

По нашим данным, наибольшее количество достоверных взаимосвязей выявлено между показателями быстрых и точностных двигательных действий и точности РДО (21 взаимосвязь), теппинг теста (8 взаимосвязей), разницы результатов челночного бега 3×10 м и бега на 30 м в условиях альтернативной неопределённости (6 взаимосвязей).

С возрастом в ручных действиях значимость сенсорного компонента существенно не изменяется (с 0,536 до 0,540), а в условиях лимита времени влияние этого компонента значительно повышается (с 0,470 до 0,651). Достоверное влияние моторного компонента в ручных действиях выявлено только у мальчиков в возрасте 7-8 лет в обычных условиях, значимость данного компонента в условиях лимита времени с возрастом значительно уменьшается. Таким образом, характер реакции у школьников определяют значимость сенсорных и моторных компонентов при выполнении различных двигательных действий, связанных с быстрыми и точностными движениями.

ВЫВОД

Уровни развития координационных способностей у мальчиков в возрасте 7-12 лет оказывают существенное влияние на формирование быстрых и точностных двигательных действий, среди них выделяются точность РДО, теппинг-тест, разница результатов челночного бега 3×10 м и бега на 30 м в условиях альтернативной определённости.

Контактная информация: petrov-1986@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.09.2012.

УДК 796.011

ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В СВЕТЕ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ 4-7 ЛЕТ

*Юрий Иванович Разинов, кандидат педагогических наук, доцент,
Анатолий Петрович Стрижак, доктор педагогических наук, профессор,
Московский педагогический университет, педагогический институт физической культуры и спорта (ПИФКиС МГПУ)*

Аннотация

В статье рассматривается проблема здоровья, физического развития и уровня физической подготовленности детей 4-7 лет. Анализ результатов выполнения контрольных нормативов современных дошкольников примерно на 40% ниже, чем у сверстников 1960-70-х годов рождения. В статье освещаются методические подходы по использованию различных форм проведения занятий с различными режимами двигательной деятельности в соответствии с воспитанием физических качеств. Предложенная методика концентрации содержания занятий по воспитанию 2-3 физических качеств, основанная на сенситивных периодах развития ребенка дает ощутимый прирост физического развития ребенка.

Ключевые слова: физическое воспитание, физические качества, темпы прироста результатов, содержание и форма проведения занятий, физическое развитие, технология проведения занятий.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2012.09.91.p129-133

PROSPECTS OF TRAINING OF THE SPORTS RESERVE IN THE LIGHT OF THE PHYSICAL CONDITION OF THE MODERN CHILDREN AGED 4-7 YEARS OLD

*Yuriy Ivanovich Razinov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Anatoly Petrovich Strizhak, the doctor of pedagogical sciences, professor,
Moscow City Teacher Training University*

Annotation

The problem of health, physical development, and level of physical fitness of children aged 4-7 years has been considered in the article. Analysis of the results of the control tasks implementation by the

modern preschoolers is about 40% lower than that of their peers in 1960 and 1970 years of birth. However, the article highlights the methodological approaches on the use of various forms of training with different types of motor activity in accordance with the education of physical qualities. The proposed methodology of concentration of the class's content on training 2-3 physical qualities, based on sensitive periods of development of the child gives a considerable increase of the physical development of the child.

Keywords: physical education, education of physical qualities, growth rate of the results, content and form of training, physical development, technology of training.

ВВЕДЕНИЕ

В практике физического воспитания очень значимы вопросы опережающей физической подготовки детей с учетом чувствительных и критических периодов развития детского организма, которые актуализируются в свете подготовки программ третьего поколения для дошкольных образовательных учреждений, средней общеобразовательной школы, детско-юношеского спорта. Функциональное здоровье ребенка – основа дальнейшего повышения уровня общей работоспособности, развития на этой основе физических качеств, благоприятного развития психофизической сферы. При недостаточном уровне функционирования организма невозможно освоить физические нагрузки, необходимые для преодоления жизненных трудностей [7].

В настоящее время детско-юношеские спортивные школы в целом ряде видов спорта ощущают острый недостаток в притоке детей, способных и готовых к спортивной деятельности. По данным различных источников физическое развитие детей постоянно ухудшается. Темпы прироста физических кондиций детей 4-7 лет не соответствуют должному уровню показателей, заложенному в учебные программы по физическому воспитанию в дошкольных образовательных учреждениях [5]. К моменту перехода детей из детского сада в школу физическая подготовленность соответствует должным показателям только у 48% детей. В беге на 30 метров отставание от должного результата составляет в 35,2% случаев у мальчиков и 24,7% случаев у девочек, в 3 минутном беге эта разница составляет, соответственно, – 31,9% и 30,4%, в метании мяча – 25,3% и 16,6% [8]. Количество детей относящихся к основной группе составляет 56,7%, к подготовительной – 17,8%, к специальной – 9,5%, к группе ЛФК – 12,7%, освобожденных от занятий 3,3% [1]. Таким образом можно констатировать, что за последние 15-20 лет ситуация с уровнем физической подготовленности и физического развития детей остается неудовлетворительной. Требования стандарта образования третьего поколения к результатам обучения сводятся к самоопределению ученика, созданию мотивации к занятиям физической культурой, способности к решению моральных проблем, оценке собственных поступков. При этом необходимо воспитывать способность к управлению своей деятельностью, навыкам сотрудничества, работе с учебными моделями, выполнению логических операций, установлению аналогий. Все это должно проявиться в освоении системы знаний, опыте предметной деятельности по получению знаний [6].

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Главная задача нашего исследования состояла в разработке педагогической технологии физического воспитания детей, позволяющей укрепить здоровье занимающихся, вывести уровень физической подготовленности дошкольников на уровень должных требований и создать мотивацию для дальнейших занятий спортом. При этом предусматривались опережающие темпы физической подготовленности дошкольников на 15-20% и концентрация содержания занятий по воспитанию 2-3 физических качеств. В наших исследованиях принимали участие дошкольники старшей и подготовительной групп детского сада. Полную программу обследования в течение года прошло 93 испытуемых. Они были распределены на две равноценные, с точки зрения физической подготовленности, группы, что подтверждается результатами тестирования, изложенными в табл.1, и были практически здоровы.

Занятия в контрольной группе проводились в строгом соответствии с программой по физической культуре для дошкольных образовательных учреждений [5]. В экспериментальной группе преимущественная направленность занятий была ориентирована на воспитание скоростных и скоростно-силовых качеств, что предусматривало увеличение на 20% количества часов физической подготовки дошкольников с соответствующей направленностью занятий. Это вполне оправдано, поскольку в качестве методологической основы для наших исследований была взята концепция сенситивных и критических периодов физического развития дошкольников. К этому нас привело и изучение контрольных результатов, которые должны показывать дети. В нашем экспериментальном исследовании физкультурно-двигательная активность для дошкольников приобрела раздвинутые временные границы, и зачастую проводились вне режима пребывания в дошкольном образовательном учреждении.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

При статистическом сравнении исходных данных детей КГ и ЭГ до начала эксперимента по изучаемым показателям физической подготовленности не было обнаружено достоверных различий (табл. 1). Так, по данным физической подготовленности не были превышены их средние значения, а по отдельным тестам уровень развития физических способностей оказался «ниже среднего». По итогам тестирования были отмечены низкие результаты в скоростно-силовых тестах и в развитии быстроты.

Таблица 1

Уровень физической подготовленности детей экспериментальной группы до начала эксперимента

Тесты	КГ	ЭГ	Достоверность различий	
	M±m	M±m	t	P
Бег на 10 м, с	2,70±0,16	2,80±0,12	1,60	>0,05
Бег «змейкой» между предметами, с	7,30±0,19	7,20±0,25	1,00	>0,05
Челночный бег 3×10 м, с	11,40±0,29	11,30±0,22	1,00	>0,05
Прыжок в длину с разбега, см	123,0±4,9	124,0±6,2	0,38	>0,05
Прыжок в длину с места, см	102,0±9,7	105,0±9,4	0,66	>0,05
Прыжок вверх с места, см	20,0±1,6	21,0±1,9	1,44	>0,05
Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы, из и.п. – стоя, см	168,0±6,4	170,0±6,5	0,65	>0,05
Подъем туловища в сед, 30 с	11,0±0,9	12,0±1,3	0,76	>0,05

После проведенного первоначального тестирования детей мы сравнили результаты тестов с нормативами, представленными в таблицах, сформулировали цель в количественных показателях. В ЭГ проводились контрольные испытания каждый месяц, и результаты промежуточных тестов заносились в учетную карточку ребенка, а в программу занятий вносились корректировки. Определив характеристики показателей тестовых упражнений в контрольной и экспериментальной группах (КГ и ЭГ), мы провели сравнительный анализ прироста физической подготовленности между группами в конце эксперимента (табл. 2).

Результаты контроля физической подготовленности детей в экспериментальной и контрольной группах свидетельствуют о том, что показатели тестов достоверно улучшились в обеих группах, но в экспериментальной группе они достоверно превышают результаты контрольной группы. Это говорит о том, что данная методика педагогического воздействия была эффективнее, чем традиционная. Следует отметить, что высокая результативность детей стала возможной не только в силу изменения содержания занятий и в повышении физической нагрузки, но и использовании внеурочных форм занятий, приближенных к тренировочным урокам.

Уровень физической подготовленности детей экспериментальной группы по окончании эксперимента

Тесты	КГ	ЭГ	Достоверность различий	
	M±m	M±m	t	P
Бег на 10 м, с	2,60±0,12	2,30±0,12	6,00	<0,001
Бег «змейкой» между предметами, с	7,10±0,22	6,80±0,29	2,72	<0,05
Челночный бег 3×10 м, с	11,10±0,25	10,70±0,16	4,44	<0,01
Прыжок в длину с разбега, см	134,0±8,1	147,0±4,9	4,14	<0,01
Прыжок в длину с места, см	110,0±8,1	126,0±6,5	4,63	<0,01
Прыжок вверх с места, см	22,0±1,3	25,9±2,3	4,53	<0,01
Бросок набивного мяча (1кг) из-за головы, из и.п. – стоя, см	185,0±8,1	200,0±8,1	3,93	<0,05
Подъем туловища в сед, 30 с	13,2±0,9	15,9±1,3	5,40	<0,001

В соответствии с поставленными задачами по воспитанию скоростных и скоростно-силовых способностей были достигнуты значительные приросты результатов в экспериментальной группе: в беге на 10 м – 12,7%, в прыжках в длину с разбега – 18,5%, с места – 20,1%, выпрыгивании вверх – 21,6%, броске набивного мяча – 17,6%.

Показанные детьми результаты в экспериментальной группе находятся на высоком уровне физической подготовленности, что дает основания полагать, что предложенная педагогическая технология оказалась эффективной. Новое содержание и инновационные формы проведения занятий [3,4] создадут возможность устойчивой мотивации к дальнейшим регулярным занятиям физической культурой с акцентом на спортивную деятельность. Тем не менее, нам кажется, что повышение двигательной активности детей на 30-40% возможно, если использовать спортивные базы ФОКов, детских спортивных школ, детских спортивных центров и т.д., создать систему дополнительного образования детей дошкольного возраста с увеличением количества часов на занятия физической культурой. В результате мы получим возможность воспитывать здоровых детей, способных переносить физические нагрузки повседневного быта, а также предлагаемые детскими спортивными школами.

ВЫВОДЫ

1. Исследования показывают, что, несмотря на отставание нынешних детей в уровне физического развития от детей 1960-70 годов рождения, имеются реальные возможности преодоления этого положения.
2. Полученные исследовательские результаты прироста уровня развития физических качеств на 12-30% в год доказывают возможность улучшения здоровья детей и способствуют ориентации их на спортивную деятельность.
3. Необходимо широко внедрять новые формы проведения занятий в дошкольных образовательных учреждениях и средней общеобразовательной школе, т.к. урочная форма занятий все более несет в себе репродуктивный, а не личностно-ориентированный характер.
4. Внедрение в практику новой парадигмы образования требует всесторонней кардинальной перестройки системы образования в области физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Виленская, Т.Е. Физическое воспитание детей дошкольного возраста / Т.Е. Виленская. – М. : Просвещение. – 2006. – 167 с.
2. Воробьева, Н.А. Управление дифференцированным физическим воспитанием детей младшего школьного возраста с разным уровнем физического развития : автореф.

дис. ... канд. пед. наук / Воробьева Н.А. – Смоленск, 2003. – 24 с.

3. Германов, Г.Н. Программа физической подготовки учащихся 5-х классов подготовительной медицинской группы на основе блочно-модульной технологии построения уроков физической культуры / Г.Н. Германов, М.Е. Злобина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 9 (55). – С. 46-52.

4. Германов, Г.Н. Новые подходы к организации двигательной деятельности на уроках физической культуры в школе / Г.Н. Германов, И.В. Машошина // Физическая культура в школе. – 2012. – № 7. – С. 42-48.

5. Программа воспитания и обучения в детском саду / под ред. М.А. Васильевой, В.В. Гербовой, Т.С. Комаровой. – 3-е изд., испр. и доп. – М. : Мозаика-Синтез, 2005. – 208 с.

6. Усаков, В.И. Педагогический контроль за физической подготовленностью дошкольников / В.И. Усаков. – Красноярск : Изд.-во Красноярского гос. пед. ин-та, 1989. – 47 с.

7. Фетисов, В.А. Доклад на заседании Государственной думы 7 декабря 2005 г. [электронный ресурс] // URL: http://www.akdi.ru/gd/plen_z/2005/12/s07-12_u.htm. – Дата обращения 30.09.2012.

8. Теория и методика физической культуры дошкольников / под ред. С.О. Филипповой. – СПб. : Детство-пресс, 2008. – 656 с.

REFERENCES

1. Vilensky, T.E. (2006), *Physical training of children of preschool age*, Moscow, publishing house Education, Russian Federation.

2. Vorobyov, N.A (2003), *Differentiated management of physical education of children of primary school age with different level of physical development. synopsis dissertation the candidate of pedagogical sciences*, Smolensk, Russian Federation.

3. Germanov, G.N. and Zlobina, M.E. (2009), “The program of physical preparation of pupils of the 5th classes of preparatory medical group on the basis of block and modular technology of creation of lessons of physical culture”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 55, No. 9, pp.46-52.

4. Germanov, G.N. and Mashoshina I.V. (2012), “New approaches to the organization of impellent activity at lessons of physical culture at school”, *Physical culture at school*, No.7, pp.42-48.

5. Ed. Vasilieva, M.A. (1985), *Education and training program kindergarten*, Moscow, publishing house Education, Russian Federation.

6. Usakov, V.I. (1989), *Pedagogical control of physical readiness of preschool children*, Krasnoyarsk, publishing house. KGPI, Russian Federation.

7. Fetisov, V.A. The report at meeting of the State Duma on December 7, 2005, Russian Federation, available at: http://www.akdi.ru/gd/plen_z/2005/12/s07-12_u.htm.

8. Ed. Filippova S.O. (2008), *The theory and a technique of physical culture of preschool children*, Childhood press, St.-Petersburg, Russian Federation.

Контактная информация: Razinoff2012@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 26.09.2012.