

Е. А. Летова Е. А. Letova  
Сургут, Россия Surgut, Russia

**ОЦЕНКА ВОЗМОЖНОСТЕЙ  
КОРРЕКЦИИ ВНИМАНИЯ  
У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ  
ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ**

**ESTIMATION OF POSSIBILITIES  
OF ATTENTION CORRECTION  
FOR CHILDREN WITH A DELAY  
OF MENTAL DEVELOPMENT  
BY MEANS OF PHYSICAL  
EDUCATION**

**Аннотация.** С помощью опытно-экспериментального исследования доказываем, что на сегодняшний день возможна коррекция внимания у детей с задержкой психического развития средствами физической культуры, о чем свидетельствуют результаты опытно-экспериментального исследования.

**Ключевые слова:** задержка психического развития, коррекция, внимание, средства физической культуры.

**Сведения об авторе:** Летова Евгения Александровна, аспирант.

**Место работы:** Сургутский государственный педагогический университет

**Контактная информация:** 628400, г. Сургут, ул. 50 лет ВЛКСМ, 10/2.  
**E-mail:** e.letik@mail.ru

*Внимание* — это концентрация умственного усилия на сенсорных или мысленных событиях [9]. Внимание необходимо для того, чтобы справиться с потоком поступающей информации путем избирательного сосредоточения только на некоторых признаках и «отстранения» от остальных.

В структуре познавательных процессов детей с задержкой психического развития (ЗПР) внимание

**Abstract.** In the article there is the experimental material, allowing to establish that attention correction of children with a delay of mental development is possible by means of physical education. The data of the experiment prove the effectiveness of this method.

**Key words:** mental retardation, correction, attention, means of physical education.

**About the author:** Letova Evgeniya Alexandrovna, Post-graduate Student.

**Place of employment:** Surgut State University of Science.

занимает базисное положение, так как его развитие является одним из условий успешности любого вида деятельности. При этом у детей с ЗПР отмечается недостаточная сформированность произвольного внимания, дефицитарность основных его свойств: концентрации, объема, распределения [1; 6 и др.].

Таким образом, очевидна необходимость проведения коррекции нарушенного внимания, на что

и указывается в целом ряде работ [1; 7; 10 и др.]. Но, к сожалению, при анализе доступных источников, в которых приводятся результаты исследований в этом направлении (а также методических разработок), каких-либо систематизированных сведений о коррекции внимания у детей с ЗПР средствами физической культуры нами выявлено не было. Исследования в области физической культуры детей с ЗПР ориентированы, в основном, на решение специфических для данной сферы задач: коррекции отклонений в физическом развитии, в двигательной подготовленности детей [2; 3 и др.].

Но, безусловно, сознательное выполнение движений требует сосредоточенности внимания, а следовательно, как и любая другая деятельность такого рода, способствует его развитию. На это в своих работах указывал еще П. Ф. Лесгафт [4].

Учитывая тот факт, что потребность в движениях является биологической потребностью человека (особенно в детском возрасте), нетрудно предположить, что именно специально направленная двигательная деятельность, являющаяся основным содержанием физической культуры, может оказывать влияние на коррекцию внимания у детей с ЗПР.

Цель исследования, результаты которого приводятся в предлагаемой статье, заключается в выявлении возможностей коррекции внимания у детей с ЗПР средствами физической культуры.

Задачи исследования.

1. Обосновать виды физических упражнений, которые могут применяться для коррекции внимания у детей с ЗПР.

2. Опытным-экспериментальным путем определить эффективность применения физических упражнений для коррекции внимания у детей с ЗПР.

Для решения первой задачи, прежде всего, изучались литературные источники по общим вопросам воспитания внимания [8; 9 и др.] и коррекции внимания у детей с ЗПР [1; 10 и др.], анализ которых позволил выделить основные требования, соблюдение которых необходимо при коррекции внимания. К ним относятся:

– разнообразие осваиваемого материала, соединяющегося с последовательностью его раскрытия;

– введение нового содержания, связанного с уже известным, освоенным и способным заинтересовать занимающихся и привить им интерес;

– важно, чтобы внимание, сначала опирающееся на чувственное восприятие, переключалось бы на мыслительные действия.

Такого рода требованиям для коррекции внимания средствами физической культуры в наибольшей мере отвечают, как показал проведенный анализ, физические упражнения из классической аэробики, характерной особенностью которых при освоении и выполнении является системный характер, проявляющийся в строго последовательном введении большого чис-

ла новых элементов. При этом общая логика при освоении упражнений заключается в первоначальном зрительном восприятии осваиваемых элементов и их связей с последующим продумыванием и непосредственным выполнением. Кроме того, что также отвечает выделенным требованиям, это эмоциональность занятий аэробикой.

Для решения второй задачи в 5, 6 и 7 классах (80 учащихся) коррекционной направленности СОШ № 3 г. Заречного в течение 2010/11 уч. г. проводилось опытно-экспериментальное исследование формирующего характера, экспериментальным фактором в котором являлось выполнение учащимися на уроках физической культуры специально подобранных комбинаций из классической аэробики.

Для определения эффективности опытно-экспериментальных занятий предварительно (в сентябре) и после (в мае) проводилось тестирование учащихся с использованием достаточно известной «Корректирующей пробы». Данная методика позволяет определить объем и концентрацию внимания исходя из количества просмотренных букв и допущенных ошибок.

Для проведения тестирования были подготовлены бланки с рядами букв. Всего на бланке 2000 знаков, по 50 букв в каждой строчке. По сигналу испытуемый вычеркивал заданные буквы («а», «м», «к», «в»). После проведения теста вычислялся коэффициент внимания по формуле:  $K = \frac{n1 - n2 - n3}{N} \cdot 100\%$  (N — общее количество вычеркну-

тых букв «а», «м», «к», «в»; n1 — количество правильно зачеркнутых букв; n2 — количество пропущенных букв; n3 — количество ошибочно зачеркнутых букв). При «К» от 0 % до 20 % — низкий уровень внимания, от 21 % до 40 % — ниже среднего, от 41 % до 60 % — средний уровень, от 61 % до 80 % — выше среднего уровня и от 81 % до 100 % — высокий уровень внимания.

Содержание экспериментальных занятий, как указывалось, включало физические упражнения из классической аэробики, отличающиеся разнообразием и требованием постоянного внимания при освоении отдельных элементов, объединении этих элементов в целостные двигательные действия с последующим выполнением в виде уже достаточно непростых комбинаций. Такая система осваиваемых упражнений создавала основу и для системного включения в педагогический процесс основных компонентов внимания.

Сначала с испытуемыми разучивались простые элементы, которые выполнялись на месте, на четыре счета. К таким элементам относятся: приставной шаг (step touch), открытый шаг (open step), «захлест» голени (curl), поднятие бедра (knee up), касание пола пяткой (heel touch), касание носком пола (toe touch). После овладения простыми элементами переходили к освоению сложных элементов, которые выполнялись с перемещениями в различные стороны, со сменой ведущей ноги. Это такие элементы, как шаги по линии (step

line), скрестный шаг в сторону (grape wine), приставные шаги в сторону с подскоком (chasse, gallop). После их освоения добавлялись движения руками в разных плоскостях, а также «повторы» с одной ноги (repete), двойные «повторы» одного элемента (double). Таким образом, соединяя простые элементы со сложными, создавались комбинации, которые выполнялись на 32 счета, имели четкое начало и конец [5].

При разучивании элементов и их соединений необходимо было концентрировать внимание. Успех в выполнении всей цепочки элементов обусловлен устойчивостью внимания и его распределением во времени обучения на моменты с ослаблением или усилением активности. Упражнения, используемые на занятиях с детьми с ЗПР, предъявляли к детям требования постоянно перестраивать и переключать свое внимание, при том что все задания выполнялись в умеренном темпе, без напряжения и последовательно сменяли друг друга. Следовательно, во время выполнения упражнений происходило постоянное чередование активизации произвольного и непроизвольного, внешнего и внутреннего внимания.

При освоении и выполнении физических упражнений на занятиях использовались методы обучения соединению отдельных элементов [5], способствующие постепенному повышению требований к проявляемому учащимися вниманию, к таким методам относятся:

- линейный метод,

- метод сложения,
- блок-метод,
- метод симметричного выполнения элементов.

*Линейный метод* заключался в разучивании одного элемента путем многократного повторения и добавления движения руками. После того, как элемент был усвоен, вводилась его модификация (усложнение). Следующим этапом данного метода являлось разучивание нового элемента. В итоге выстраивалась цепочка элементов. Во время обучения данным методом в активном состоянии находилось произвольное внимание, его активность регулировалась мышечной памятью, т. е. до того момента, как выполнение элемента автоматизировалось, активность внимания была высокой, после бессознательного выполнения повышенное произвольное внимание снижалось. Способность перестраиваться с выполнения одного элемента на другой способствовало развитию концентрации и распределения внимания.

При достаточном овладении базовыми элементами классической аэробики использовался *метод сложения*. Овладение данным методом требовало большей концентрации внимания занимающихся и подготовленности в плане координации движений, также происходило повышение объема внимания. Метод сложения заключался в повторении ранее выполненных элементов с первого, т. е. элемент после выполнения соединялся со вторым, добавлялся третий и возвращались к первому элементу.

Наиболее сложным методом являлся *блок-метод*, при использовании которого элементы соединялись блоками. Выполнялись первый элемент, далее второй и их соединяли, затем выполнялись четвертый и пятый элементы, и уже соединялись первый и второй с четвертым и пятым.

*Метод симметричного выполнения* элементов использовался при разучивании сложных комбинаций на 32 счета, в которых элементы на 16 счетов выполняются в одну сторону, а на остальных 16 счетов те же упражнения, но в другую сторону.

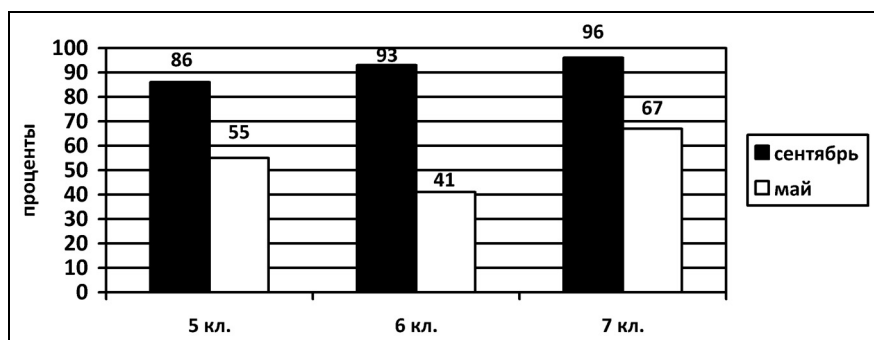
Модификация всех элементов осуществлялась путем изменения ведущей ноги, направления, темпа, добавления рук. Выполнение модифицированных элементов обуславливало включение в процессы разучивания всех свойств внимания: концентрации, переключаемости, распределения и объема внимания.

Следует отметить, что на занятиях учащиеся достаточно часто отвлекались, поэтому их внимание приходилось фиксировать на опре-

деленных моментах речевым дополнением (акцентами, изменением интонации и громкости речи). Кроме того, особое внимание уделялось ошибкам, допускаемым детьми при выполнении двигательных действий, с подробным объяснением и демонстрацией. Для обеспечения отдыха смена упражнений осуществлялась через кратковременные игровые паузы (например, прекращение выполнения упражнения в момент выключения музыки).

Исходные и итоговые результаты проведенной опытно-экспериментальной работы приводятся на рисунке.

Из приведенных данных, прежде всего, видно, сколько велико, по результатам проведения «Корректирующей пробы», число учащихся с низким уровнем развития внимания в сентябре месяце (до проведения опытно-экспериментальной работы). Так, число таких учащихся в пятом классе составляло 86 % (из 29 исследуемых), в шестом — 93 % (из 27 % испытуемых) и в седьмом — 96 % (из 24 испытуемых).



**Рис.** Сравнительные показатели числа учащихся с ЗПР с низким уровнем развития внимания до и после опытно-экспериментальных занятий

При повторном проведении «Корректирующей пробы» в мае, после опытно-экспериментальных занятий, выявлено очевидное улучшение показателей внимания. Так, в пятом классе число учащихся с низким уровнем развития внимания составило 55% (из 15 учащихся), в шестых — 41% (из 11 учащихся) и в седьмых — 67% (из 16 учащихся).

Таким образом, резюмируя изложенное, можно сделать следующие выводы.

1. Очевидно, что на сегодняшний день состояние произвольного внимания у детей с ЗПР находится на чрезвычайно низком уровне, что обуславливает необходимость проведения системной коррекционной работы.

2. Понимая, что проведенное исследование носило поисковый характер и требуется дальнейшее более глубокое изучение затронутых вопросов, можно, тем не менее, заключить, что в проведении коррекции внимания значительное место могут (и должны) занимать средства физической культуры (физические упражнения).

3. Одним из наиболее действенных средств, используемых для коррекции внимания у детей с ЗПР, могут являться элементы классической аэробики, во-первых, требующие при выполнении проявления внимания. Во-вторых, отчетливо обозначенные различные алгоритмы освоения таких элементов и объединение их в комбинации позволяет направленно управлять

концентрацией и объемом проявляемого учащимися внимания.

### Литература

1. Алмазова, О. В. Педагогическая технология коррекции нарушенного внимания младших школьников с задержкой психического развития церебрально-органического генеза : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03 / О. В. Алмазова. — Екатеринбург, 1997.

2. Андрюхина, Т. В. Коррекция физического развития младших школьников с ЗПР церебрально-органического генеза средствами народных подвижных игр : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03 / Т. В. Андрюхина. — Екатеринбург, 2000.

3. Григорьев, Д. В. Коррекция двигательных нарушений младших школьников с задержкой психического развития : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.03 / Д. В. Григорьев. — СПб., 2003.

4. Лесгафт, П. Ф. Избр. тр. / П. Ф. Лесгафт ; сост. И. Н. Решетень — М. : Физкультура и спорт, 1987.

5. Лисицкая, Т. С. Аэробика : в 2 т. / Т. С. Лисицкая, Л. В. Сиднева — М. : Федерация аэробики России, 2002. — Т. 1 : Теория и методика.

6. Лубовский, В. И. Психологические проблемы диагностики аномального развития детей / В. И. Лубовский. — М. : Педагогика, 1989.

7. Лурия, А. Р. Внимание и память / А. Р. Лурия. — М., 1975.

8. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. — СПб. : Питер, 2000.

9. Солсо, Р. Когнитивная психология / Р. Солсо. — СПб. : Питер, 2002.

10. Ульenkova, У. В. Дети с задержкой психического развития / У. В. Ульenkova ; НГПУ. — Изд. 2-е, испр. и доп. — Н. Новгород : НГПУ, 1994.