Министерство спорта Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Смоленский государственный университет спорта»

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ, РЕКРЕАЦИИ И СПОРТЕ

Материалы

Юбилейной XX Международной научно-практической конференции

26-27 февраля 2026 года

Смоленск - 2026

УДК 796.3
ББК 75.5
С 56

Редакционная коллегия:
д.п.н., доцент Родин А.В., д.п.н., профессор Губа В.П. (ответственные редакторы) (Смоленск); к.п.н., доцент Ананьин А.С., д.п.н., доцент Антипов А.В. (Мытищи); к.п.н., доцент Булыкина Л.В. (Москва); д.б.н., профессор Денисенко Ю.П. (Казань); к.п.н. Захаров П.С. (Смоленск); д.п.н., профессор Жийяр М.В. (Москва); д.п.н., профессор Квашук П.В. (Москва, Россия); д.п.н., доцент Козин В.В. (Санкт-Петербург, Россия); д.п.н., доцент Коновалов И.Е. (Казань); д.п.н., профессор Костюков В.В. (Краснодар); д.п.н., профессор Луткова Н.В. (Санкт-Петербург); к.п.н., доцент Мазурина А.В. (Смоленск); д.п.н., профессор Макаров Ю.М. (Санкт-Петербург); к.псих.н., доцент Нифонтов М.Ю. (Санкт-Петербург), к.п.н., доцент Чернецов М.М. (Смоленск), д.п.н., профессор Айрапетьянц Л.Р. (Ташкент, Узбекистан); д.п.н., профессор Андрущишин И.Ф. (Алматы, Казахстан)профессор Marián Merica (Братислава, Словакия); к.п.н. Хуан Юнь (Чжэнчжоу, Китай).
Ответственные за выпуск: Луганская М.В., Прохорова К.В. (Смоленск, Россия)

Рецензенты:
Кафедра теории и методики волейбола Российского университета спорта «ГЦОЛИФК»
Кафедра теории и методики спортивных игр Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма

С 56 Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы XX Международной научно-практической конференции / Под общ. ред. д.п.н., доц. А.В. Родина, д.п.н., профессор В.П. Губы (г. Смоленск, 26-27 февраля 2026 года). – Смоленск: ФГБОУ ВО «СГУС», 2026. – 482 с.

В сборник вошли материалы, посвященные актуальным вопросам теории и методики спортивных игр. В представленных научных работах раскрываются аспекты применения спортивных игр, как средства физического воспитания и рекреации, различные проблемы подготовки спортивных резервов и квалифицированных спортсменов, а также общие вопросы теории и методики игровых видов спорта.

В сборник вошли материалы исследований, ведущих отечественных (Ангарск, Архангельск, Воронеж, Донецк, Ижевск, Казань, Коломна, Краснодар, Малаховка, Москва, Мытищи, Новосибирск, Омск, Рязань, Самара, Саратов, Санкт-Петербург, Смоленск, Тюмень, Челябинск) и зарубежных (Алматы, Братислава, Гродно, Минск, Пинск, София, Ташкент, Ухань, Харбин, Чжэнчжоу) специалистов по данной тематике.

Сборник статей адресован студентам, магистрантам, аспирантам, преподавателям и сотрудникам учебных заведений для изучения актуальных проблем теории и методики спортивных игр, а также тренерам и специалистам, проводящим научные исследования в КНГ сборных команд.

© ФГБОУ ВО «Смоленский государственный университет спорта», 2026
© Кафедра теории и методики спортивных игр, 2026

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие…… 10
Аверкиев В.И., Дубровская А.М. Индивидуализация процесса обучения у начинающих футболистов…….. 11
Аверьянов И.В., Князева Ю.С., Смирнов А.Г., Аверин Д.Д. Теоретические аспекты координационной подготовки студентов, занимающихся мини-футболом……... 13
Айрапетьянц Л.Р. Укрепление пояснично-тазового отдела для повышения ловкости и координации студентов-волейболистов..……... 17
Андреев Д.В., Андреев В.Е. Влияние правильного питания и восстановления на силовое катание хоккеистов…… 20
Андреев Д.С., Коновалов И.Е. Комплекс восстановительных процедур для студенческой баскетбольной команды в недельном микроцикле…….. 23
Андрущишин И.Ф., Денисенко Ю.П., Гераськин А.А., Поливаев А.Г. Физиологические особенности адаптации организма спортсменов к экстремальным воздействиям в спортивных играх……..… 26
Аникин А.А. Аспекты координационной подготовки студентов в формате спортивных игр – футбол……... 30
Аниськова В.Д., Савко Д.П., Остапук Д.А. Спортивные игры как фактор гармоничного развития личности……... 34
Анненко И.Ю. Особенности применения передач мяча для организации позиционных атак у гандболистов высокой квалификации…… 37
Анненко И.Ю. Подвижные игры в обучении броскам мяча в падении…….. 41
Апарнева М.Д., Шкребко Д.В. Развитие специальной выносливости у обучающихся старшего школьного возраста на уроках баскетбола…….. 45
Арутюнян Т.А., Губа В.П. Особенности развития специальной выносливости футболистов 14–15 лет в структуре подготовительного периода……... 47
Ахметшина З.М., Ильин С.Н. Системный кризис в подготовке квалифицированных спортсменов и пути его преодоления…… 50
Ацута К.А., Губа В.П., Булыкина Л.В., Ананьин А.С. Влияние поведения тренера во время тайм-аута на эффективность игровых действий волейболистов……..... 53
Бабаев Н.М., Козин В.В., Пудло П.М. Типизация соревновательной деятельности хоккейных вратарей: баланс стандартизации и вариативности в условиях неопределенности…… 56
Бакулина Е.Д., Кулькова К.А. Развитие силовых способностей при помощи игровых методов у спортсменок 14-16 лет, занимающихся эстетической гимнастикой……..……... 59
Бакулина Е.Д., Смирнова А.М. Подвижные игры как важная составляющая в подготовке юных спортсменок в художественной гимнастике…….. 62
Бакулина Е.Д., Тарасова К.В. Подготовка юных спортсменок в художественной гимнастике к соревновательной деятельности с использование подвижных игр……. 65
Баранов В.А., Дедловская М.В. Методика обучения технике ведения мяча футболистов 7-8 лет…….…….. 68
Баранова О.В. Технология проведения учебно-тренировочного занятия в системе физической подготовки военнослужащих…….. 72

Бахтова Е.А., Гончарова О.П. Использование тренажера полусфера для обучения теннисистов 8-9 лет……..…….. 75
Белокозович Е.Ю., Грязнов Г.А., Шеховцов Е.Д. Программирование обучения тактико-техническим действиям юных хоккеистов на основе моделирования игровых ситуаций…… 78
Биткин В.В., Щепин М.А., Родин А.В. Интеграция упражнений циклического характера в процесс общей физической подготовки волейболистов студенческих команд……... 82
Богомолов И.В., Маркелов А.В., Родин А.В. Современные проблемы технико-тактической подготовки футбольных вратарей……..... 85
Борисов А.В., Ермолова О.С. Анализ действий блокирующих в волейболе……. 89
Борисова М.М., Борисова Т.Г. SNAG-гольф как инструмент тренировки когнитивных функций у дошкольников…… 93
Булдакова И.В., Кожевников В.С., Байков В.П. Сравнительный анализ физиологических и психофизиологических показателей у волейболисток различной квалификации…… 97
Быков А.В., Созинов С.А., Юстус К.И., Киприянова К.Ю. Групповые тактические взаимодействия в нападении: методика обучения флорболистов…… 99
Ван Хуну, Атаманычев А.Н. Нюансы и подходы к обучению в индивидуальных тренировках баскетболистов студентов…… 106
Виноградов Н.О., Галиуллин А.Р. Сравнительный анализ тенденций техники и использование в соревновательной деятельности стандартного кистевого броска и броска «щелчок» хоккеистов на этапе совершенствования спортивного мастерства и хоккеистов на этапе высшего спортивного мастерства…… 109
Гаврилов Н.В., Нифонтов М.Ю., Привалов А.В. Конверсионная техническая подготовка юных футболистов……. 112
Ганенко А.С., Родин А.В., Губа В.П. Управление игровыми действиями в соревновательной деятельности спортсменов (на примере волейбола)…….. 115
Годфрей И.Ч., Исса И.Б., Филоненко Л.В. Игровые виды спорта в Танзании и их воздействие на молодежь и военнослужащих……. 117
Губа В.П., Шакаров Т.А., Солодников А.В., Григорьев В.А. Анализ концептуальных, содержательных и процессуальных аспектов индивидуального обучения техническим приемам юных спортсменов……... 121
Губина Ю.В., Сафоненкова Е.В. Факторы риска и стратегии профилактики зависимого поведения у студентов-спортигровиков…… 124
Данилов М.В., Родин А.В. Факторы, ограничивающие рост профессионального спортсмена в игре волейбол…… 127
Данков С.В., Луганская М.В. О важности спортивной специализации игроков в баскетболе……. 132
Денисенко Ю.П., Андрущишин И.Ф., Гераськин А.А., Поливаев А.Г. Влияние активности тормозно-релаксационной функциональной системы защиты на эффективность выполнения физических нагрузок в спортивных играх…… 135
Денисенко Ю.П., Андрущишин И.Ф., Гераськин А.А., Поливаев А.Г. Миорелаксация в повышении функциональных возможностей организма в спортивных играх……. 139
Денисенко Ю.П., Садыков Н.Н., Еникеев Ш.Р., Поканинов В.Б. Комплексная релаксационная система в физической подготовке в спортивных играх…….. 143
Дорохов А.Ю., Лаптев А.В. Анализ системы детско-юношеского баскетбола в

Испании…… 147
Ду Л., Жийяр М.В. Сравнительный анализ системы отбора в студенческую команду по баскетболу в России и зарубежных странах……. 150
Егоров В.В., Бакланов В.Д. Эффективность физической подготовки баскетболистов при организации и проведении тренировочных сборов……... 155
Жигун Е.Е. Применение подвижных игр в реабилитационном процессе с детьми с нарушением интеллектуального развития……. 158
Жуков М.В. Структура и содержание ситуационного анализа в подготовке боксеров 13-14 лет……... 161
Завьялов Н.А., Кожевников В.С. Физиологические и игровые особенности футболистов основного и запасного составов в зависимости от амплуа…….. 165
Захаров П.С., Луганская М.В., Бурмистров С.Р. Эффективность применения программы по профилактике травм нижних конечностей в мужской сборной СГУС по баскетболу…… 169
Золотов Е.Н., Родин А.В. Динамика физической подготовленности юных хоккеистов в процессе нейромышечной тренировки…… 172
Иванов В.А., Лифанова Е.С. Структура функциональной подготовки квалифицированных спортсменов в регби…….. 175
Исаков Е.Ю. Темпы прироста психомоторных способностей у начинающих спортсменов в настольном теннисе…… 178
Казаков Д.Н., Булыкина Л.В., Григорьев В.А., Пшеничная А.М. Методика повышения прыгучести у студентов-волейболистов для подготовки к клубным соревнованиям…….. 180
Карпинская Н.И. Методические аспекты физической подготовки в адаптивных спортивных играх……. 184
Кипкаев М.Н., Антипов А.В. Руководство профессиональной футбольной командой……... 187
Киселев И.А., Родин А.В. Использование подвижных игр в учебных и тренировочных занятиях……. 190
Киселева И.В., Щеглов Г.Г. Прогнозирование способностей юных волейболистов к овладению техникой игры……... 193
Кичкин Н.А., Пресняков В.В. Применение когнитивно-сенсорного тренажёра XLiGHT в подготовке начинающих футбольных арбитров…… 196
Ковригин В.Е. Сравнительный анализ атакующих действий ведущих команд России в классическом баскетболе и баскетболе 3х3…….. 199
Козин В.В., Михайлаки В.К., Царьков А.М. Цифровые технологии и ситуационный анализ в оценке соревновательной деятельности хоккеистов…….. 202
Колесников М.Б.Развитие силовой выносливости у регбистов 15-16 лет……. 206
Конашков И.С., Прохорова К.В. Развитие координационных способностей у детей младшего школьного возраста, занимающихся настольным теннисом средствами различных упражнений с мячами…….. 209
Кондрашенкова А.В., Родионов И.С., Родин А.В. Психофизиологические основы спортивной деятельности в игровых видах спорта…… 212
Коник И.В., Квашук П.В. Баскетбольный игровой интеллект: понятие и значение…… 217
Коник И.В., Квашук П.В. Факторная структура специальной технической подготовленности баскетболистов студенческих команд…….. 219
Коровин Т.Д., Губа В.П. Идентификация талантливости в системе спортивного

отбора юных футболистов…… 222
Корольков А.Н., Лангуева О.В., Галиев Р.Р. Конкурентноспособность в женском профессиональном гольфе…….. 225
Корян А.Р., Ермаков А.Н. Индивидуальные технико-тактические действия в защите у квалифицированных футболистов…… 228
Костюков В.В., Мосол Т.А., Костюкова О.Н., Тютюнникова Н.В. Повышение интенсивности тренировочных занятий пляжным волейболом девочек 7-8 лет….. 231
Кувачев М.С., Козин В.В. Структура и процессуальные особенности проектного управления в системе массового спорта……... 234
Кудинова Ю.В., Головина Л.Г., Жмуров С.А., Курочкина Н.Е. Качество приёма подачи мяча как фактор успешных контратакующих действий в волейболе…….. 238
Кузнецов В.Д., Кондрашенкова А.В., Родионов И.С.Спортивные и подвижные игры как часть оздоровительно-реабилитационных программ……. 241
Курбатова А.Г., Перова Г.М. Реализация игровых технологий на занятиях физической культурой в современной образовательной среде……. 246
Лаптев А.В., Коробкова К.С., Коник И.В. Сравнительный анализ узнаваемости российских, сербских и баскетболистов остального мира среди сербских игроков. 248
Ли Х., Жийяр М.В. Тренировка координационных способностей студентов-гандболистов средствами танцевального спорта…….. 252
Луткова Н.В., Макаров Ю.М. Влияние показателей концентрации внимания на эффективность игровой деятельности квалифицированных гандболистов…….. 258
Малков Я.И., Козин В.В., Иванов Ф.Д. Ситуационная модель обучения в системе тактико-технической подготовки хоккеистов: развитие игрового мышления и принятия решений……. 262
Мельник Е.В., Цагельникова А.А. Факторы успешности соревновательной деятельности теннисистов подросткового возраста…… 266
Мельник Я.В., Митусова Е.Д. Повышение уровня физической подготовки средствами высокоинтенсивных интервальных тренировок…….. 270
Merica M., Dvorská B. Sports games and their application at children in pre-primary education…… 274
Морозов ЕА., Шакаров Т.А. Методика подготовки юных хоккеистов к спортивной деятельности на начальном этапе учебно-тренировочного процесса…… 278
Мосол Т.А., Костюкова О.Н., Костюков В.В., Левченко А.А. Динамика показателей физической и технической подготовленности юных спортсменов 7-8 лет при использовании разработанной методики годичных тренировок по пляжному волейболу……... 282
Мухина Э.В., Изместьева С.А. Специфика теоретической подготовки юных спортсменов в училищах олимпийского резерва (на примере игровых видов спорта) ……..... 285
Набиев Т.Э. Формирование интереса студентов к спортивным играм на занятиях по физической культуре через систему воспитательных мероприятий…… 289
Нефедова А.И., Митусова Е.Д. Особенности развития быстроты реакции в тренировочном процессе юных бадминтонистов……. 292
Орлов А.В. Комплексный контроль технической подготовленности футболистов групп совершенствования спортивного мастерства с учетом их игрового амплуа.. 296
Орлов А.В. Программирование тренировочных микроциклов в процессе

предсезонных сборов футболистов на этапе спортивной специализации……. 298
Осипов А.А., Конашков И.С., Щепин М.А. Оценка качества учебных занятий по настольному теннису на основе анализа тестовых показателей студентов……. 302
Осиченко Е.Д. Адаптация системы спортивной подготовки в Донецкой Народной Республике в современных условиях…… 306
Перова Г.М. Формирование мотивации к физической активности у студентов средствами подвижных игр……. 309
Петров Г.И., Кострубов А.Н., Клюева И.В. «Сплит-степ» в подготовке профессиональных волейболистов…… 311
Печерина В.А. Анализ игровых показателей студенческой сборной команды «УралГУФК» по баскетболу в чемпионате АСБ России в сезоне 2025-2026…….. 314
Плотникова В.Б., Емельянова Ю.Н. Физическая подготовка баскетболистов 10-11 лет на основе применения интегрированных упражнений……... 316
Покинко Е.И., Лаптев А.А. Комплексы специальных упражнений для профилактики травматизма в спортивной подготовке молодежной команды московской баскетбольной академии (МБА-2)…… 321
Полишкис М.М., Галактионов М.М. Модельные параметры двигательной подготовленности высококвалифицированных футболистов при планировании модельно-целевых упражнений…….. 324
Прокопьев Н.Я., Ананьев В.Н., Торшин В.И., Гуртовой Е.С., Извин С.С. Влияние дозы кофеина на уровень адаптационного потенциала по Р.М. Баевскому у студентов физкультурного вуза во время магнитной бури……... 327
Прохорова К.В., Конашков И.С. Совершенствование эффективности приёма подач у квалифицированных волейболисток……... 337
Ракитин Д.К., Лаптев А.В. Исследование уровня завершения спортивных школ олимпийского резерва (СШОР) по баскетболу на примере МАУ ДО СШОР №1 г. О. Химки..... 341
Рамзайцева А.А. Развитие физических качеств методом круговой тренировки у гандболисток на этапе начальной подготовки…….. 345
Ржанов А.А. Связь концентрации витамина D с показателями взрывной мышечной силы у волейболистов…….. 349
Ржанов А.А. Формирование баллистической координации в волейболе…… 352
Ржанов А.А. Цифровые и интеллектуальные технологии как фактор повышения эффективности тренировочного процесса юных волейболистов…….. 354
Рожков Е.К., Родин А.В. Индивидуальная подготовка квалифицированных баскетболистов с утяжеленным мячом SKLZ……... 358
Родин А.В., Хуан Юнь, Хвостиков Д.В. Взаимосвязь стажа профессиональной подготовки с возникновением спортивных травм у молодых волейболистов…… 362
Ротенберг П.А. Организационно-методические основы интеграции когнитивных и тактико-технических компонентов подготовки в детском хоккее…… 365
Сафоненкова Е.В., Губина Ю.В. Соматотипологические закономерности распределения морфо- и физиометрических показателей юных спортсменов 13-16 лет, специализирующихся в игровых видах спорта…… 369
Селедевский С.А., Родин А.В. Анализ мнения тренеров о приоритетности подходов и видов подготовок в тренировочном процессе юных хоккеистов…….. 375
Ситдиков Б.Р., Кожевников В.С.Особенности физической и технической подготовленности у футболистов 7-8 лет, демонстрирующих различную

эффективность игровой деятельности……... 378
Скрябина В.В. Развитие целевой точности ударов у теннисистов 10–12 лет на тренировочном этапе подготовки…….. 381
Смирнов А.А., Губа В.П., Булыкина Л.В., Пшеничная А.М. Связь качества приёма подачи и эффективности атакующих действий в волейболе…… 383
Соколов Е.А., Лаптев А.А. Цифровые технологии в технико-тактической подготовке баскетболистов студенческих команд……... 386
Сокур Б.П., Юренкова Е.С. Оценка уровня частоты движений у теннисистов 7-8 лет, применительно к перемещениям по площадке…….. 388
Страх К.А., Шишкова А.А., Остапук Д.А. Фиджитал-спорт как средство повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом…….. 391
Сунь Хаоюй Прикладная ценность и системный анализ внедрения спортивных игр в китайских вузах…….. 394
Суханова А.В. Тенденции в тактике атакующих действий игроков высокой квалификации при атаке из четвертой зоны в волейболе…… 396
Суханова А.В. Тонизация мышечной и центральной нервной системы у волейболистов высокой квалификации с помощью скоростно-силовых упражнений в соревновательном периоде ……..... 402
Тарасова Е.Д., Романова В.Д. Развитие физических качеств с использованием подвижных игр в тренировочном процессе у фехтовальщиков 8-10 лет…….. 407
Татаринова К.К. Сравнительный анализ эффективности действий атакующих защитников женской сборной УралГУФК в соревновательной деятельности ……. 411
Халиуллин Р.Р., Еникеев Ш.Р. Методика подготовки спортивного резерва в игровых видах спорта: от отбора до мониторинга эффективности…… 413
Хорева Ю.А. Психолого-педагогическое обеспечение устойчивости волейболистов к сбивающим факторам в условиях соревнований…… 416
Хорева Ю.А. Формирование мастерства волейболистов с учетом психологических особенностей тренировочного процесса…… 421
Хуан Юнь, Губа В.П., Родин А.В. Булыкина Л.В., Захаров Е.И. Содержание функционального тренинга при профилактике спортивного травматизма молодых волейболистов…… 425
Цзян Х., Черкашин И.А., Черкашина Е.В. Контроль сенсомоторного компонента психофизиологического состояния спортсменов в студенческом баскетболе Китая……. 428
Чайченко М.В. Развитие физических качеств на занятиях физической культурой в вузе средствами футбола……. 432
Чайченко М.В., Чайченко Д.А. Особенности инклюзивного подхода в тренировочном процессе юных волейболистов…… 435
Чайченко М.В., Чайченко Д.А. Подвижные игры как универсальный инструмент формирования координационных умений и адаптации детей с особыми образовательными потребностями……. 437
Чайченко М.В., Чайченко Д.А. Психологическая подготовка как основополагающий фактор в спорте…….. 440
Чернецов М.М. Индивидуальный подход к развитию скоростно-силовых способностей у футболистов-защитников 14-15 лет…… 442
Чернецов М.М. Совершенствование атакующих действий футболистов-студентов на основе структурных особенностей игрового пространства……. 444
Чернецов М.М. Совершенствование процесса технической подготовки вратарей

15-17 лет по футболу……... 447
Чжао Пэн, Губа В.П., Булыкина Л.В. Иерархия индексов спортивного отбора баскетболистов и волейболистов Китая по морфологическим параметрам организма…… 449
Чэн Гун Взаимосвязь скоростно-силовой подготовленности и когнитивных функций у бадминтонистов 10–12 лет……... 452
Чжан Чанхао Оптимизация развития двигательно-координационных способностей волейболистов 10–12 лет в условиях спортивной подготовки в Китае.……..... 455
Шакаров Т.А., Пресняков В.В., Родин А.В. Планирование недельного микроцикла юных хоккеистов в возрасте 6-8 лет на этапе начальной подготовки.. 458
Шакаров Т.А., Морозов Е.А., Губа В.П. Особенности контроля в технико-тактической подготовке хоккеистов на различных этапах учебно-тренировочного процесса…… 461
Шарипов, Р.И., Коновалов. И.Е. Сравнительный анализ различных дисциплин игры волейбол классического, пляжного и снежного……. 464
Шевелева А.Ю., Кулькова К.А. Влияние гибкости на спортивный результат в пауэрлифтинге: анализ и методические аспекты……. 467
Шевелева А.Ю., Смирнова А.М. Развитие скоростно-силовых способностей у учащихся 5-6 классов средствами подвижных игр…….. 471
Шестаков С.А., Старцев М.В. Обзор особенностей построения многолетней подготовки баскетболистов в Германии……..…. 474
Яковлева Н.Б., Яковлев Б.А. Психофизиологическая диагностика готовности спортсмена: валидация метода прогнозирования грубых ошибок в зависимости от уровня квалификации……. 478

Жигун Е.Е.
Полесский государственный университет, Пинск, Республика Беларусь

Аннотация. *В статье рассмотрены вопросы организации и проведения занятий подвижными играми с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения. Проведена систематизация игровых упражнений в зависимости от возраста занимающихся и степени интеллектуальных нарушений.*

Ключевые слова: *подвижные игры, нарушение интеллекта, умственная отсталость, аутизм, адаптивная физическая культура.*

USE OF OUTDOOR GAMES IN REHABILITATION WITH CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

Jigun E.E.
Polessky state university, Pinsk, Republic of Belarus

Abstract. *The article discusses the organization and conduct of outdoor games with children with intellectual disabilities. A systematization of game exercises was carried out depending on the age of those involved and the degree of intellectual disorders.*

Key words: *mobile games, impaired intelligence, intellectual disability, autism, adaptive physical education.*

Введение. Реабилитационные мероприятия с детьми, имеющими нарушения интеллектуального развития, необходимо начинать в раннем возрасте (0 до 3-х лет). Таким образом существует возможность при незначительных нарушениях к школьному возрасту скорректировать выявленные недостатки и отправить ребёнка не в коррекционный класс. В комплекс реабилитационных мероприятий включены занятия адаптивной физической культурой.

Подвижные игры являются важным средством АФК и направлены на ликвидацию или максимально возможную компенсацию ограничений жизнедеятельности лиц с инвалидностью для их социализации, обучения навыкам общения, полную или частичную интеграцию в общество.

Адаптивная физическая культура представляет собой систему физических упражнений, направленных на повышение функционального состояния организма, развитие физических качеств, обучение новым навыкам. При работе с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения, необходимо учитывать: возраст ребёнка, сопутствующие заболевания, степень нарушения интеллекта, предпочтительные виды деятельности для самого занимающегося.

Цель исследования – выявление особенностей организации и проведения подвижных игр для детей с различной степенью нарушения интеллектуальной деятельности.

Организация исследования. Исследование проводилось на базе бюджетного учреждения Орловской области "Областной реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями" с 2022 по 2025 года. Клиентов реабилитационного центра обслуживали специалисты выездного отделения, которые оказывали услуги наиболее тяжелой категории детей на дому (1 группа). К данной группе относятся дети 3-18 лет с тяжелыми множественными нарушениями. Как правило они на разговаривают, имеют мышечную атрофию и проблемы с суставами, тяжелые нарушения ОДА.

Следующая категория детей-инвалидов (2 группа) обслуживалась непосредственно в реабилитационном центре. К ней относятся дети той же возрастной группы, имеющие помимо умственных нарушений другие сопутствующие заболевания, понимающие речь, но сами не говорящие.

К детям 3 группы отнесены занимающиеся имеющие, незначительные нарушения интеллекта, такие клиенты разговаривали, выполняли простые упражнения без сложнокоординационной структуры. С детьми 3 группы были организованы групповые занятия (интеграция). В которых одновременно могли участвовать в подвижных играх до 3-х человек.

Результаты исследования. Подвижные игры, применяемые на занятиях с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения были разработаны опытным путём и систематизированы в программе [3]. В первую очередь при знакомстве с родителями проводился опрос. На занятиях с детьми 1 группы у родителей выяснялось какие дети имеют фобии. Например, яркие игрушки, шуршащие звуки, громкая музыка, световые вспышки. Самой сложной категорией детей при проведении подвижных игр, являются занимающиеся не приемлющие тактильный контакт. Занятия подвижными играми проводились с использованием речитативов, негромкой музыки, песен из мультфильмов в присутствии мамы. Применялись простейшие упражнения, такие как, пальчиковая гимнастика, элементы массажа, сжимание массажного мячика в ладони, ролевые игры с инвентарём и детскими игрушками.

Занятия с детьми 2 группы проводились в течении 30 минут. На каждого занимающегося составлялся индивидуальный план, рассчитанный на 10 занятий. После полного курса на ребёнка составлялось итоговое заключение. Планировалось чередования подвижных игр и занятий общей физической подготовкой. Структура занятия состояла из подготовительной, основной и заключительной части. В подготовительную часть входило перемещение шагом по беговой дорожке. После чего переходили к подвижным играм. Игры подбирались исходя из двигательных возможностей ребёнка. Если сопутствующим заболеванием был ДЦП, то возможны нарушения работы руки (ноги). В таком случае игровые задание, требующие усилий, такие как поймать и бросить мяч, положить мяч в кольцо, прокатить ногой (рукой) по полу сочетались с упражнениями, направленными на развитие мелкой моторики: переложить мячи для настольного тенниса повреждённой рукой в другую чашку. Данное упражнение выполнялось на время с условием на следующий день улучшить результат. Также игры подбирались исходя из возраста ребёнка. Для детей от 3 до 6 лет игры необходимо подбирать с учётом неустойчивости их внимания. Поэтому следует чередовать виды физических упражнений и игр с занятиями на тренажёрах. Полезны для данной категории детей игровые занятия на безибордах, межполушарных досках, разборка и сборка пирамидки, способствующие развитию мелкой моторики и когнитивной сферы ребёнка. Любую двигательную деятельность при проведении занятия АФК с детьми от 3-х до 6 лет можно преобразовать в игровую. Для этого необходимо использовать соревновательный элемент: «Брось выше, точнее, дальше», сопровождать выполнение упражнения детскими песнями, стихами, делать совместно с ребёнком. Степень сложности игры подбирается индивидуально в зависимости от сформированности интеллектуальной сферы, двигательно-координационного опыта ребёнка, желания заниматься [1, 2, 4].

Дети 7-12 лет сохраняют положительное отношение к подвижным играм, эмоционально реагируют при их проведении. В данной возрастной категории применяются игры, направленные на развитие физических качеств, коррекцию интеллектуальных нарушений, формирование простых двигательных навыков: поймать и бросить мяч, собрать мячи сачком и т.д. С детьми 7-12 лет проводились следующие игры: «Боулинг», «Салочки с мячом», «Попади мячом в цель», «Спортивное-не спортивное», «Хоккей возле стенки», «Поймай гимнастическую палку».

Подвижные игры, применяемые на занятиях АФК со старшей возрастной группой (13-18 лет) были приближены к спортивным, основной особенностью являлась сильная ограниченность площадки для игры (кабинет АФК). С данной

возрастной категорией проводились следующие игры: «Бадминтон», «Футбол возле стенки», «Баскетбол».

Занятия с детьми 3 группы характеризуются тем, что интеллектуальная сфера таких детей повреждена незначительно, следовательно, задания усложняются. При сборе мячей сачком предъявляются требования к их сортировке по размеру и цвету. В игре «Спортивное не спортивное» увеличивается скорость бросков мяча и повышается сложность логических определений.

Один раз в неделю дети 3 группы занимались АФК в форме интеграции, после коррекционной работы в виде творческих упражнений (рисование, лепка, аппликация) они приходили в кабинет АФК по три человек и участвовали в совместных подвижных играх. Дети с диагнозом «Аутизм» плохо идут на контакт со взрослыми, не любят взаимодействовать между собой. Основной задачей таких занятий было привлечение их к совместной работе и коммуникации вербальными средствами.

Выводы. Подбирать игровые упражнения для детей с нарушением интеллектуального развития следует, основываясь на дидактических принципах: игра должна быть доступна ребёнку, но от него, в свою очередь, требуется усилие, которое будет направлено на развитие физических качеств и формирование простых двигательных навыков. Важно, чтобы подвижные игры несли в себе практический смысл, а формируемые навыки могли быть использованы в быту и реальной жизни занимающегося.

Список источников

1. *Бобрищева-Пушкина, Н.Д. Физическое и психическое развитие детей и подростков как показатель состояния здоровья / Н.Д. Бобрищева-Пушкина, Л.Ю. Кузнецова, А.А. Силаев, О.Л. Попова // Практика педиатра. – 2008. - №3. – С. 24-25.*
2. *Горская, И.Ю. Базовые координационные способности школьников с разным уровнем здоровья / И.Ю. Горская, Л.А. Суянгулова. – Омск: СибГАФК, 2000. – 210 с.*
3. *Жигун, Е.Е. Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «АФК для детей с ОВЗ от 3 до 18 лет» / Е.Е. Жигун. – Орёл, 2025. – 11 с.*
4. *Мазур, Г.А. Программа адаптивной физической культуры «Игровая гимнастика»: семейные занятия для детей с нарушениями психического развития: учебно-методическое пособие / Г.А. Мазур, О.С. Шалина. – М.: МГМСУ, 2021. – 71 с.*

Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте

Материалы
XX Международной научно-практической конференции
(26-27 февраля 2026 года)

Редакционная коллегия: д.п.н., доцент Родин А.В., д.п.н., профессор Губа В.П. (ответственные редакторы) (Смоленск); к.п.н., доцент Ананьин А.С., д.п.н., доцент Антипов А.В. (Мытищи); к.п.н., доцент Булыкина Л.В. (Москва); д.б.н., профессор Денисенко Ю.П. (Казань); к.п.н. Захаров П.С. (Смоленск); д.п.н., профессор Жийяр М.В. (Москва); д.п.н., профессор Квашук П.В. (Москва, Россия); д.п.н., доцент Козин В.В. (Санкт-Петербург, Россия); д.п.н., доцент Коновалов И.Е. (Казань); д.п.н., профессор Костюков В.В. (Краснодар); д.п.н., профессор Луткова Н.В. (Санкт-Петербург); к.п.н., доцент Мазурина А.В. (Смоленск); д.п.н., профессор Макаров Ю.М. (Санкт-Петербург); к.псих.н., доцент Нифонтов М.Ю. (Санкт-Петербург), к.п.н., доцент Чернецов М.М. (Смоленск), д.п.н., профессор Айрапетьянц Л.Р. (Ташкент, Узбекистан); д.п.н., профессор Андрущишин И.Ф. (Алматы, Казахстан)профессор Marián Merica (Братислава, Словакия); к.п.н. Хуан Юнь (Чжэнчжоу, Китай).
Ответственные за выпуск: Луганская М.В., Прохорова К.В. (Смоленск, Россия)

В СООТВЕТСТВИИ С ПОСТАНОВЛЕНИЕМ ПРАВИТЕЛЬСТВА РФ №227 ОТ 20 АПРЕЛЯ 2006 г. РАБОТЫ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ В МАТЕРИАЛАХ МЕЖДУНАРОДНЫХ И ОБЩЕРОССИЙСКИХ КОНФЕРЕНЦИЙ, ЗАСЧИТЫВАЮТСЯ ВАК РФ ПРИ ЗАЩИТЕ ДИССЕРТАЦИИ (П. 11 ПОСТАНОВЛЕНИЯ)

Редакционная коллегия не несет ответственности за содержание и достоверность текста публикуемого авторами материала

Электронное издание