеников младших классов велик авторитет учителя, и очень заметен у них настрой на то, чтобы исполнять его указания, делать именно так, как надо. Такая доверчивая исполнительность во многом благоприятствует усвоению. При этом неизбежная подражательность в начальном учении опирается на интуицию ребенка и его своеобразную инициативу. В те же годы дети нередко обнаруживают склонность поговорить: рассказать обо всем, что видели и слышали в школе, на

прогулке, по телевизору, прочли в книжке, в журнале. Потребность поделиться, снова оживить в сознании то, что было с ними недавно, может свидетельствовать о силе впечатлений; дети как бы стремятся с ними освоиться. Все это – неповторимые внутренние условия приобщения к учению. В младшем школьном возрасте острота восприятия, наличие необходимых предпосылок словесного мышления, направленность умственной активности на то, чтобы повторить, внутренне принять, создают благоприятнейшие условия для обогащения и развития психики. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

В исследованиях О.В. Куренковой показано, что функциональное межполушарное различие формируется главным образом в процессе обучения и зависит как от особенностей индивида, так и от метода преподавания. К окончанию третьего класса у детей наблюдался сдвиг в сторону активации левого полушария по сравнению с их показателями в первом классе, так как в обычной школе обучение основано на логико-вербальном способе. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

Формируясь в процессе учебной деятельности как необходимые средства ее выполнения, анализ, рефлексия и планирование становятся особыми мыслительными действиями, которые обеспечивают младшему школьнику более опосредованное отражение окружающей действительности. Мышление имеет три основные формы: наглядно-действенную, наглядно-образную и словесно-дискурсивную. По сравнению с дошкольниками у младших школьников благодаря формированию анализа изменяется содержание мышления – ребенок может теперь выделять в предметах и явлениях существенные связи и отношения **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**.

Младший школьный возраст – наиболее ответственный период в формировании двигательных координации ребенка. В этом возрасте закладываются основы культуры движений, успешно осваиваются новые,

ранее не известные упражнения и действия, физкультурные знания. В младшем школьном возрасте необходимо воспитывать у ребенка интерес к расширению диапазона физических способностей посредством овладения основами техники спортивных упражнений, приемов и действий. Развитие двигательных координации – главная направленность физической подготовки детей младшего школьного возраста. К концу периода целесообразно ориентировать ребенка на занятия тем видом спорта или физической активности, который в наибольшей мере соответствует его способностям и интересам и может быть реализован в конкретных условиях жизни данного ребенка. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.;Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

Для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности. Под двигательной активностью понимают суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни. При свободном режиме в летнее время за сутки дети 7 – 10 лет совершают от 12 до 16 тыс. движений. Естественная суточная активность девочек на 16 – 30% ниже, чем мальчиков. Девочки меньшей мере проявляют двигательную активность самостоятельно и нуждаются в большей доле организованных форм физического воспитания. **[Ошибка! Источник ссылки не найден.]**

Таблица 1 - Темпы прироста различных физических способностей у детей младшего школьного возраста (%)

Двигательные способности	Среднегодовой прирост		Общий прирост	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
Скоростные	5,7	6,0	17,2	18,0
Силовые	12,7	8,7	38,0	26,0
Общая выносливость	7,9	5,5	31,6	22,1
Скоростная выносливость	3,4	3,6	13,4	14,4
Силовая выносливость	10,4	7,4	11,7	29,7

Формирование тела младших подростков влияет на все основные системы организма, особенно на психическую, сосудистую и дыхательную системы. В данном возрасте у детей улучшается гармония дыхания, происходят некоторые изменения в системе кровообращения, как будто это является предпосылкой повышенной потребности в кислороде у младших подростков и учащенного сердцебиения.

Для школьников естественно иметь адекватную потребность в высшей двигательной энергии. Учитывая это, у девочек такая потребность быть на более низком уровне, чем у мальчиков. Девочки на самой низкой ступени проявляют двигательную энергию без посторонней помощи. Поэтому рекомендуется привлекать их к участию в организационных формах физиологической тренировки.

В целом младший школьный возраст благоприятен для развития работоспособности организма - высокой скорости и координации, а также способности постоянно выполнять циклическую деятельность в режимах средней и высокой интенсивности. В заданном возрасте у детей начинают организовываться интересы и предрасположенность к определенным формам физиологической энергии, выявляются особенности личностных двигательных проявлений, склонность к тому или иному виду спорта.

В содержание физкультурных уроков рекомендуется широко включать подвижные игры, элементы различных спортивных игр и других доступных им физических упражнений. Естественно, доминирующим методом должен быть игровой метод, поддерживающий интерес детей к двигательной деятельности и помогающий им непринужденно выполнять задания преподавателя. Одновременно следует учитывать, что проведение с детьми данного возраста однообразных и монотонных уроков с большими физическими и психологическими нагрузками недопустимо, так как они могут нанести большой вред занимающимся.

Таким образом, в целом младший школьный возраст наиболее

благоприятен для развития физических способностей - скоростных и координационных, а также способностей длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности. В данном возрасте у детей начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической активности, выявляется специфика индивидуальных моторных проявлений, предрасположенность к тем или иным видам спорта.

Двигательная подготовленность оценивается уровнем развития двигательных качеств: быстроты, силы, выносливости, скоростной силы и координации движений. В младшем школьном возрасте почти все качества демонстрируют очень высокие темпы прироста.

1.4. Педагогические условия развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития на уроке физкультуры средствами ритмики

Процесс развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития будет эффективным при соблюдении следующие педагогических условий:

- использование визуальных и материальных средств: визуальные подсказки, материальные объекты и другие наглядные средства для обучения и понимания пространственно-временных понятий;
- использование разнообразных методик и игровых форм обучения для развития пространственно-временной ориентации;
- взаимодействие с родителями и другими специалистами для создания благоприятной образовательной среды.

Первое педагогическое условие развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития на уроке

физкультуры средствами ритмики развития – использование визуальных и материальных средств: визуальные подсказки, материальные объекты и другие наглядные средства для обучения и понимания пространственно-временных понятий.

При обучении детей с ЗПР одним из самых важных условий для педагога является понимание того, что эти дети нуждаются в создании особых условий для развития, укрепления и сохранения здоровья, духовного склада и реализации своих потенциальных возможностей [21].

Одним из таких условий в школе является включение в программу по физической культуре для обучающихся начальной школы уроков ритмики. Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Визуальные подсказки играют ключевую роль в восприятии информации детьми. Они создают контекст, который помогает усваивать новые знания более эффективно. Представьте, например, яркие голографические стрелки или световые маркеры, которые указывают направление движения в пространстве спортивного зала. Такие подсказки позволяют ребенку ясно видеть и понимать, куда следует двигаться, когда нужно поворачиваться или останавливаться. Это наглядное руководство облегчает процесс ориентирования, делая его понятным и доступным.

Материальные объекты, такие как тактильные дорожки или специальные контейнеры, которые можно трогать и передвигать, также привносят в занятия физкультурой элемент практического взаимодействия.

Например, использование мягких шаров или кубиков, которые ребёнок должен перемещать согласно установленным правилам, помогает не только развивать координацию движений, но и формировать осознанное восприятие последовательности действий во времени и пространстве [4].

Дополнительно, аудиовизуальные средства, такие как ритмичная музыка или звуковые сигналы, могут стать структурным элементом урока. Ритмическое сопровождение движений способствует их автоматизации, облегчает запоминание ритмических и пространственно-временных паттернов. Таким образом, формируется комплексное восприятие пространства и времени, которое ребёнок сможет использовать не только на уроках физкультуры, но и в повседневной жизни.

Эти наглядные методы обучения расширяют возможности педагогического процесса, помогают преодолеть трудности, с которыми сталкиваются дети с задержкой психического развития, и делают образовательный процесс более инклюзивным и доступным для каждого ученика.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно, также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность [27].

Второе педагогическое условие развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития на уроке физкультуры средствами ритмики развития – использование разнообразных

методик и игровых форм обучения для развития пространственно-временной ориентации.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом. Программа состоит из четырех разделов: Упражнения на ориентировку в пространстве; Ритмико-гимнастические упражнения; Игры под музыку; Танцевальные упражнения.

Данный подход включает в себя интеграцию разнообразных методов, направленных на стимулирование когнитивных процессов через двигательные упражнения и ритмические активности [8].

Одним из эффективных инструментов является внедрение игровых элементов, которые обладают благоприятным влиянием на эмоциональное состояние детей, снимая стресс и повышая мотивацию к обучению. Игра служит естественной средой для освоения новых умений, позволяя детям развивать пространственное мышление посредством взаимодействия с физическими объектами в контролируемом, но гибком пространстве. Упражнения, основанные на повторении ритмических схем, способствуют улучшению временной ориентации, что, в свою очередь, позволяет детям лучше понимать последовательность действий и укреплять навыки планирования.

Кроме того, адаптация традиционных двигательных упражнений под индивидуальные потребности детей требует участия квалифицированных педагогов, способных обратить внимание на уникальные способности и ограничения каждого ребенка. Использование креативного подхода в разработке уроков физкультуры, включая элементы танца и музыки, способствует усилению сенсорного восприятия и обогащению опыта детей в игровой среде. Формирование чувства ритма и динамики, сопряженное с

активным двигателем опытом, оказывает заметное положительное влияние на общее развитие детей и их способность ориентироваться в пространстве и времени. Создание благоприятных условий для включения в образовательный процесс элементов ритмики и игровой деятельности способствует не только развитию пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития, но и их социально-эмоциональной адаптации, что является важным компонентом интеграции в общество [16].

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен.

Развивающее обучение детей с ограниченными возможностями должно основываться на их интересах, достижениях и самодоверии. Планируя учебный процесс, необходимо учитывать способности ребенка и предлагать задания, соответствующие его уровню сложности. Важно, чтобы на начальных этапах коррекционной работы дети испытывали чувство

успеха, даже при небольших усилиях. С развитием способностей ученика, следует постепенно увеличивать сложность заданий. Основным принципом работы с детьми является индивидуальный подход, учитывающий их психические особенности и здоровье [31].

Необходимо активно включать детей с ограниченными возможностями здоровья в учебный процесс, обеспечивая им специальные условия. Используйте различные методы передачи информации, например, изменение формата заданий или частичное их выполнение. Для детей с ЗПР особенно необходимо добиваться развития навыка адекватного восприятия результатов своей деятельности, не вызывая излишней нервозности и тревожности. Для этого применяю индивидуальное оценивание обучающихся:

«–использование индивидуальной шкалы оценок в соответствии с успехами и затраченными усилиями;

- разрешение переделать задание, с которым он не справился;
- оценка переделанных заданий» [14].

Третье педагогическое условие развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития на уроке физкультуры средствами ритмики развития – взаимодействие с родителями и другими специалистами для создания благоприятной образовательной среды.

Взаимодействие с родителями и другими специалистами представляет собой основополагающий элемент в создании благоприятной образовательной среды, способствующей гармоничному развитию учащихся. Родители играют ключевую роль в поддержке и мотивации детей, поэтому их активное участие в образовательных процессах способствует укреплению полученных навыков и знаний. Совместные мероприятия, такие как семейные спортивные праздники или совместные

занятия ритмикой, позволяет детям больше вовлекаться в процесс и чувствовать поддержку со стороны близких.

Педагоги, в свою очередь, должны проводить регулярные консультации с родителями, предоставляя им информацию о прогрессе ребенка и предлагая рекомендации по дальнейшему развитию. Важно создать атмосферу доверия и открытости, чтобы родители чувствовали себя частью образовательного процесса и могли внести свой вклад в формирование комфортной обучающей среды [3].

Взаимодействие с другими специалистами, такими как психологи и логопеды, позволяет формировать междисциплинарный подход к обучению детей с задержкой психического развития. Консультации и разбор индивидуальных планов обучения помогают адаптировать учебный материал к особенностям каждого ребенка, учитывая его уникальные потребности и возможности.

Создание благоприятной образовательной среды также включает в себя использование современных технологий и методик преподавания, которые могут поддерживать развитие пространственно-временной ориентации. Играя важную роль в образовательном процессе, новейшие средства и программы позволяют улучшить концентрацию и координацию детей, способствуя их более быстрому и эффективному обучению. Взаимодействие с родителями и другими специалистами является неотъемлемой частью формирования условий, которые помогают детям с задержкой психического развития эффективно развивать свои пространственно-временные ориентационные навыки во время уроков физической культуры. Эта стратегия, построенная на совместных усилиях всех участников образовательного процесса, ведет к существенным позитивным изменениям в жизни учеников, открывая им двери к новым возможностям и достижениям [22].

Таким образом, нами были выделены следующие педагогические условия развития пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития: использование визуальных и материальных средств: визуальные подсказки, материальные объекты и другие наглядные средства для обучения и понимания пространственно-временных понятий; использование разнообразных методик и игровых форм обучения для развития пространственно-временной ориентации; взаимодействие с родителями и другими специалистами для создания благоприятной образовательной среды.

Выводы:

При системном изложении нарушений двигательной сферы детей с задержкой психического развития можно констатировать основное нарушение в развитии двигательных способностей - это отсутствие точности движений в пространстве, выраженных в следующих нарушениях основных движений:

- излишняя скованность и напряженность
- отсутствие ловкости и плавности движений
- ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях

Наиболее благоприятный период развития координационных способностей приходится на возраст от 7 до 11-12 лет.

В связи с этим, мы считаем необходимым составить и апробировать серию уроков с обязательным включением в основную часть урока комплексов упражнений ритмической гимнастики, направленных на развитие пространственно-временной ориентации и в ходе констатирующего эксперимента обосновать эффективность их применения.

Нами были сформированы комплексы физических упражнений, направленные на развитие пространственно-временной ориентации у обучающихся с задержкой психического развития 3 класса и включены в содержание уроков Программы по физической культуре в школе.

2.1 Организация исследования

Настоящее исследование проводилось в МАОУ «СШ 115» города Красноярска.

Для проведения эксперимента было собрано 20 обучающихся в возрасте 8-9 лет, они были поделены на две группы по 10 обучающихся, на контрольную и экспериментальную. Обучающиеся контрольной группы на уроках физической культуры занимались по традиционной программе. А в экспериментальной группе на протяжении всего эксперимента два раза в неделю обучающиеся 3 класса занимались по предложенной нами программе, которая включала в себя комплекс ритмической гимнастики, направленных на развитие пространственно-временной ориентации.

Проводимый нами педагогический эксперимент состоял из трех взаимосвязанных этапов: констатирующего, формирующего и контрольного эксперимента.

1. Констатирующий этап (апрель-май 2023 года). Анализ педагогических источников с целью определения особенностей развития пространственно-временной ориентации у обучающихся младшего школьного возраста с задержкой психического развития. Были определены основные задачи исследования, цель, объект, предмет, гипотеза, выбраны методы педагогического контроля и этапы педагогического эксперимента. На этом же этапе проводилась разработка программы исследования. Определены основные направления работы по развитию пространственно-временной ориентации с обучающимися младшего школьного возраста посредством включения в урок физической культуры комплекса ритмической гимнастики.

2. Формирующий этап (сентябрь-ноябрь 2023 года) Реализация программы опытно-экспериментальной работы, проведение педагогического эксперимента. Проведение предварительного

тестирования с целью определения состава контрольной и экспериментальной групп. Распределение обучающихся 3 класса в контрольную и экспериментальную группы по 10 человек в каждой. Обучающиеся экспериментальной группы в процессе физического воспитания на уроках физической культуры при развитии пространственно-временной ориентации занимались по предложенному нами плану с включением в учебный процесс комплекса ритмической гимнастики на развитие пространственно-временной ориентации.

3. Контрольный этап (май 2024 года). Анализ результатов опытно-экспериментальной работы; оценка эффективности комплекса упражнений, направленных на развитие пространственно-временной ориентации обучающихся 8-9 лет. Проведение итогового тестирования и анализ полученных данных. Обработка, систематизация и обобщение результатов исследования; уточнение теоретических положений и выводов, полученных на первых двух этапах работы. Представлен ряд заключительных выводов о целесообразности применения комплекса ритмической гимнастики, направленных на развитие пространственно-временной ориентации. Завершено написание и оформление магистерской диссертации. Результаты педагогического исследования обрабатывались с помощью использования методов статистической обработки данных.

2.2 Методы исследования

В ходе проведения исследования мною были использованы следующие методы:

Общетеоретические – анализ литературных источников по выбранной теме исследования, изучение нормативных и программно-методических документов, связанных с процессом развития общей выносливости у обучающихся младшего школьного возраста;

эмпирические – тестирование, наблюдение и сравнение, изучение и

обобщение опыта по проблеме исследования;

Анализ литературных источников – данный метод нами использовался с целью сбора и обработки информации по интересующей нас теме исследования. В ходе проведения анализа литературных источников нами были изучены следующие вопросы: «определение выносливости и ее виды», «средства и методы развития общей выносливости у обучающихся младшего школьного возраста», «анатомо-физиологические особенности детей младшего школьного возраста».

Педагогический эксперимент– данный метод исследования мы применяли для проверки выдвинутой нами гипотезы. Для участия в педагогическом эксперименте приняли участие обучающиеся 3-х классов. В учебный процесс экспериментальной группы нами была внедрена разработанная нами методика развития выносливости у младшего школьного возраста на уроках по физической культуре. Педагогический эксперимент был направлен на теоретическое обоснование и экспериментальное доказательство эффективности применения комплекса ритмической гимнастики для развития пространственно-временной ориентации у обучающихся начальной школы.

Контрольное тестирование – данный метод использовался нами для того, чтобы с помощью специально подобранных контрольных упражнений оценить исходный уровень развития пространственно-временной ориентации у детей младшего школьного возраста, а также после проведения педагогического эксперимента оценить эффективность разработанной нами методики развития пространственно-временной ориентации у детей младшего школьного возраста на уроках по физической культуре. Для объективной оценки качественного изменения развития пространственно-временной ориентации обучающихся проводились контрольные испытания. Использовались тесты, описанные в учебных

программах Ляха В.И. В качестве контрольных упражнений нами применялись следующие упражнения:

«Челночный бег 3Х10» .

Описание теста: Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.

«Прыжки через гимнастическую скакалку»

Описание: Прыжки через скакалку необходимо выполнять в спортивной обуви и с хорошей амортизацией на ровной, твердой и нескользящей. Прыгать надо легко с мягким приземлением, сначала на переднюю часть стопы, а потом на короткое время опускаться на всю стопу. Во время каждого прыжка необходимо слегка сгибать колени при приземлении. Участники начинают выполнение прыжков по команде »Марш!» (с одновременным включением секундомера). Заканчивает испытуемый прыгать по истечении 1 мин. Участники стартуют по 10 человек.

«Метание мяча в цель с 5-ти метров»

Описание: Отмеряется 5 метров от цели, чертится линия, учащиеся выполняют метание от линии в цель, из пять бросков.

ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ РАЗВИТИЯ ПРОСТРАНСТВЕННО-ВРЕМЕННОЙ ОРИЕНТАЦИИ У

ОБУЧАЮЩИХСЯ 3-Х КЛАССОВ ПОСРЕДСТВОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РИТМИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ.

3.1 Разработка средств развития пространственно-временной ориентации у обучающихся 3-х классов

Занятия в экспериментальной и контрольной группах на уроках физической культуры у обучающихся 3 класса проводились два раза в неделю. Цель наших занятий - это развитие пространственно-временной ориентации. Эксперимент проходил следующим образом: обучающиеся контрольной группы занимались по общепринятой программе, а в экспериментальной группе обучающиеся занимались по предложенной нами методике, которая включала в себя комплексы ритмической гимнастики, целью которых являлось целенаправленное развитие пространственно-временной ориентации.

Первым этапом работы было проведение диагностики на выявление уровня развития пространственно-временной ориентации 3 «Д» класса. Перед выполнением контрольных упражнений мы провели инструктаж по технике безопасности на занятиях физической культурой для предупреждения несчастных случаев и травматизма среди учащихся. (Приложение 2)

Целью данного диагностирования: выявить уровень развития пространственно-временной ориентации 3 «Д» класса. Для организации и проведения констатирующего эксперимента из диагностических методик, представленных в современной методике физического воспитания, мы выбрали следующие методики, которые позволили получить в ходе констатирующего эксперимента сведения о развитии пространственно-временной ориентации:

- 1) «Челночный бег 3Х10»;
- 2) «Прыжки через гимнастическую скакалку»;

3) «Метание мяча в цель с 5-ти метров».

На основании полученных данных в ходе контрольного тестирования, мы составили комплексы из упражнений ритмики для развития пространственно-временной ориентации:

ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС

I. И.п. ноги на ширине плеч

1- поворот в правую сторону, ноги согнуть в коленном суставе, левая рука в боковой плоскости описывает круг на 4 счета.

2- поворот на 180 – тоже, со сменой рук.

II. И.п. ноги на ширине плеч

1-2- пружинистая постановка рук на бедра,

3-4- разводятся прямые руки в стороны.

III. И.п. стойка, руки согнуты в локтевом суставе, подняты вверх

1-2- наклон туловища вправо,

3-4- наклон туловища влево,

5-6- наклон туловища вперед,

7-8- И.п. – 2 хлопка.

IV. И.п. основная стойка

1- правая нога в сторону на носок, 2 хлопка,

2- И.п.- 2 хлопка,

3- левая нога на носок, 2 хлопка,

4- И.п.- 2 хлопка

V. И.п. основная стойка

1,2- прыжки на правой ноге

3,4- прыжки на левой ноге

5,6- прыжки на двух ногах с одновременными хлопками

VI. И.п. стойка, руки согнуты в локтевом суставе, кисти вверх

1- поворот вправо, 2 прыжка на двух ногах

2- поворот на 180 – 2 прыжка на двух ногах

VII. И.п. стойка, руки в стороны, согнуты в локтевом суставе

1,2,3,4- приставной шаг вправо с легкими наклонами туловища

5,6- 2 хлопка

1,2,3,4- приставной шаг влево с легкими наклонами туловища

5,6- 2 хлопка

VIII. И.п. основная стойка

1,2- правая нога на носок, руки вверх, 2 отрывистых движения кистями

3,4- левая нога на носок, руки назад, 2 отрывистых движения кистями за спиной

IX. И.п. руки вверх

1-4- поворот на 180 через левое плечо, правая нога описывает круг

5-8- поворот на 180 через правое плечо, левая нога описывает круг

X. И.п. основная стойка

1,2- руки дугами через стороны вверх - вдох

3,4- И.п.

ВТОРОЙ КОМПЛЕКС

I. И.п. основная стойка

1- правая рука в боковой плоскости описывает круг,

2- левая рука в боковой плоскости описывает круг,

3, 4- обе руки перед собой описывают два круга

II. И.п. Ноги на ширине плеч

1- правая рука на бедро,

2- левая рука на бедро,

3,4- правая нога захлест голени вперед-назад,

5,6- левая нога захлест голени вперед-назад

III. «Кулачки»

И.п. основная стойка

1,2- руки согнуты в локтевом суставе, выполняют отрывистые движения в левую сторону

3,4- руки в исходное положение

5,6- руки согнуты в локтевом суставе, выполняют отрывистые движения в правую сторону

7,8- руки в исходном положении

IV. И.п. основная стойка

1,2,3- прыжки приставным шагом в правую сторону,

4- хлопок

5,6,7- прыжки приставным шагом в левую сторону,

8- хлопок

V. «Кольцо»

И.п. основная стойка

1- правая нога вперед на носок, руки в стороны, согнутые в локтевом суставе, кисти образуют чашу

2- левая нога на носок, руки через стороны дугами вверх- образуют «кольцо»

VI. «Рыбка»

И.п. основная стойка

1,2- правая рука согнута в локтевом суставе, выполняет отрывистое движение вверх-вниз

3,4,5,6- правая рука выполняет волну с одновременным выполнением приставного шага в левую сторону

7,8- левая рука согнута в локтевом суставе, выполняет отрывистое движение вверх-вниз

9,10,11,12- левая рука выполняет волну с одновременным выполнением приставного шага в правую сторону

VII. И.п. основная стойка

Под музыку «взмах крылом» или «волна» поочерёдные взмахи руками с одновременным приседом на 4 счета и возвращением в исходное положение

VIII. «Кузнечик»

И.п. стойка, руки на пояс

1,2,3- приставной шаг левым боком, поворот на 180

4,5,6- приставной шаг правым боком, поворот на 180

IX. И.п. стойка, руки согнуты в локтевом суставе, ладони сомкнуты

1,2- 2 пружинистых покачивания вверх-вниз

3,4- с одновременным поворотом руки разводятся в стороны, согнуты в локтевых суставах

X. И.п. основная стойка

1- правая нога выполняет шаг в правую сторону, рука согнута в локтевом суставе, выполняет 2 отрывистых движения назад,

2- левая нога выполняет шаг в левую сторону, рука согнута в локтевом суставе, выполняет 2 отрывистых движения назад

ТРЕТИЙ КОМПЛЕКС

I. «Квадрат» (прыжковое) →

И.п. основная стойка ↑ ↓

1-8 приставной шаг ←

II. «Непослушная ножка» (на месте и в прыжке)

И.п. руки на пояс

1- правая нога вперёд

2- исходное положение

3- правая нога в правую сторону

4- исходное положение

5- левая нога вперёд

6- исходное положение

3- левая нога в левую сторону

4- исходное положение

III. И.п. упор присев

1- правая нога в сторону

2- исходное положение

3- левая нога в сторону

4- исходное положение

IV. И.п. основная стойка

1-3- шаги в повороте на 180, начиная с правой ноги

4- хлопок с фиксацией движения ноги

5-7- шаги в другую сторону

8- хлопок с фиксацией движения ноги

V. И.п. стойка, руки на пояс

1- правая нога вперёд на носок

2- правая нога на пятку

3,4- исходное положение, 2 притопа

5- левая нога вперёд на носок

6- левая нога на пятку

7,8- исходное положение, 2 притопа

VI. И.п. основная стойка

1-3- шаги вперёд

4- поворот на 360

5-7- шаги назад

8- поворот на 360 с фиксацией движений рук- правая вверх и ног- на носок

VII. «Руки вверх»

И.п. основная стойка

1,2- руки вверх, отрывистые движения кистями

3,4- руки назад

VIII. «Руки вверх» (с продвижением) ↓↑

И.п. основная стойка

1,2- скользящие движения кистями рук по бедру правой ноги

3,4- скользящие движения кистями рук по бедру левой ноги

5,6,7,8- 4 шага вперед

9,10- скользящие движения кистями рук по бедру правой ноги

11,12- скользящие движения кистями рук по бедру левой ноги

13,14,15,16- 4 шага назад

IX. «Щучка»

И.п. правая рука вперёд, левая – назад

Три шага вправо, поворот

То же влево

X. «Вертушка»

И.п. основная стойка

Поворот на 360

XI. «Мельница»

И.п. основная стойка

1,2- руки в лицевой плоскости поочередно выполняют движения

3,4- жернова в боковой плоскости

XII. «Рогатка»

ЧЕТВЕРТЫЙ КОМПЛЕКС

I. И.п. основная стойка

1-3- шаги вперёд

4- прыжок на двух ногах - хлопок

5-7- шаги вперёд

8- прыжок на двух ногах – хлопок

II. «Мяч»

И.п. основная стойка

Прыжки на двух ногах

III. И.п. основная стойка

1-4- ноги в стороны с одновременным подъёмом рук дугами через стороны
вверх

5-8- ноги вместе с одновременным движением рук вниз

IV. И.п. основная стойка

1- правая нога на носок, левая рука вперёд

2- исходное положение

3- левая нога на носок, правая рука вперёд

4- исходное положение

V. И.п. стойка, ноги на ширине плеч, руки на бедра

1- поворот в правую сторону

2- поворот в левую сторону

3,4- пружинистые покачивания с одновременным разведением рук в
стороны, руки в локтевом суставе согнуты под < 80

VI. «Колесо»**VII. «Подсечка»**

И.п. основная стойка

1- правая нога поднята вверх, согнута в колене, руки описывают 2
круга в лицевой плоскости, согнутые в локтевом суставе

2- левая нога поднята вверх, согнута в колене, руки описывают 2
круга в лицевой плоскости, согнутые в локтевом суставе

VIII. И.п. основная стойка (прыжковое)

1- правая нога в сторону на носок, руки одновременно в лицевой
плоскости описывают круг вправо

2- левая нога в сторону на носок, руки одновременно в лицевой
плоскости описывают круг влево

VIII. «Весёлый ручеёк»

Формирующий эксперимент показал, что формирование пространственно-временной ориентации, будет эффективно, если применять данные комплексы физических упражнений.

Для проверки эффективности комплекса подвижных игр были подобраны контрольно-педагогические тесты, которые позволят оценить динамику развития общей выносливости обучающихся 9-10 лет.

Отбираемые контрольно-педагогические тесты должны соответствовать следующим требованиям:

- информативность и надежность;
- простота измерений результатов и их оценки;
- отражать специфику общей выносливости ;
- учитывать особенности конкретного контингента обучающихся.

В педагогическом эксперименте были применены следующие контрольно-педагогические тесты:

- 1) «Челночный бег 3X10»;
- 2) «Прыжки через гимнастическую скакалку»;
- 3) «Метание мяча в цель с 5-ти метров».

На формирующем этапе были определены составы контрольной и экспериментальной групп. В каждой группе количество испытуемых было равно 10-обучающимися (Приложение 3).

Анализируя показатели, полученные до проведения эксперимента следует сказать, что средние значения близки в обеих группах и достоверных различий не имеют. Это говорит нам о том, что обе исследуемые группы (контрольная и экспериментальная) имеют относительно одинаковый уровень подготовленности, а значит могут быть привлечены к педагогическому эксперименту с равного начального состояния.

Для диагностики уровня развития пространственно-временной ориентации в начале педагогического эксперимента было проведено контрольно-педагогическое тестирование, включающее в себя следующие тесты:

- 1) «Челночный бег 3x10»;
- 2) «Прыжки через гимнастическую скакалку»;
- 3) «Метание мяча в цель с 5-ти метров».

На основании полученных данных были составлены комплексы ритмической гимнастики для развития пространственно-временной ориентации

Результаты контрольной и экспериментальной групп, полученные до эксперимента представлены в диаграммах.

Результаты тестирования представлены в диаграммах 1-3.

Общий исходный уровень развития пространственно-временной ориентации у учащихся 3 «Д» класса представлен в рисунке 4.

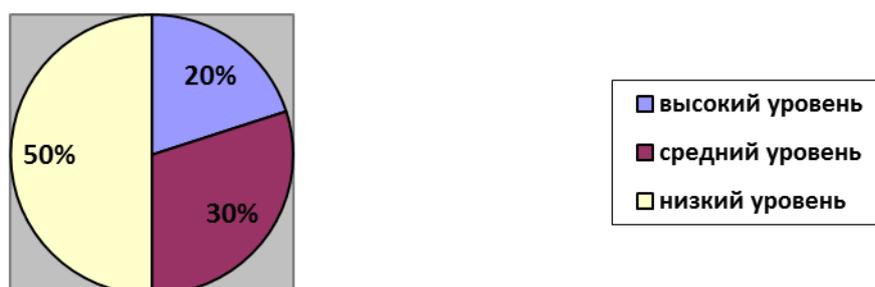


Рисунок 4 – Результаты тестирования учащихся 3 «Д» класса в упражнении «Челночный бег 3x10 м.



Рисунок 5 – Результаты тестирования учащихся 3 «Д» класса в упражнении «Прыжки через скакалку за 1 мин.»



Рисунок 6 – Результаты тестирования учащихся 3 «Д» класса в упражнении «Метание мяча в цель с 5 метров»

По результатам всех тестовых испытаний был сделан вывод об уровне развития пространственно-временной ориентации у учащихся 3 «Д» класса.



Рисунок 7 – Средние значения до эксперимента.

Анализируя результаты тестирования мы выявили, что высокий уровень развития пространственно-временной ориентации показали только 5% учащихся, 50% учащихся находятся на среднем уровне, они показывают недостаточно хорошие результаты тестовых испытаний, 45% учащихся показали низкий уровень развития пространственно-временной ориентации. Что говорит о необходимости повышенного внимания на воспитание пространственно-временной ориентации детей 3-их классов.

Проанализировав результаты, мы четко видим необходимость специальной работы по развитию пространственно-временной ориентации у учащихся 3 «Д» класса на уроках физической культуры.

На контрольном этапе педагогического эксперимента была проведена оценка эффективности комплексов упражнений, направленных на развитие пространственно-временной ориентации обучающихся 8 – 9 лет путём проведения контрольно-педагогического тестирования, которое состояло из следующих тестов:

- 1) «Челночный бег 3X10 м»;
- 2) «Прыжки через гимнастическую скакалку»;
- 3) «Метание мяча в цель с 5-ти метров».

Результаты контрольно-педагогического тестирования контрольной и экспериментальной групп после проведения педагогического эксперимента представлены в диаграммах ниже:

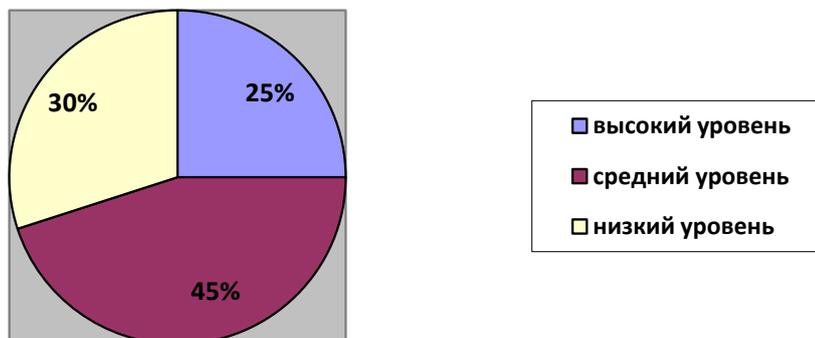


Рисунок 8 – Результаты тестирования учащихся 3«Д» в упражнении «Метание мяча в цель с 5 метров»

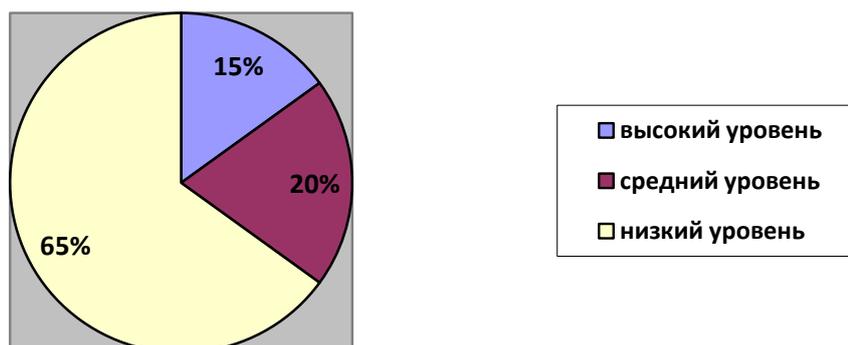


Рисунок 9 – Результаты тестирования учащихся 3 «Д» класса в упражнении «прыжки через гимнастическую скакалку»

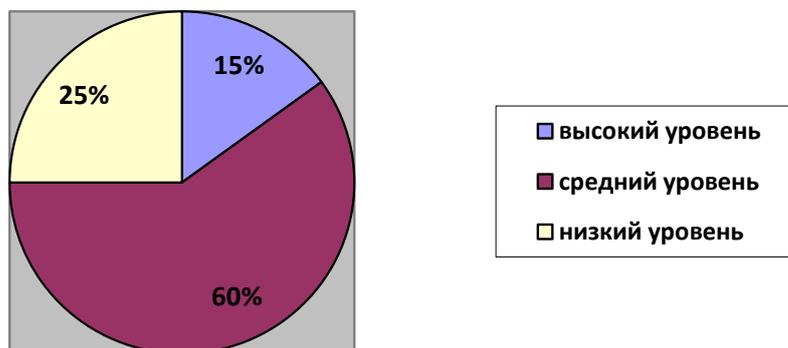


Рисунок 10 – Результаты тестирования учащихся 3 «Д» класса в упражнении «Челночный бег 3x10»

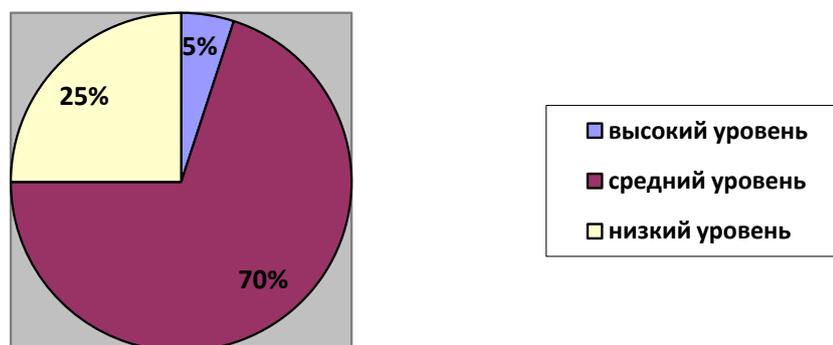


Рисунок 11 - Средние значения после эксперимента

По окончании тестирования мы выявили, что высокий уровень развития пространственно-временной ориентации показали 5% учащихся. 70% учащихся находятся на среднем уровне. 25% учащихся показали низкий уровень развития пространственно-временной ориентации

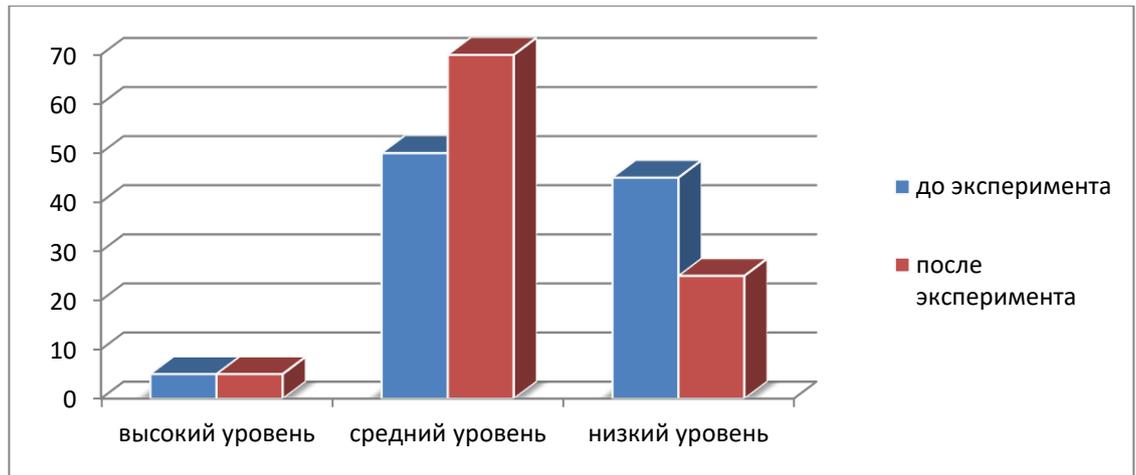


Рисунок 12 – сравнительный результат до и после эксперимента

На сравнительной гистограмме видна положительная динамика. Число учащихся, показавших средний уровень развития координационных способностей увеличилось на 20% (с 50% до 70%). Это произошло за счет перехода учащихся из группы с низким уровнем в средний уровень. Также есть изменения на низком уровне, процент учащихся понизился на 20%. Таким образом, эффективность применения специальных упражнений подтверждена экспериментально.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

После регулярных занятий ритмической гимнастикой все дети показали значительное улучшение способностей во всех трех тестах. Улучшение баллов свидетельствует о позитивном воздействии физической активности на развитие пространственно-временной ориентации у детей с задержкой психического развития.

Заключительный анализ данных продемонстрировал положительные сдвиги в пространственно-временной ориентации участников эксперимента, подчеркнув значимость ритмической гимнастики в коррекционной работе с детьми, имеющими особые образовательные потребности. Ключевыми фактами выступили улучшение пространственного восприятия, точности координации движений и понимания времени, рост концентрации внимания и памяти.

Основные задачи можно считать решенными. Однако проведенные исследования требуют продолжения в плане изучения развития пространственно-ременной ориентации обучающихся.

Список литературы

1. Акимжанов, А.Т., Чернышева, И.В. Выносливость как одно из важнейших физических качеств [Текст] / А.Т. Акимжанов, И.В. Чернышева // Международный журнал экспериментального образования. – 2014. – № 7-2. – С. 71-72.
2. Ананьев Б.Г. Психология и проблемы человекознания. – М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996. – 384 с.
3. Ананьев, Б. Г. Особенности восприятия пространства у детей. / Б. Г. Ананьев, Е. Ф. Рыбалко. - М. : Просвещение, 1964 - 303 с.
4. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании (пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физ.культуры) [Текст] / Б.А. Ашмарин. – М. : Физическая культура и спорт, 2008. - 223 с.
5. Баулина М.Е. Нейропсихологическая коррекция пространственных представлений у школьников с ДЦП. Мат. III междунар. науч.-практич. конференции «Развитие научного наследия А.Р.Лурия в отечест. и мир. Психологии. – Москва-Белгород: «Политерра», 2007. – С. 100
6. Беленькая Л.Я. Взаимосвязь восприятия пространства и времени на разных ступенях развития ребенка // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. – 1972. – № 2(6). – С. 51-55.
7. Белякова О.Г. Развитие ориентировки в пространстве на занятиях по физической культуре М.: МГППУ, 2006. - 320с.
8. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности // Лечебная физкультура и спортивная медицина. – 2011. – № 8 (92). – С. 4–10.
9. Бойко Н.А., Киласьев И.А. Исследование временных и пространственных представлений у учащихся с задержкой

- психического развития на уроках физической культуры // Ученые записки университета Лесгафта. – 2015. – №12 (130). – С. 11-25.
10. Большой психологический словарь / [Авдеева Н. Н. и др.]; под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. - 4-е изд., расш. – Москва : АСТ ; Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с.
11. Бонкало Т.И., Еремин М.В., Ковалева М.А., Милюков А.И. Особенности формирования функций пространственной ориентировки у младших школьников с ЗПР // Психология. Психофизиология. – 2022. – №3. – С. 1-10.
12. Борякова, Н. Ю. Ступеньки развития. Ранняя диагностика и коррекция задержки психического развития у детей. Учебно-методическое пособие. / Н. Ю. Борякова. - М. : Гном-Пресс, 2002.
13. Буланова Н.О. Актуальные проблемы включения детей с интеллектуальными нарушениями в образовательный процесс // Молодой ученый. – 2019. – № 21 (259). – С. 487–490.
14. Бурачевская О.В. Применение техники sand-art как элемента арт-технологий с целью повышения эффективности коррекционно-развивающего процесса // Вопросы дошкольной педагогики. – 2017. – №2. – С. 143–146.
15. Венгер А.Л. Соотношение возрастных и индивидуальных закономерностей психического развития ребенка: автореф. дис. ... докт. психол. наук. – М., 2002. – 45 с.
16. Воспитательно-образовательный процесс. Планирование на каждый день по программе "От рождения до школы" под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой. Декабрь-февраль. Вторая младшая группа. – М.: Учитель, 2013. – 308 с.
17. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии. – М.: Издательство Юрайт, 2024. – 160 с.

18. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология. - М.: Педагогическое общество России, 2003. - 512с.
19. Галкина О.И. Развитие пространственных представлений у детей в процессе начального обучения / под ред. Б.Г. Ананьева, Б.Ф. Ломова. – М.: АПН РСФСР, 1961. – 97 с.
20. Горячева Т.Г., Макарова О.Н. Влияние уровня развития сенсомоторной сферы младших школьников на уровень сформированности пространственно-временных представлений // Педагогическая и коррекционная психология. – 2010. – № 12-1. – С.65-68.
21. Гужаловский, А.А. Основы теории и методики физической культуры: учебн. для техн. физ. культ. [Текст] / А.А. Гужаловский. – М. : ФИС, 2012. – 352 с.
22. Гуревич, И.А. Круговая тренировка при развитии физических качеств [Текст] / И.А. Гуревич. – Минск : Высшая школа, 2015. – 300 с.
23. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: опыт теоретического и экспериментального исследования. – М.: Педагогика, 1985. – 188 с.
24. Давиденко, Н. В. Особенности пространственной ориентации младших школьников. / Н. В. Давиденко // Вестник МГОУ, серия «Психологические науки». - 2007- № 1. - С. 74-80.
25. Дубровина И.В., Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Кравцова Е.М., Москвина О.А., Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Младший школьник: развитие познавательных способностей. – М.: Просвещение, 2003. – 208 с.
26. Дунаева, З.М. Формирование пространственных представлений у детей с задержкой психического развития: методическое пособие / З. М. Дунаева. – М.: Советский спорт, 2006. – 143 с.

27. Ермолаева М.А. Особенности формирования пространственно-временных представлений у младших школьников с задержкой психического развития // Вестник Российского нового университета серия «Человек в современном мире». – 2019. – № 4. – С. 5-12.
28. Зациорский, В.М. Воспитание выносливости [Текст] / В.М. Зациорский // Теория и методика физического воспитания. – М. : ФИС, 2014. – 440 с.
29. Кладницкая Л.А. Ориентировка детей в пространстве на уроках физической культуры в 1 классе // Известия АПН РСФСР. – 1956. – №86. – С.159- 166.
30. Коджаспирова Г.М. Педагогический словарь. – М.: Издательский центр «Академия», 2015.
31. Коробейников, Н.К. Физическое воспитание[Текст] / Н.К. Коробейников. – М.: Высшая школа, 2014. – 400 с.
32. Коц, Я.М. Физиологические основы выносливости. Спортивная физиология: Учебник для ИФК [Текст] / Я.М. Коц. М. : Академия, 2015. – 123с.
33. Лебеденко Е.Н. Формирование самосознания старших дошкольников в процессе рефлексивно-дидактической игры : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.07. – Ставрополь, 2007. – 191 с.
34. Леви Т.С. Уровни построения движения по Н.А. Бернштейну и телесная психотерапия // Вопросы психологии. – 2010. – № 6. – С.62-67.
35. Лукьянова И.Е., Присяжнюк Н.Н. Формирование пространственных представлений у детей с задержкой психического развития младшего школьного возраста // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – №80-1. – С. 55-69.

- 36.Лурия А.Р. Речь и интеллект в развитии ребенка // Экспериментальное исследование речевых реакций ребенка / Под ред. А.Р. Лурии. – М., 1927. – 188 с.
- 37.Матвеев, Л.П., Мельников, С.Б. Методика физического воспитания с основами теории: Пособие для студентов педагогических институтов [Текст] / Л.П. Матвеев, С.Б. Мельников. – М.: Просвещение, 2014. – 191 с.
- 38.Рихтерман Т.Д. Время как фактор регуляции деятельности детей старшего дошкольного возраста: диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.01. – Ленинград, 1973. – 271 с.
- 39.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – М., 2006.
- 40.Семаго Н.Я. Теория и практика оценки психического развития ребенка: дошкольный и младший школьный возраст. – СПб.: Речь, 2011. – 373 с.
- 41.Сеченов И.М. Биография. Главные труды / [авт. предисл., биогр. и коммент.] И.В. Князькин, А.Т. Марьянович. – СПб. : Деан, 2004. – 811 с.
- 42.Симановский А., Развитие пространственного мышления ребенка. – М.: Айрис Пресс: Рольф, 2012
- 43.Топычканова Т.Н. Создание условий для формирования пространственных представлений дошкольников с задержкой психического развития // Молодой ученый. – 2021. – № 8 (350). – С. 55-60.
- 44.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш.учеб.заведений. - М.: Академия, 2009.-130с.
- 45.Фарфель, В.С. О выносливости, как физическом понятии [Текст] /В.С. Фарфель. – М. :Владос, 2014. – 183 с.
- 46.Федеральный государственный образовательный стандарт

- начального общего образования [Текст] / Министерство образования и науки Российской Федерации. – М. : Просвещение, 2016.
- 47.Щербакова Е.И. Теория и методика математического развития дошкольников : учеб. пособие. – М.: Изд-во Моск. психол.-социал. ин-та, 2005. – 387 с.
- 48.Экспериментальная психология / П. Фресс, Ж. Пиаже. – М.: Прогресс, 1975. – 284 с.
- 49.Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1989. – 554 с.
- 50.Якиманская И.С. Развитие пространственного мышления школьников. – М.: Педагогика, 1980. – 240 с.