



Исследовательская статья

УДК 376.4

DOI: 10.24412/2076-9091-2026-182-195

Светлана Юрьевна Размахова¹,
Светлана Николаевна Русанова¹,
Ольга Николаевна Руссу¹

¹ Московский городской педагогический университет,
Москва, Россия

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ СРЕДСТВАМИ ГИМНАСТИКИ УШУ

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена необходимостью поиска комплексных подходов к развитию детей с интеллектуальными нарушениями, совмещающих двигательную коррекцию с формированием психосоциального развития, а также недостаточной изученностью применения средств восточных гимнастик в данной области. Цель работы — разработка и экспериментальная проверка методики развития координационных способностей и психосоциального развития детей с интеллектуальными нарушениями средствами гимнастики ушу. Для достижения цели применялся следующий комплекс методов: педагогическое тестирование (прыжок в длину, хождение по бревну), анкетирование по мотивации, тест Бурдона, статистическая обработка данных. В исследовании участвовали 20 детей 7–10 лет с интеллектуальными нарушениями. Результаты показали достоверное улучшение показателей физической подготовленности в экспериментальной группе: прыжок в длину с места (+5,54 %), прыжки на одной ноге (+12,34 %), хождение по бревну (+25,68 %). У 76,5 % детей сформирована устойчивая мотивация к занятиям, у 84,4 % — улучшены показатели концентрации внимания и у 95,5 % — показатели социальной адаптации. По результатам исследования сделан вывод, что методика

применения гимнастики ушу доказала свою эффективность для комплексного развития детей с интеллектуальными нарушениями.

Ключевые слова: нарушение интеллекта, гимнастика ушу, координация, физкультурно-оздоровительная, мотивационная сфера

Research article

UDC 376.4

DOI: 10.24412/2076-9091-2026-182-195

Svetlana Yurievna Razmakhova¹,

Svetlana Nikolaevna Rusanova¹,

Olga Nikolaevna Russu¹

¹ Moscow City University,
Moscow, Russia

DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES AND PSYCHOSOCIAL DEVELOPMENT OF CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISABILITIES BY MEANS OF WUSHU GYMNASTICS

Abstract. The relevance of the study is due to the need to find comprehensive approaches to the development of children with intellectual disabilities, combining motor correction with the formation of psychosocial development, as well as insufficient knowledge of the use of oriental gymnastics in this area. The aim of the work is to develop and experimentally test methods for the development of coordination abilities and psychosocial development of children with intellectual disabilities using wushu gymnastics. To achieve the goal, a set of methods was used: pedagogical testing (long jump, log walking), motivation questionnaire, Bourdon test, statistical data processing. The study involved 20 children with intellectual disabilities (7–10 years old). The results showed a significant improvement in physical fitness in the experimental group: long jump (+5.54 %), one-legged jumping (+12.34 %), log walking (+25.68 %). 76.5 % of children developed stable motivation to study, improved concentration (84.4 %) and social adaptation (95.5 %). The conclusions emphasize that the method of using wushu gymnastics has proven its effectiveness for the comprehensive development of children with intellectual disabilities.

Keywords: intellectual disability, wushu gymnastics, coordination, physical culture and recreation, motivational sphere

Введение

Развитие детей с нарушением интеллекта происходит неравномерно и не соответствует уровням развития различных сфер при нормальном развитии ребенка. Дети с данным заболеванием могут достигнуть хороших результатов, если с ними заниматься с первых лет их жизни. Поэтому необходимо с раннего возраста формировать у таких детей элементарные

представления о двигательной деятельности для развития требуемых навыков. На сегодняшний день у многих исследователей наблюдается тенденция связывать улучшение состояния детей с когнитивным дефицитом с повышением уровня физической активности, которая способствует укреплению мышц и суставов, увеличению общей выносливости организма [3; 5; 6]. Необходимо отметить, что регулярные физические упражнения помогают снизить уровень стресса, улучшить настроение, что в совокупности создает прочный фундамент для психического благополучия и повышения устойчивости к эмоциональным нагрузкам [1].

Изучив данную проблему, мы пришли к мнению, что наиболее благоприятным средством двигательной активности являются занятия гимнастикой ушу, в которой сочетаются элементы оздоровительного характера и боевого искусства.

Теоретический анализ проблемы позволяет нам утверждать, что занятия оздоровительного характера с детьми с задержкой интеллектуального развития должны быть комплексными (укрепление и растяжка мышц, координационные игры, упражнения на равновесие, психофизическая релаксация: медленные движения рук, ног и расслабляющие дыхательные упражнения), способствующими проявлению у ребенка положительных эмоциональных реакций, поскольку у детей с данным заболеванием отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера, они вызывают у него неприязнь и отрицательную эмоциональную реакцию из-за нестабильности эмоционально-волевой сферы. Кроме вышесказанного, в работах авторов отмечается, что у детей с данным заболеванием медленное физическое развитие, заторможенное формирование базовых двигательных навыков, таких как ходьба, бег, балансировка и ловкость рук.

В многочисленных работах авторами предлагаются различные варианты двигательной деятельности с детьми данной нозологии [2; 4], однако они не рассматривали формирования мотивационного компонента физкультурно-оздоровительной деятельности средствами ушу.

Для формирования мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности занятий АФК нами рассмотрены элементы гимнастики ушу с учетом особенности состояния здоровья детей с данной нозологией. Гимнастика ушу — это восточные боевые искусства, они известны своей способностью снимать стресс и повышать настроение, а дыхательные упражнения помогают расслабиться и сконцентрироваться.

Надо отметить, что гимнастика ушу открывает уникальные возможности для детей с особенностями развития, позволяя одновременно укрепить физическое здоровье, развить умственную деятельность и приобрести важные социальные навыки. Однако важно учитывать и индивидуальные особенности таких детей, чтобы адаптировать программу занятий и обеспечить максимальную эффективность процесса. В рамках занятий ушу особое внимание необходимо уделять постепенному развитию крупной и мелкой моторики, начиная с простых упражнений и постепенно переходя к более сложным элементам.

Систематически занимаясь гимнастикой восточного направления, дети с данной нозологией получают уникальную возможность всесторонне укреплять свое здоровье, развивая тело и разум, а также коммуникативные навыки благодаря работе в группе, совместной практике и выполнению команд инструктора.

В соответствии с вышесказанным, целью работы являлась разработка и экспериментальная проверка методики развития координационных способностей и мотивационной сферы детей с интеллектуальными нарушениями средствами гимнастики ушу.

Материалы и методы исследования

Для реализации поставленной цели нами были определены основные направления деятельности:

- формирование результативных мотивов;
- упражнения в форме игры;
- благоприятный психологический климат;
- радость от активной мышечной деятельности;
- создание ситуации успеха на уроке.

В эксперименте участвовали две группы (ЭГ и КГ) детей с нарушением интеллекта с легкой и умеренной степенью умственной отсталости центра детского творчества «Эстетик» (1-й и 2-й класс, по 10 обучающихся в каждой группе). Организация учебного процесса включала два занятия коррекционно-развивающей направленности и одно занятие по выбору.

На занятиях в контрольной группе (2 часа адаптивная физическая культура) дети выполняли различные упражнения прикладного характера и общеразвивающие упражнения (ОРУ). Для эмоциональной составляющей применялись подвижные игры (урок по выбору), направленные исключительно на эмоциональную разрядку и общую двигательную активность. Формирование знаний о гигиене и питании осуществлялось дискретно, вне контекста физического развития.

В экспериментальной группе (2 часа адаптивной физической культуры) дети выполняли различные упражнения прикладного характера и ОРУ. Занятие по выбору включал комплекс гимнастических упражнений ушу. Данный комплекс не является имитацией боя, упражнения выполняются в спокойном темпе и плавно, чтобы избежать растяжений связок и сухожилий. При выполнении ушу-гимнастики с детьми экспериментальной группы, обращалось внимание на следующие моменты: на четкое и плавное выполнение техники специально подобранных упражнений в сочетании правильным дыханием на каждое движение, а также на длительность выполнения таких движений как: «Бингу» с закрытыми глазами, «Гунбу» — отведение ноги назад и возвращение в исходное положение с одноименными и разноименными кругами руками, «Мабу» — с переносом массы тела с ноги на ногу, и «Сюйбу» —

стойка в полуприседе на одной ноге, другая вперед на носок или приподнята в статическом положении, что достаточно сложно для выполнения (рис. 1). Данные упражнения благоприятно сказываются на развитии координации, силовой выносливости мышц и гибкости связок.



Источник: edusar.soiro.ru

Рис. 1. Элементы ушу-гимнастики в экспериментальной группе

В ЭГ применялся комплексный подход, интегрирующий физическое развитие через гимнастику ушу с формированием здоровых привычек. Занятия строились на тематических блоках, например «Путешествие в страну Здоровья» с помощью стойки «Мабу» — стойка всадника представлялась как «сильная и устойчивая поза богатыря». Физическая активность логично переходила в гигиенические процедуры: после упражнений дети осваивали привычку мытья рук, понимая необходимость очищения от микробов. Одновременно через образ устойчивой стойки «Мабу» объяснялась важность питания для силы мышц, что создавало у детей целостный образ «богатырского здоровья», где чистота и правильное питание неразделимы.

Для реализации цели применялись следующие методы исследования:

- теоретический анализ проблемы;
- педагогическое тестирование, тесты: прыжок в длину с места, прыжки на одной ноге, хождение по гимнастическому бревну;
- анкетирование, проводившееся на основе опросника авторов Т. А. Филипповой, Г. Г. Лусканова¹ с модификацией для лиц ОВЗ, что позволяло оценить физическое состояние, повседневную активность и эмоции детей на занятиях. Данная методика позволяет выявить индивидуальные особенности поведения и потребностей каждого ребенка в области двигательной активности. Подсчет результатов осуществлялся путем суммирования баллов по каждому разделу и переводился в проценты. Отклик на анкету составил 100 % от общей численности группы родителей;

¹ Филиппова Т. А., Лусканов Г. Г. Мотивация школьников к занятиям физической культурой // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2001. № 3. С. 17–21.

– тест Бурдона для умственно отсталых детей с коррекционно-диагностическим заданием, который проводился в доверительной и поддерживающей обстановке. Рассматривалось, как быстро ребенок утомляется, насколько устойчиво его внимание в течение короткого промежутка времени и как долго он может заниматься одним видом деятельности. Для объективной оценки утомляемости детей применялась шкала, классифицирующая состояние по степеням тяжести:

1-я степень — соответствует физиологической норме реакции на нагрузку;

2-я степень — требуется короткий отдых для восстановления;

3-я степень — работоспособность значительно снижена и требуется снижение нагрузки;

4-я степень — неспособность к концентрации внимания и требуется длительный отдых.

Статистический анализ проводился с использованием статистического пакета для Windows 7 (MS Excel 2010). Для оценки значимости различий в выборках с нормальным распределением рассчитывали *t*-критерий. Значения $p \leq 0,05$ считались статистически значимыми.

Результаты исследования

Результаты тестирования физической подготовленности на начальном этапе позволили нам распределить детей на две однородные группы: контрольную и экспериментальную. Исследуемые показатели физической подготовленности не имели достоверно значимых отличий.

Для оценки степени утомляемости нами было взято за основу два критерия: кратковременная память и переключение внимания. Кратковременная память является одним из самых чувствительных процессов к воздействию стресса и утомления, и при ее ухудшении проявляется снижение способности к запоминанию новой информации и повышению уровня рассеянности. Переключение внимания способствует быстрому переходу с одной задачи на другую, что является важным компонентом эффективной деятельности, а утомление нарушает эту способность, что выражается в замедленном реагировании на новые условия и неспособности быстро адаптироваться.

В начале нашего исследования уровень степени утомляемости в контрольной и экспериментальной группах также не имели достоверно значимых отличий (см. рис. 2).

При организации занятий в экспериментальной группе мы учитывали то, что важным условием оптимальной организации тренировочных занятий является правильно подобранный режим двигательной активности. Дети с нарушением интеллекта быстрее устают от монотонной деятельности и нуждаются в смене активности, поэтому элементы гимнастики ушу имели игровую направленность в виде небольшого приключения в сюжетном построении занятий.

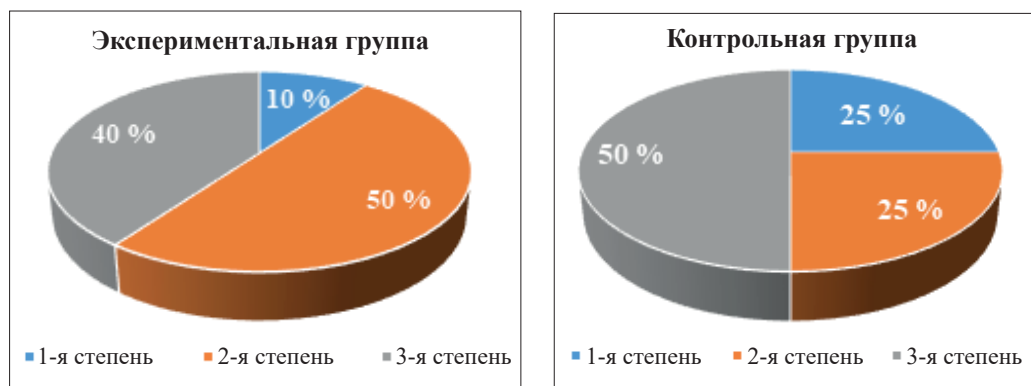


Рис. 2. Результаты утомляемости в начале эксперимента

В связи с вышесказанным занятия в экспериментальной группе проводились с учетом воздействия упражнений из ушу-гимнастики на все группы мышц так как дети с данным заболеванием имеют сниженный мышечный тонус, а также слабое развитие координационных способностей и концентрации внимания, что требует особого, ориентированного подхода к физической нагрузке.

Для проверки эффективности подобранных упражнений восточной гимнастики в экспериментальной группе было проведено тестирование в начале и конце эксперимента по программе тестов гимнастики ушу.

Таблица 1

Показатели тестов ушу-гимнастики в ЭГ ($M \pm m$)

Тесты эксперимента	до	после	t	P
Из стойки «Мабу» — переносы веса тела, с	$23,9 \pm 10,8$	$24,9 \pm 7,3$	0,07	$p \geq 0,05$
«Цзяоча шуанлуньбэй» — парные круги руками, с	$10,18 \pm 6,1$	$9,84 \pm 2,8$	0,05	$p \geq 0,05$
Стойка «Бинбу» с закрытыми глазами	$10,4 \pm 8,9$	$10,93 \pm 5,7$	0,05	$p \geq 0,05$

Данные таблицы 1 позволяют нам говорить о незначительном, но положительном росте динамики: в тесте переноса веса тела из стойки «Мабу» — на 4,01 %; в тесте круги руками из стойки «Гунбу» — на 3,34 %, соответственно в стойке «Бингу» с закрытыми глазами улучшение составило 4,85 %.

Использование упражнений из ушу-гимнастики позволило нам сформировать у детей экспериментальной группы большое количество разнообразных двигательных умений и навыков, что способствовало повышению у них интереса к занятиям и творческому подходу к решению двигательных задач. Кроме того, это положительно сказалось на развитии координационных способностей, а также на формировании физических и психических качеств у детей.

В конце эксперимента мы протестировали повторно детей КГ и ЭГ групп по тестам физической подготовленности (табл. 2.). Сравнительный анализ показал следующее:

– в прыжке в длину с места на конец исследования результат достоверно улучшился в обеих группах, но в контрольной группе улучшение составило 3,3 см, а в экспериментальной — 5,3 см, что составило на 2,04 % больше, чем в контрольной группе. По нашему мнению, это может быть связано с укреплением мышц бедра от выполнения стойки «Мабу», а также мышц спины и рук, выполнявших одновременные и попеременные круговые движения, что улучшило координацию движений;

– в прыжках на одной ноге в завершении эксперимента наблюдалось улучшение только в экспериментальной группе на 1,0 с, в контрольной группе было зафиксировано улучшение на 0,34 с. Разница между группами составила на 7,68 %, она имеет достоверно значимые различия между группами. Улучшение результатов в ЭГ связано с применением нестандартных упражнений в стойке «Сюйбу» (статическое удержание позиции в полуприседе на одной ноге, вторая — согнута вперед) для повышения координационных способностей;

– увеличение времени при хождении по гимнастическому бревну свидетельствует о переходе к более техничному, контролируемому и уверенному передвижению. Итоговое тестирование показало достоверно значимые различия только в экспериментальной группе, результат улучшился на 3,29 с. В контрольной группе повышение показателей составило 0,99 с, без достоверных различий. Разница между группами — 16,26 %, она является достоверно значимой. Достоверное различие отмечалось и внутри экспериментальной группы. Это может быть связано с использованием упражнений «Сюйбу» и «Бингу» (упражнение с закрытыми глазами), которые способствовали более уверенному передвижению по бревну.

Показатели педагогического тестирования детей КГ и ЭГ в процессе формирующего эксперимента представлены в таблице 2.

Таблица 2

**Показатели педагогического тестирования детей КГ и ЭГ
в процессе формирующего эксперимента ($M \pm m$)**

Тесты	Группа	До эксперимента	После эксперимента	% прирост	<i>t</i>	<i>p</i>
Прыжок в длину с места, см	КГ	91,2 ± 1,12	94,5 ± 1,01	3,5	2,28	< 0,05
	ЭГ	90,4 ± 2,1	95,7 ± 0,39	5,54	2,48	< 0,05
<i>P</i>		> 0,05	> 0,05			
<i>t</i>		(0,33)	(1,11)			
Прыжки на одной ноге, с	КГ	6,96 ± 0,98	7,3 ± 0,89	4,66	0,25	> 0,05
	ЭГ	7,1 ± 1,01	8,1 ± 0,37	12,34	0,92	> 0,05
<i>P</i>		> 0,05	> 0,05			
<i>t</i>		(0,09)	(0,83)			
Хождение по бревну, с	КГ	9,51 ± 1,28	10,50 ± 0,94	9,42	0,62	> 0,05
	ЭГ	9,52 ± 1,12	12,81 ± 0,38	25,68	2,78	< 0,05
<i>P</i>		> 0,05	< 0,05			
<i>t</i>		(0,33)	(2,27)			

Кроме улучшения результатов физической подготовленности на занятиях с детьми ЭГ, мы отмечаем у них положительную мотивацию к занятиям физическими упражнениями. Дети данной группы выполняли упражнения из ушу-гимнастики с желанием и интересом. Для обеспечения успеха и достижимости целей сложные движения дробили на простые элементы, что облегчало усвоение материала. За правильно выполненное задание на уроке обучающиеся получали импровизированные поощрения.

Для более четкого восприятия двигательных действий занимающимся предлагалась игра «Зеркало», позволяющая правильно повторять упражнение за преподавателем. Необходимо отметить, что включение таких игровых моментов в занятие способствовало развитию мотивации к физической активности, а это очень ценно для детей данной нозологии, поскольку систематическое выполнение упражнений из ушу способствует укреплению мышц, что помогает справляться с бытовыми задачами (легче подняться по лестнице, нести рюкзак). Ребенок может почувствовать себя сильнее и увереннее, при этом меньше испытывать раздражение от падений или неудач в обычной жизни. Радость от движения вызывает чувство безопасности от поддержки взрослого и от удовольствия получения положительного результата. Дружеская атмосфера в группе, где дети поддерживают друг друга, а тренер создает команду, крайне важна. Ребенок приходит не просто на занятие, а к друзьям и наставнику, который в него верит, и начинает заниматься не для тренера или мамы, а для себя: чтобы почувствовать себя сильным, ловким, успешным. Это и есть высшая форма мотивации, которая гарантирует долгосрочную вовлеченность.

Большое значение в ЭГ отводилось упражнениям на дыхание, которое оказывает положительное влияние на умение успокаиваться и управлять своим состоянием, что немаловажно в различных жизненных ситуациях.

Для выявления степени утомления, основываясь на объективных показателях состояния здоровья и функциональных резервов организма детей, нами повторно был проведен анализ утомляемости. Диаграмма, представленная на рисунке 3, позволяет нам сравнить результаты в конце эксперимента. Показатели диаграмм свидетельствуют, что у детей повысилась выносливость: они стали способны многократно повторять упражнения с признаками меньшего утомления.

Физическая активность играет важную роль в развитии и улучшении общего состояния здоровья ребенка. Однако традиционные подходы к физическим занятиям зачастую не учитывают специфику детей с ограниченными возможностями, что уменьшает эффективность коррекционных мероприятий. Для создания эффективных методов коррекции двигательной активности и когнитивных функций у детей с особыми потребностями мы использовали данные опроса родителей (рис. 4). Наша рабочая гипотеза заключалась в следующем: регулярная практика ушу может стать эффективным инструментом для улучшения координации, укрепления веры в себя и повышения общего состояния учащихся.

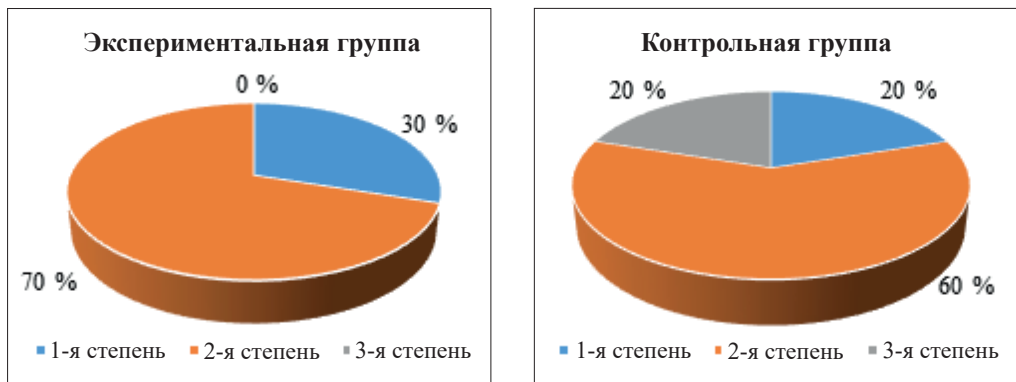


Рис. 3. Оценка степени утомляемости детей в конце эксперимента

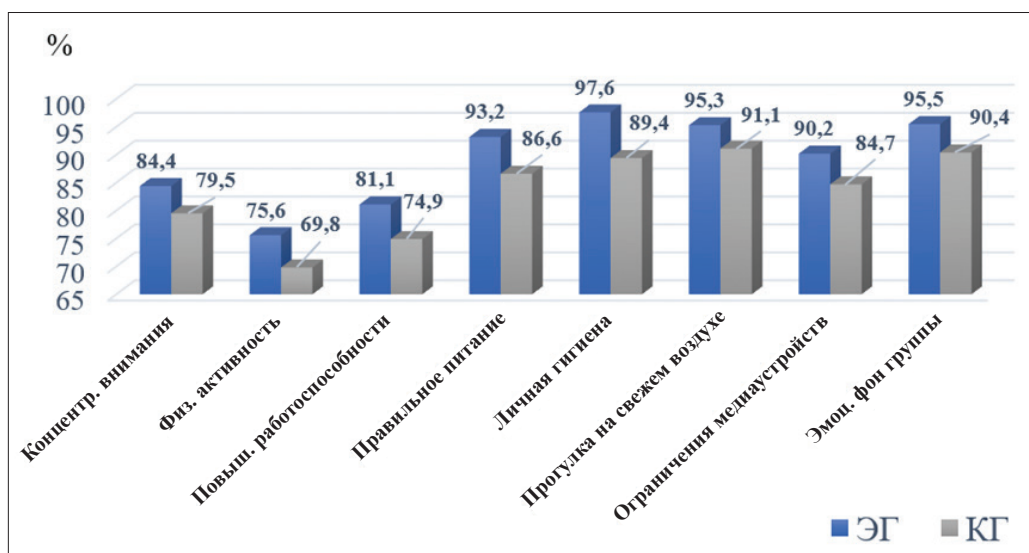


Рис. 4. Результаты педагогического наблюдения и опроса родителей в экспериментальной и контрольной группах

Регулярные занятия ушу с правильно организованным подходом значительно улучшают способность к концентрации внимания у детей с нарушением интеллекта, что положительно сказывается на всех аспектах их развития. Опрос родителей показал, что улучшение сосредоточенности и внимательности к занятиям у детей ЭГ составило 84,4 %, а у детей КГ — 79,5 %.

Физическая активность детей, занимающихся гимнастикой, способствует гармоничному развитию не только тела, но и личности ребенка через мягкие практики Востока, учитывающие особенности детей. Систематические занятия ушу способствуют комплексному улучшению работоспособности через развитие физических возможностей и повышению мотивации. По мнению родителей, 76,5 % детей экспериментальной группы заинтересованы

в занятиях физической культурой и констатировали повышение работоспособности до 81,1 %. В контрольной группе эти показатели составили 69,8 % и 74,9 % соответственно.

Анализ опроса по организации личной гигиены в сочетании с правильным сбалансированным питанием в комплексе с систематическими тренировками ушу создает идеальные условия для гармоничного физического развития, повышения энергетического потенциала и комплексного оздоровления детей с нарушением интеллекта. Данные в ходе опроса выявили, что в ЭГ на вопрос о правильном питании и личной гигиене дети данной нозологии демонстрируют положительную динамику в освоении алгоритмов гигиены на 97,6 % и принципов здорового питания — на 93,2 %. В КГ эти показатели составили 89,4 % и 86,6 % соответственно.

Прогулки на свежем воздухе также создают условия для гармоничного развития детей и укрепления их физического и психического здоровья. По результатам опроса, в ЭГ показатели составили 95,3 %, в КГ — 91,1 %.

На рисунке 4 представлены результаты педагогического наблюдения и опроса родителей в экспериментальной и контрольной группах.

Эмоциональный фон на занятиях также является ключевым фактором успешности обучения. Безопасная и поддерживающая атмосфера способствует не только физическому развитию, но и социальной адаптации, формированию уверенности в себе и позитивного самоощущения. Родители подтвердили в анкетах положительные эмоции детей во время занятий и отсутствие напряженности. В экспериментальной группе результаты составили 95,5 %, в контрольной — 90,4 %.

Проведенное исследование показало, что регулярные занятия традиционными китайскими гимнастическими оказывают значительное положительное воздействие на детей с нарушением интеллекта. Участники эксперимента подтвердили заметное улучшение физической формы, умения концентрироваться и общаться с окружающими людьми. Родители отметили рост интереса к занятиям двигательной активностью и обучению новым навыкам, что свидетельствует о повышении самооценки, снижении тревожности у детей и формировании мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности.

Таким образом, использование гимнастики ушу в коррекционно-педагогической работе является целесообразным, высокоэффективным способом для комплексного развития координационных способностей и мотивационной сферы детей с интеллектуальными нарушениями.

Выводы

1. Разработанный комплекс упражнений гимнастики ушу, включающий статические («Мабу», «Бингу») и динамические («Гунбу», «Сюйбу») элементы с акцентом на дыхании и плавности выполнения, является эффективным

средством коррекционно-педагогической работы с детьми с интеллектуальными нарушениями.

2. Занятия гимнастикой ушу способствуют достоверному улучшению показателей физической подготовленности: прирост результатов в экспериментальной группе составил 5,54 % в прыжке в длину с места, 12,34 % — в прыжках на одной ноге и 25,68 % — в хождении по бревну, что значительно превышает показатели контрольной группы.

3. Использование игровых методов и создание ситуаций успеха способствует формированию устойчивой мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности, что подтверждается данными анкетирования: 76,5 % детей экспериментальной группы проявляют устойчивый интерес к занятиям.

4. Результаты опроса и наблюдений подтверждают комплексное положительное влияние ушу на детей с интеллектуальными нарушениями. По всем ключевым показателям психосоциального развития экспериментальная группа показала достоверно более высокие результаты, чем контрольная.

5. Предложенная методика может быть успешно интегрирована в систему коррекционно-педагогической работы образовательных учреждений для детей с интеллектуальными нарушениями как эффективное средство комплексного развития физических качеств, координационных способностей и мотивационной сферы.

Список источников

1. Бетанова С. С. Развитие коммуникативных навыков детей младшего школьного возраста, имеющих легкую степень умственной отсталости // Вестник Московского государственного областного университета. 2012. № 3. С. 97–107. EDN: RKPESF.

2. Бобкова С. Н., Потатуев Н. И. Воздействие уроков физической культуры на развитие двигательных качеств у младших школьников с интеллектуальными нарушениями в условиях инклюзивного образования // Вестник МГПУ. Серия «Естественные науки». 2021. № 1 (41). С. 70–76. <https://doi.org/10.25688/2076-9091.2021.41.1.8>. EDN: SUSSQJ.

3. Каляева Ю. А., Семченко А. А. Ритмопластика как средство развития моторной сферы детей с нарушением интеллекта // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. 2019. № 6. С. 268–287. <https://doi.org/10.25588/CSPU.2020.65.18.017>. EDN: IDUHDW.

4. Коротцова Е. П., Правдов М. А., Махов А. С. Социальная адаптация детей с синдромом Дауна средствами игры в футбол // Научный поиск. 2019. № 2. С. 60–62. EDN: AFRHXF.

5. Литвинова Г. А., Кульчицкий В. Е., Казакова А. А. Необходимость адаптивной физической культуры для детей с нарушениями интеллекта // Тенденции развития науки и образования. 2020. № 59-4. С. 20–22. <https://doi.org/10.18411/lj-03-2020-65>. EDN: LAUATX.

6. Стоцкая Е. С., Ульжекова Н. Т., Налобина А. Н. Факторы развития системы дополнительного физкультурно-спортивного образования детей с особыми образовательными потребностями в Республике Казахстан // Теория и практика физической культуры. 2022. № 10. С. 59–61. EDN: HJDKFT.

References

1. Betanova S. S. Development of communication skills of primary school children with mild mental retardation. Bulletin of Moscow State Regional University. 2012;(3):97–107. EDN: RKPESE. (In Russ.).
2. Bobkova S. N., Potatuyev N. I. The impact of physical education lessons on the development of motor skills in primary school students with intellectual disabilities in the context of inclusive education. MCU Journal of Natural Sciences. 2021;41(1):70–76. <https://doi.org/10.25688/2076-9091.2021.41.1.8>. EDN: SUSSQJ. (In Russ.).
3. Kalyaeva Yu. A., Semchenko A. A. Rhythmoplastics as a means of developing the motor sphere of children with intellectual disabilities. Bulletin of the South Ural State Humanitarian and Pedagogical University. 2019;(6):268–287. (In Russ.). <https://doi.org/10.25588/CSPU.2020.65.18.017>. EDN: IDUHDW.
4. Korotsova E. P., Pravdov M. A., Makhov A. S. Social adaptation of children with Down syndrome by means of playing football. Scientific search. 2019;(2):60–62. EDN: AFRHXF. (In Russ.).
5. Litvinova G. A., Kulchitsky V. E., Kazakova A. A. The need for adaptive physical education for children with intellectual disabilities. Trends in the Development of Science and Education. 2020;(59-4):20–22. <https://doi.org/10.18411/lj-03-2020-65>. EDN: LAUATX. (In Russ.).
6. Stotskaya E. S., Ulzhekova N. T., Nalobina A. N. Factors in the development of the system of additional physical education and sports education for children with special educational needs in the Republic of Kazakhstan. Theory and practice of physical education. 2022;(10):59–61. EDN: HJDKFT. (In Russ.).

Информация об авторах / Information about the authors:

Размахова Светлана Юрьевна — кандидат биологических наук, доцент департамента физической культуры, спорта и медиакоммуникаций Института естествознания и спортивных технологий, Московский городской педагогический университет, Москва, Россия.

Razmakhova Svetlana Yurievna — Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Culture, Sports and Media Communications at the Institute of Natural Sciences and Sports Technologies, Moscow City University, Moscow, Russia.

razmakhovas@mgpu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-9547-3227>

Русанова Светлана Николаевна — кандидат социологических наук, доцент департамента физической культуры, спорта и медиакоммуникаций Института естествознания и спортивных технологий, Московский городской педагогический университет, Москва, Россия.

Rusanova Svetlana Nikolaevna — Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Culture, Sports and Media Communications at the Institute of Natural Sciences and Sports Technologies, Moscow City University, Moscow, Russia.

rusanovasn@mgpu.ru, <https://orcid.org/0000-0003-2345-8690>

Руссу Ольга Николаевна — кандидат педагогических наук, доцент департамента физической культуры, спорта и медиакоммуникаций Института естествознания и спортивных технологий, Московский городской педагогический университет, Москва, Россия.

Russu Olga Nikolaevna — Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Culture, Sports and Media Communications at the Institute of Natural Sciences and Sports Technologies, Moscow City University, Moscow, Russia.

russuon@mgpu.ru, <https://orcid.org/0000-0003-0534-1333>

Вклад авторов:

Светлана Юрьевна Размахова — анализ и обобщение статистических данных и источников литературы; визуализация; оформление рукописи; редактирование текста; работа с графическим материалом; общее руководство.

Светлана Николаевна Русанова — обоснование концепции исследования (формулирование идеи, исследовательские цели и задач); разработка методологии исследования.

Ольга Николаевна Руссу — сбор и анализ статистических данных (как для первоначального, так и для последующего использования); написание первоначального варианта текста.

Author contributions:

Svetlana Yuryevna Razmakhova — analysis and summarization of statistical data and literature sources; visualization; manuscript design; text editing; graphic design; general supervision.

Svetlana Nikolaevna Rusanova — substantiation of the research concept (formulation of the idea, research goals and objectives); development of the research methodology.

Olga Nikolaevna Russu — collection and analysis of statistical data (for both initial and subsequent use); writing the initial version of the text.

Конфликт интересов: Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interests: The authors declare no relevant conflict of interests.

Финансирование: Исследование не имело финансовой поддержки.

Funding Statement: No funding was received for writing this manuscript.

Статья поступила в редакцию: 27.11.2025;
одобрена после доработки: 14.01.2026;
принята к публикации: 15.01.2026.

The article was submitted: 27.11.2025;
approved after reviewing: 14.01.2026;
accepted for publication: 15.01.2026.