7universum.com
UNIVERSUM:
ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ

UNIVERSUM: ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ

Научный журнал
Издается ежемесячно с ноября 2013 года
Является печатной версией сетевого журнала
Universum: психология и образование

Выпуск: 11(65)

Ноябрь 2019

Москва
2019

УДК 159.9+37
ББК 74+88
U55

Главный редактор:

Ходакова Нина Павловна, д-р пед. наук, проф.;

Заместитель главного редактора:

Ле-ван Татьяна Николаевна, канд. пед. наук;

Члены редакционной коллегии:

Ахмерова Динара Фирзановна, канд. пед. наук, доцент,

Виштак Ольга Васильевна, д-р пед. наук, канд. тех. наук;

Дмитриева Наталья Витальевна, д-р психол. наук, канд. мед. наук;

Иванова Светлана Юрьевна, канд. пед. наук;

Карапетян Владимир Севанович, д-р психол. наук;

Ларионов Максим Викторович, д-р биол. наук;

Сидячева Наталья Владимировна, канд. психол. наук;

Федосов Александр Юрьевич, д-р пед. наук;

Якушева Светлана Дмитриевна, канд. пед. наук.

U55 Universum: психология и образование: научный журнал. – № 11(65). М.,
Изд. «МЦНО», 2019. – 12 с. – Электрон. версия печ. публ. –
<http://7universum.com/ru/psy/archive/category/11-66>

ISSN (печ.версии): 2500-3984

ISSN (эл.версии): 2311-6099

DOI: 10.32743/UniPsy.2019.65.11

Учредитель и издатель: ООО «МЦНО»

ББК 74+88

© ООО «МЦНО», 2019 г.

Содержание	
Педагогические науки	4
Общая педагогика, история педагогики и образования	4
ИЗМЕНЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ Конькова Марина Георгиевна	4
Психологические науки	7
Коррекционная психология	7
СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ Матюшичева Елена Вячеславовна Кобзева Ольга Владимировна	7

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

ИЗМЕНЕНИЕ БИОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗРАСТА И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ*Конькова Марина Георгиевна**преподаватель физической культуры ВВК филиала
«Иркутского колледжа экономики сервиса и туризма»,
РФ, Иркутская область, г. Ангарск*CHANGING THE BIOLOGICAL AGE AND PHYSICAL DEVELOPMENT OF COLLEGE
STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION*Marina Konkova**Physical education teacher VVK branch "Irkutsk College of Economics of Service and Tourism",
Russia, Irkutsk region, Angarsk*

АННОТАЦИЯ

В статье приводится пример применения на уроках физической культуры метода круговой тренировки с помощью которого можно улучшить физическое развитие, физическую подготовленность и изменить биологический возраст человека.

ABSTRACT

The article provides an example of the application of the circular training method in physical education lessons with the help of which it is possible to improve physical development, physical fitness and change the biological age of a person.

Ключевые слова: здоровье, физическое развитие, физические упражнения, метод круговой тренировки, биологический возраст.

Keywords: health, physical development, exercise, circular training method, biological age.

Вопросы здоровья людей и нации в целом выводят на первый план как важнейший показатель при решении внутренних и внешних задач. Здоровье детей и подростков – это фундамент, на котором формируется здоровье взрослого человека. Так как гармоничное развитие личности предполагает не только достижение высокого уровня образованности, но и сохранение и укрепление здоровья.

Для того чтобы вырастить здоровое и физически развитое поколение, необходимо на уроках физической культуры и внеклассных занятиях создавать благоприятные условия, стремиться к повышению мотивации обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, через воспитание волевых качеств и формирование двигательных умений и навыков.

По мнению Бальсевича В.К. для повышения оздоровительной эффективности физического воспитания, преимущество должны иметь физические

упражнения, оказывающие разностороннее воздействие на организм, и выраженный тренирующий эффект, что можно достичь методом круговой тренировки [1].

Основная задача использования метода круговой тренировки на уроке эффективное развитие двигательных качеств в условиях ограниченного лимита времени при строгой регламентации и индивидуальной дозировке выполняемых упражнений. При этом развитие двигательных качеств должно быть тесно связано с освоением программного материала. Поэтому в комплексы круговой тренировки вводятся физические упражнения, близкие по своей структуре к умениям и навыкам того или иного раздела учебной программы. Это способствует совершенствованию умений, входящих в учебный материал. Обязательное условие – предварительное изучение этих упражнений всеми учащимися. Использование же их в ком-

плексах круговой тренировки способствует выполнению изученных упражнений в различных условиях, приближенных к жизненным, что имеет очень важное значение, воспитывает собранность и организованность при выполнении упражнений.

Результаты медицинского осмотра в 2017 -2018 учебном году, в группе первого курса специальности «Банковское дело» показали, что 50% студентов по состоянию здоровья относятся к основной группе, 34% студентов относятся к подготовительной группе здоровья, 16% студентов относятся к специальной медицинской группе здоровья.

На этапе констатирующего эксперимента, проведенный анализ физического развития по методике Матвеева А.П. показал, что 60% студентов имеют низкий уровень физического развития, 40% студентов имеют средний уровень физического развития. Студентов с высоким уровнем физического развития нет.

К концу первого семестра работоспособность студентов снижается, это отражается на мотивации к занятиям, потому в начале второго семестра мною была проведена диагностика на определение биологического возраста студентов, которая включала следующие тесты (вес-ростовой показатель, деятельность сердечно-сосудистой системы, испытание устойчивости кислородного голодания – проба Генчи, тест на определение гибкости, оценка состояния нервной системы – проба Бондаревского, темп-тест-оценка быстроты реакции). Средний биологический возраст в группе составил 43.8 года.

На этапе формирующего эксперимента студентам было предложено проведение занятий с помощью метода круговой тренировки и в качестве само-

стоятельной работы, для улучшения результатов тестирования биологического возраста, использовать экспериментальные средства общей физической подготовки.

Круговая тренировка применялась в разделах программы профессионально-прикладная физическая подготовка и легкая атлетика.

Тесты комплексной общей физической подготовки, выполняемые на скорость по методу круговой тренировки:

1. круг: Тест «Лежа на спине сгибание туловища 4 раза с поворотом вправо, влево-2 серии.
2. Тест «Многоскоки через скамейку с продвижением вперед» -20 раз.
3. Тест «Силовое комплексное упражнение на перекладине». 1-подтягивание, 2 –поднимание ног до касания грифа. По 5-раз.
4. Тест «Комбинированное упражнение с набивным мячом». Передача набивного мяча вокруг туловища, 2- передача набивного мяча под правой и левой ногой, 3-передача мяча по «восьмерке» под ногами – по 3 раза.
5. Тест «Прыжки со скакалкой с продвижением вперед, со сменой направления, поворотами».
6. Тест «Челночный бег с преодолением препятствий 30м.»

Использовался дифференцированный подход по полу, состоянию здоровья, состоянию физического развития.

Комплексы для самостоятельной работы состояли из таких упражнений как: прыжки со скакалкой, подтягивание на высокой и низкой перекладине, сгибание рук, сгибание туловища, прыжки по лестнице, приседания, выпрыгивание из полного приседа.

Контрольный этап эксперимента показал.

Таблица 1.

Сравнительный анализ

	1 семестр	2 семестр	
Физическое развитие студентов	Высокий уровень Средний уровень 40 % Низкий уровень 60 %	Высокий уровень 4% Средний уровень 59 % Низкий уровень 36 %	
Средний биологический возраст	43,8	39.7	

Обучающиеся с низким уровнем физического развития перешли в группу со средним физическим развитием, а студенты со средним уровнем физического развития перешли в группу с высоким уровнем физического развития. За счет этого наблюдается положительная динамика физического развития студентов. Средний биологический возраст в группе, уменьшился на 4,1 % за счет положительной динамики силового показателя, улучшения быстроты реакции, состояния нервной системы, улучшения гибкости, улучшения состояния сердечно - сосудистой системы.

Несоответствие паспортного возраста студентов первого курса протестированному биологическому

возрасту (более 40 лет), мотивировало их на самостоятельные занятия физическими упражнениями. Что способствовало улучшению физического развития и биологического возраста.

Таким образом, использование в практике работы по физическому воспитанию физкультурных занятий на основе метода круговой тренировки,

базирующихся на учете состояния здоровья и физической подготовленности, позволило повысить эффективность процесса физического воспитания и оказало положительное влияние на состояние здоровья и формирование интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Список литературы:

1. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи. //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 1996, №1. – С.23-26.
2. Левинов И.А. Комплексная подготовка круговым методом. Физкультура в школе – 2006 №2
3. Титова Т. Круговая тренировка с индивидуальным подходом. Спорт в школе- 2006. №3

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ**КОРРЕКЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ****СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ АГРЕССИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ****Матюшичева Елена Вячеславовна**

*студент II курса магистерской программы Специального (дефектологического) образования,
Психолого-педагогическое сопровождение специального, инклюзивного образования лиц с ОВЗ,
ФГБОУ ВО «Мурманский арктический государственный университет»,
РФ, г. Мурманск*

Кобзева Ольга Владимировна

*канд. психол. наук, доцент, ФГБОУ ВО «Мурманский арктический государственный университет»,
РФ, г. Мурманск*

**SPECIFICS OF MANIFESTATIONS OF AGGRESSION IN PRIMARY SCHOOLCHILDREN
WITH MENTAL DISABILITIES****Elena Matyushicheva**

*Student of II course of the Master 's Program of Special (Defectological) Education, Psychological and Pedagogical Support of Special, Inclusive Education of Persons with HIA, FSBEI HE «Murmansk Arctic State University»,
Russia, Murmansk*

Olga Kobzeva

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, FSBOU "Murmansk Arctic State University",
Russia, Murmansk*

АННОТАЦИЯ

В статье представлена специфика проявления агрессии в младшем школьном возрасте. Рассмотрены факторы, влияющие на развитие и социализацию агрессии. Полученные результаты позволяют проанализировать особенности агрессии младших школьников с интеллектуальной недостаточностью и задержкой психического развития.

ABSTRACT

In the article is the definition of aggression of primary schoolchildren. The factors influencing the development and socialization aggression are considered. The obtained results allow to analyze the features of aggression of primary student with mental disabilities and developmental delay.

Ключевые слова: агрессия, младший школьник, интеллектуальная недостаточность, фрустрация, адаптация, социализация.

Keywords: aggression, primary student, mental retardation, frustration, adaptation, socialization.

Общество постоянно задает вопрос о положительном или отрицательном поведении своих членов. События, которые происходят не только в нашей стране, но и за рубежом показывают общую тенденцию к увеличению агрессивных проявлений не только на уровне индивида, но и на уровне социальной группы. Формирование и развитие агрессии на

начальных этапах социализации оказывает непосредственное влияние на качество жизни ребенка. Поэтому возрастание количества обучающихся с агрессивными тенденциями стимулирует в обществе рост эмоционального неблагополучия, нарушений соматического здоровья, формирования негативных установок на успешность обучения.

На современном этапе развития науки пристальное внимание уделено обучению, воспитанию и развитию лиц с ограниченными возможностями здоровья, так как система теоретических и практических знаний в этой области постоянно претерпевает изменения.

Младший школьник с интеллектуальной недостаточностью — это ребенок, имеющий свой, особенный взгляд на окружающий его мир. Незрелость нервных процессов у него способствует формированию неустойчивого поведения, которое стимулирует возникновение трудностей во взаимоотношениях с окружающими и как результат, увеличение агрессивных тенденций [1]. Поэтому, изучение специфики проявления агрессии младшими школьниками с интеллектуальной недостаточностью позволит разработать эффективную систему коррекционных мероприятий, направленную на их успешную адаптацию в социуме и развитие личностных особенностей.

Агрессия — это «индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического ущерба либо на уничтожение другого человека или группы лиц» [2].

Чаще всего агрессию изучают на основе актов поведения: «реакция», в результате которой другой организм получает болевые стимулы (А. Басс), «физическое действие или угрозу такого действия со стороны одной особи, которые уменьшают свободу или генетическую приспособленность другой особи» (Р. Уилсон).

Р. Бэрон и Д. Ричардсон выделяют следующие основные детерминанты агрессии:

- социальные (стили воспитания в семье, фрустрация, вербальное и физическое нападение и т.д.);
- внешние (шум, жара, теснота и т.д.);
- индивидуальные (личность, установки, тендерные аспекты взаимодействия) [3].

Наиболее привычными, явными выражениями агрессивного поведения считаются: злословие, повышение тона и громкости голоса, аффектация (бурное проявление негативных эмоций), принуждение, негативное оценивание, оскорбления, угрозы, использование физической силы, применение оружия. Скрытые формы агрессивного поведения выражаются в уходе от контактов, бездействии с целью навредить кому-то, причинении вреда себе и самоубийстве.

В последнее время доминирующая роль в социализации агрессии принадлежит средствам массовой информации. Совместные просмотры фильмов ужасов и сериалов со сценами жестокости в наше время является типичным способом времяпрепровождения младших школьников. В компьютерных играх, которыми они увлекаются, содержится большое количество сцен агрессии и виртуального насилия, которые далеко не положительно влияют на состояние детей (С.А. Завражин, Дж. Кэнтон, Д. Гроссман, Д. Гибсон). Живя в виртуальном мире «стрелялок» и драк, младший школьник часто переносит игру в реальность, ведь там его научили, как победить врага или соперника [4].

В младшем школьном возрасте агрессия чаще проявляется по отношению к сверстникам в виде насмешек, давления, ругательств, драк. Резко негативная реакция учителей и родителей на такое поведение часто только увеличивает агрессивность детей.

В отличие от нормально развивающихся сверстников у младших школьников с умственной отсталостью недостаточно сформирована произвольность психических процессов, они склонны к полярным, лишенным тонких оттенков эмоциям, которые поверхностны, неустойчивы, подвержены быстрым, резким изменениям. Некоторые возникающие у школьников эмоции неадекватны оказываемым на них внешним воздействиям. Это свидетельствует о том, что умственно отсталые учащиеся слабо контролируют свои эмоциональные проявления, а иногда не пытаются это делать [5].

Младшие школьники с интеллектуальной недостаточностью часто проявляют беспокойство и тревогу. В школе у них можно наблюдать напряженность, скованность, пассивность, неуверенность в себе. Также часто они проявляют раздражительность, капризность, драчливость. Им трудно наладить контакт со сверстниками и поэтому они часто инициируют конфликты и драки.

Дети с интеллектуальной недостаточностью не способны подавлять аффект. Очень часто сильные аффективные реакции проявляются по незначительному поводу.

У некоторых детей с нарушением интеллекта отмечаются скрытые проявления агрессивного поведения, которые проявляются в виде злорадства при виде несчастья и боли другого ребенка.

Исследование агрессии проводилось в 2019 году на базе ГОБОУ Мурманской Коррекционной школы №1. В нем приняли участие 50 младших школьников с легкой степенью умственной отсталости 10-12 лет, обучающиеся по адаптированной основной образовательной программе начального общего образования на основе ФГОС для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 и 50 младших школьников с задержкой психического развития 10-12 лет, обучающиеся по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2). В исследовании принимали участие респонденты обеих полов. На протяжении эксперимента участники находились в привычной для них обстановке, не подвергаясь никаким внешним стрессовым воздействиям.

В работе применялись стандартизированные и валидизированные психодиагностические методики: Методика изучения фрустрационных реакций (С. Розенцвейга) [6] и тест руки Э. Вагнера [6].

Полученные результаты показывают, что у младших школьников с умственной отсталостью в фрустрационных ситуациях доминируют экстрапунитивные реакции ($11,6 \pm 2,5$), то есть дети ищут причины фрустрации во внешних обстоятельствах или окружающих, стремятся снять с себя ответственность и избежать осуждения со стороны окружающих. Причина фрустрации имеет для них большое значение,

поэтому вызывает агрессивные проявления, направленные на окружающих.

Младшие школьники с задержкой психического развития чаще всего демонстрируют интропунитивные реакции ($11 \pm 0,9$). Это говорит о том, что дети принимают фрустрирующую ситуацию как благоприятную или испытываемые берут вину на себя и готовы нести ответственность за исправление данного обстоятельства.

Результаты статистического анализа позволяют утверждать, что младшим школьникам с умственной отсталостью более свойственны «уход в себя» и самообвинение, чем их сверстникам с задержкой психического развития ($p \geq 0,05$), а также нивелирование значимости фрустрирующей ситуации ($p \geq 0,05$).

Теперь проанализируем типы реакций у младших школьников в ситуации фрустрации. Наиболее частым типом реакции у младших школьников умственной отсталостью является реакция «с фиксацией на препятствии» ($10,8 \pm 1,8$), что предполагает заикленность на препятствии и восприятие его как некоторое благо или нечто малозначимое. Принимая причину фрустрации как благо, индивид снимает с себя обязательство в достижении цели, ссылаясь на обстоятельства. Минимизация причины фрустрации свидетельствует о неадекватной оценке обстоятельств, собственных сил и возможностей.

Превалирующий тип реакции у младших школьников с задержкой психического развития - «с фиксацией на самозащите» ($8,8 \pm 2,1$), что можно интерпретировать как проявление потребности в защите собственного «Я». Главным образом индивид старается защитить себя, порицая кого-то или ссылаясь на стечение обстоятельств. Все манипуляции направлены на сохранение репутации и неприкосновенности собственной личности.

Данные статистического анализа позволили выявить, что для младших школьников с умственной отсталостью более характерны прикованность к фрустратору и стремление дать оценку ситуации ($p \geq 0,05$).

Далее рассмотрим проявление степени социальной адаптации у младших школьников. Для большинства респондентов как с умственной отсталостью (55%), так и задержкой психического развития (70%) характерен средний уровень социальной адаптации. Поэтому младшие школьники способны дифференцировать социальные ситуации. Но им требуется значительное время для принятия и освоения новых условий и выработкой новых моделей поведения. Количество времени, требуемое для перестройки механизмов и появлению новообразований, зависит от го-

товности личности к принятию социальных изменений. Чем дольше индивид игнорирует общественные посылы и проявления, тем более ярко будет выражаться несоответствие привычного поведения новым тенденциям.

Низкий показатель выявлен у 45% младших школьников с умственной отсталостью и у 30% испытуемых с задержкой психического развития. Эти респонденты более остро переживают меняющиеся условия общественной жизни, они с трудом вырабатывают новые навыки, привычки и качества, что приводит к диссонансу между поведением личности и общественными требованиями. Плохо развитое умение анализировать актуальные социальные установки и ситуации мешает осознанию и принятию социальной роли, что в свою очередь часто становится причиной изолированности личности от группы. Для испытуемых с заниженным показателем адаптации характерно проявление таких характерологических черт как замкнутость, неразговорчивость, безынициативность в общении. Низкая степень адаптации не только нарушает процесс взаимодействия с социумом, но и препятствует преодолению разного рода трудностей.

Далее рассмотрим результаты проявления агрессии с помощью теста руки Э. Вагнера. У младших школьников обеих выборок преобладают ответы категорий «агрессивность» и «директивность», что свидетельствует о проявлении агрессии в поведении, нежелании приспособливаться к социальному окружению. Однако сами они испытывают страх перед направленной на них агрессией или физическим воздействием. В своём поведении они демонстрируют эмоциональную черствость, дефицит искренних эмоциональных отношений с другими и отсутствии желания поддерживать эмоциональный контакт с окружающими.

Характерной особенностью этого возрастного периода является неразвитость воображения, представлений и творческого мышления, резкие и стремительные движения и действия. Во взаимоотношениях у них преобладает формализм, им трудно поддержать разговор, начать беседу или слушать своего собеседника. Они нуждаются в помощи и поддержке со стороны окружающих.

Таким образом, младшие школьники с умственной отсталостью не способны адекватно оценивать, как ситуации в целом, так и свои силы и возможности. Они часто являются инициаторами конфликтных и спорных ситуаций, испытывают трудности в социальной адаптации и в формировании новых навыков и привычек.

Список литературы:

1. Платонова Н.М. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2006. – 336 с.
2. Мещеряков Б.Г. Большой психологический словарь / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко – АСТ; АСТ-Москва; Прайм-Еврознак; М.; СПб, 2009. - 811 с.
3. Рубинштейн С.Я. Психология умственно отсталого школьника. - Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 224 с.

4. Кобзева О.В. Динамика агрессивности и её взаимодействия с личностными особенностями в подростковом и юношеском возрастах. Автореферат диссертации на соискание ученой степени канд. психол. наук. – М., 2006. – 22 с.
5. Петрова В.Г., Белякова И.В. Психология умственно отсталых школьников. - М., 2004. - 159 с.
6. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. – СПб., 2010. – 512 с.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

Научный журнал

**UNIVERSUM:
ПСИХОЛОГИЯ И ОБРАЗОВАНИЕ**

№ 11(65)
Ноябрь 2019

Свидетельство о регистрации СМИ: ПИ № ФС 77 – 66238 от 01.07.2016
Свидетельство о регистрации СМИ: ЭЛ № ФС 77 – 54438 от 17.06.2013

Подписано в печать 08.11.19. Формат бумаги 60х84/16.
Бумага офсет №1. Гарнитура Times. Печать цифровая.
Усл. печ. л. 0,75. Тираж 550 экз.

Издательство «МЦНО»
123098, г. Москва, улица Маршала Василевского, дом 5, корпус 1, к. 74
E-mail: mail@7universum.com
www.7universum.com

Отпечатано в полном соответствии с качеством предоставленного
оригинал-макета в типографии «Allprint»
630004, г. Новосибирск, Вокзальная магистраль, 3