

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ЛИЦ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Кедышко В.В., Дворянинова Е.В.

*Белорусский государственный университет физической культуры, г. Минск, Республика Беларусь*

[vilikav2001@gmail.com](mailto:vilikav2001@gmail.com), [ekadvor@gmail.com](mailto:ekadvor@gmail.com)

В статье рассматриваются особенности развития координационных способностей у студентов 1–2 курсов, по состоянию здоровья относящихся к специальному учебному отделению. Описано влияние разработанной коррекционно-развивающей программы на развитие координационных способностей у студентов специального учебного отделения и здоровых студентов.

Ключевые слова: студент; специальное учебное отделение; параметры развития; координационные способности; динамическое равновесие; статическое равновесие; ориентация в пространстве.

**Введение.** Ежегодно в ВУЗы страны поступает определенный процент студентов, имеющих отклонения в здоровье. В Белорусском государственном университете к специальному учебному отделению (СУО) относятся около 30% студентов, и их число ежегодно увеличивается по статистическим данным на 3–8 % [1]. В настоящее время, несмотря на разнообразие программ, внедряемых в образовательные учреждения, проблема совершенствования физического воспитания студентов остается актуальной. Специалисты указывают, что система функционирует недостаточно эффективно, и отмечают необходимость ее совершенствования как в плане традиционно используемых, так и внедрения новых средств, форм и методов занятий физическими упражнениями [2].

Организация и методика учебного процесса по физическому воспитанию таких студентов имеет свои особенности и заслуживает большого внимания. При правильной организации занятий у студентов повышается умственная и физическая работоспособность, улучшается состояние опорно-двигательного аппарата, нормализуется артериальное давление, повышается работоспособность, выносливость. Упражнения благоприятно влияют на психоэмоциональное состояние человека, понижается риск развития атеросклероза [3].

**Цели и задачи научной работы** – изучить влияние разработанной коррекционно-развивающей программы, направленной на развития координационных способностей у студентов специального учебного отделения.

**Методы, организация исследований.** В таблицах 1–3 мы проводим сравнительную характеристику студентов специального учебного отделения до и после начала проведения занятий по стандартной программе Белорусского государственного университета с включением элементов разработанной нами коррекционно-развивающей программы (КРП) в основную часть занятия.

Таблица 1 – Динамика развития динамического равновесия у студентов СУО при проведении занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе

ТЕСТЫ	До начала	После	tфакт.	tkрит.	P
Ходьба спиной вперед, с	8,6±0,84	7,5±1,36	2,20	2,04	<0,05
Ходьба по прямой, с	7,7±0,77	6,9±0,99	2,09	2,04	<0,05
Ходьба по букве «Иже», с	15,8±2,61	12,7±2,63	2,65	2,75	<0,01
Ходьба по скамейке пятак, с	8,4±0,63	7,5±1,00	2,62	2,75	<0,01
Ходьба по узкой области, с	8,1±2,28	6,2±1,02	2,27	2,04	<0,05
Ходьба приставными шагами, с	11,9±2,31	8,9±1,51	3,25	2,75	<0,01

По данным таблицы 1 наблюдается положительная динамика развития динамического равновесия у студентов при проведении занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе.

В таблице 2 представлена динамика развития статического равновесия у студентов СУО при проведении занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе.

Таблица 2 – Динамика развития статического равновесия у студентов СУО при проведении занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе

ТЕСТЫ	СУО	Здоровые	tфакт.	tkрит.	P
«Ласточка», с	18,1±9,11	32,3±17,85	2,29	2,04	<0,05
Стойка на носках, с	30,2±12,5	47,1±19,91	2,31	2,04	<0,05
Стойка на опорной ноге, с	39,5±19,5	59,9±24,65	2,07	2,04	<0,05
Проба Ромберга – «аист», с	30,8±17,82	51,1±24,15	2,15	2,04	<0,05
Ходьба на месте, к-во	88,8±3,71	99,2±6,87	4,28	3,65	<0,001
Отведение правой ноги, кол	20,3±2,56	24,9±2,57	4,26	3,65	<0,001
Вращение корпусом, к-во	18,9±4,68	25,2±2,98	3,48	2,75	<0,01
Отведение левой ноги, к-во	23,4±1,93	27,0±4,16	2,54	2,04	<0,05

Полученные данные таблицы 2 показывают статистически достоверное улучшение показателей статического равновесия у студентов после проведения цикла занятий по разработанной нами коррекционно-развивающей программе.

В таблице 3 представлены данные сравнительного анализа параметров ориентации в пространстве у студентов после проведения занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе.

Таблица 3 – Сравнение параметров ориентации в пространстве у студентов после проведения занятий по разработанной коррекционно-развивающей программе

ТЕСТЫ	СУО	Здоровые	tфакт.	tkрит.	P
Ходьба между препятствиями, с	27,9±4,41	22,3±4,80	2,70	3,65	<0,001
Челночная ходьба, с	22,6±2,23	19,9±2,21	2,75	2,75	<0,01
«Гусиный шаг», с	9,6±1,33	8,4±0,87	2,19	2,04	<0,05
Ходьба с поворотами на 180°, с	26,2±3,61	21,4±3,51	3,00	2,75	<0,01

Полученные данные таблицы 3 показывают статистически достоверное улучшение показателей параметров ориентации в пространстве у студентов экспериментальной группы после проведения цикла занятий по разработанной нами коррекционно-развивающей программе.

Результаты исследования. По результатам, зафиксированным в таблицах 1–3, можно сказать, что координационные способности у студентов, относящихся к специальному учебному отделению, после проведения цикла занятий по разработанной нами коррекционно-развивающей программе значительно улучшились. Таким образом, разработанная нами экспериментальная программа эффективна для развития координационных способностей у студентов специального учебного отделения.

**Выводы.** Студенты специального учебного отделения нуждаются в дополнительном развитии координационных способностей по разработанной коррекционно-развивающей программе.

Коррекционно-развивающая программа развития координационных способностей способствует формированию и повышению качества жизни студентов специального учебного отделения.

#### Литература

1. Карасева, В.В. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств / под общей ред. А.В. Карасева. – М. : Лептос, 2004. – 368 с.
2. Васильков, А.А. Теория и методика физического воспитания : учебник для студентов вузов / А.А. Васильков. – Ростов н/Д. : Феникс, 2008. – 381 с.
3. Попов, С.Н. Лечебная физическая культура : учеб. для студентов / С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева ; под ред. С.Н. Попова. – 12е изд., стер. – М. : Академия, 2017. – 412 с.

#### **THE USE OF TECHNOLOGIES FOR THE DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES IN PERSONS OF A SPECIAL EDUCATIONAL DEPARTMENT**

Kedyshko V.V., Dvoryaninova E.V.

*Belarusian State University of Physical Culture, Minsk, Republic of Belarus*

The article discusses the peculiarities of the development of coordination abilities in students of 1-2 courses for health reasons belonging to a special educational department. The influence of the developed correctional and developmental program on the development of coordination abilities in students of the special educational department and healthy students is described.

Keywords: student; special educational department; development parameters; coordination abilities; dynamic equilibrium; static equilibrium; orientation in space.