

учителя физической культуры, репрезентируемый лексемой *физрук*, позволяет говорить о том, что образ представителя профессиональной деятельности педагога по физической культуре является в сознании современных россиян оппозитивный концепт, в котором составляющие его базовые и совмещенные, оценочные когнитивные признаки разнятся как абсолютно противоположные: настоящий профессионал – равнодушный «винтик» системы школьного образования; альтруист – полуопустившийся, деградировавший человек; молодой атлет – сутулый старик; объект повышенного женского внимания – сексуальный извращенец и педофил; однозначно положительно оцениваемый образ – оцениваемый сугубо отрицательно. Хочется надеяться, что условия обучения и воспитания новых педагогов по физической культуре, основанные на требованиях стандартов третьего поколения, исправят ситуацию в лучшую сторону.

*Литература*

1. Национальный корпус русского языка. Режим доступа: [www.ruscorpora.ru](http://www.ruscorpora.ru)

**Мукина Е.Ю.**

Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина,  
Тамбов, Россия

## **СОДЕРЖАНИЕ И НАПРАВЛЕННОСТЬ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ**

*Аннотация.* В статье рассмотрены результаты апробации методики развития двигательных координационных способностей младших школьников специальной медицинской группы. В процессе реализации методики в экспериментальной группе уровень проявления двигательных координационных способностей у детей достоверно повысился на 10–15 % по сравнению с детьми контрольной группы.

*Ключевые слова:* дети младшего школьного возраста, специальная медицинская группа, координационные способности

**Mukina E.U.**

Tambov State University named after G.R. Derzhavina  
Tambov, Russia

## **CONTENT AND DIRECTION OF THE DEVELOPMENT OF MOTOR COORDINATION ABILITIES OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN ON HEALTH RELATED TO SPECIAL MEDICAL GROUP**

*Abstract* The article describes the results of testing the technique development of motor coordination abilities of younger schoolboys special medical group. During the implemen-

tation of the methodology in the experimental group level manifestations of motor coordination abilities in children significantly increased by 10-15% compared with control children.

*Keywords:* children of primary school age, a special medical team coordination abilities

Большое значение в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста приобретают методики оздоровительной физической культуры, которые помимо решения оздоровительной задачи физической культуры обеспечивают развитие двигательных качеств детей [1-3].

Цель исследования состояла в апробации методики направленной на развитие двигательных координационных способностей младших школьников специальной медицинской группы.

В соответствии с целью исследования были использованы следующие методы: изучение и анализ литературных источников; педагогическое наблюдение; опрос (анкетирование); тестирование; антропометрия; пульсометрия; методы математической статистики.

В эксперименте принимали участие 38 школьников 8-10 лет (20 детей – экспериментальной группы и 18 детей контрольной группы, как мальчики, так и девочки). Все дети контрольной и экспериментальной группы по состоянию здоровья относились к специальной медицинской группе на уроках физической культуры.

В экспериментальной методике на первом этапе применяли равномерный и повторный методы развития двигательных координационных способностей, а на последующих этапах к вышеуказанным методам дополнительно подключали переменный и игровой методы.

Методика была реализована в двух основных формах занятий: в процессе проведения уроков физической культуры и в практике домашних заданий, которые осуществлялись под контролем родителей и учителя. При составлении комплекса упражнений занятий со школьниками специальных медицинских групп в первую очередь учитывалось состояние их здоровья и медицинский диагноз. Кроме того, на уроках физической культуры дозировка нагрузок учитывала индивидуальные особенности каждого ребенка.

По своей педагогической направленности уроки носили комплексный характер и включают в себя три структурные части: подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть урока, в зависимости от возраста учащихся и с учетом состояния их здоровья длилась от 7–8 до 12–14 мин. Основным содержанием подготовительной части урока являлись общеразвивающие, оздоровительно-корректирующие упражнения, выполняемые в чередовании с дыхательными упражнениями. Физическая нагрузка повышалась посте-

ленно, путем включения в работу все большего и большего количества мышечных групп и увеличения количества повторений каждого упражнения. Средняя частота сердечных сокращений, отражающая функциональную активность организма и особенности динамики его вработывания, должна нарастать постепенно и к окончанию подготовительной части достигала не более 120–130 уд./мин [4].

Основная часть урока состояла из трех базовых фрагментов. Первый фрагмент был связан с решением оздоровительных задач, и его содержание соотносится с индивидуальными медицинскими показаниями занимающихся (патологией). Второй фрагмент включал в себя задачи по обучению школьников новым упражнениям и двигательным действиям. Он соотносится с программным содержанием. Третий фрагмент соответствовал задачам, связанных с развитием основных физических качеств. В его содержание входило освоение новых упражнений и двигательных действий. Планируя содержание каждого фрагмента основной части, соблюдалась определенная логика в последовательности решаемых задач.

Во время проведения учебных занятий, контролировались функциональное состояние и внешние признаки занимающегося.

В заключительной части урока, длительность которой определялась исходя из интегральной физической нагрузки (от 5 до 7 мин.), выполнялись восстановительные упражнения, а также предусматривалось время на объяснение домашнего задания. В качестве восстановительных упражнений использовались упражнения на расслабление и внимание, спокойная ходьба с выполнением дыхательных и общеразвивающих упражнений. В качестве домашнего задания давался комплекс упражнений на развитие гибкости и упражнения, направленные на развитие двигательных координационных способностей. Если была необходимость, то осуществлялась индивидуальная коррекция предлагаемого задания.

Были разработаны дополнительные (в режиме учебного дня и внеурочные) формы организации физического воспитания учащихся (гимнастика до занятий, игры и развлечения на больших переменах, физкультурные паузы на общеобразовательных уроках). В содержание дополнительных занятий входили естественные движения (ходьба, бег), различные спортивные игры, общеразвивающие комплексы упражнений, утренняя гигиеническая гимнастика, закаливающие процедуры, проводимые на больших переменах.

Дополнительные занятия рекомендовались в виде домашних заданий по физкультуре и проводились в форме физкультурно-оздоровительных, лечебно-профилактических мероприятий, проводимых по общему воспи-

тательному плану школы, которые в сочетании с обязательным обучением давали возможность учитывать индивидуальные особенности, интересы и склонности детей. Участие в этих мероприятиях одновременно служило активным отдыхом и использовалось в режиме дня, как средство реабилитации, профилактики утомления и повышения учебной работоспособности.

В ходе реализации методики были получены результаты в показателях двигательных координационных способностей детей 8-10 лет.

Сравнивая начальное, конечное и промежуточные значения выполнения тестов, можно отметить: что в тесте «Наклоны вперед из положения седа» результаты школьников экспериментальной группы значительно лучше по сравнению со школьниками контрольной группы. Если для мальчиков контрольной группы показатель возрос на 2,2 см (с 2,81 до 5,01 см), то для экспериментальной группы показатель изменился на 1,85 см (с 2,89 до 4,74 см). Аналогичная картина наблюдается и для девочек (для контрольной группы прирост показателя составил 2,26 см, для экспериментальной – 1,8 см).

В процессе проведения теста «Фламинго» было отмечено снижение количества попыток, необходимых школьникам для его выполнения. Если в октябре 2012 г. мальчикам и контрольной и экспериментальной групп требовалось примерно 5 попыток (5,06 и 5,01 соответственно), то к моменту окончания педагогического эксперимента количество попыток снизилось до 3,65 – у мальчиков контрольной группы и до 3,43 – у мальчиков экспериментальной группы. У девочек контрольной группы число попыток снизилось с 4,85 до 3,38, а у девочек экспериментальной группы с 4,93 до 3,23. Как видно из приведенных данных, можно отметить лучшие результаты школьников экспериментальной группы по сравнению с контрольной группой ( $p < 0,05$ ).

Аналогичные результаты представлены и в остальных тестах: «Пройти по линии», «Метание малого мяча на точность», «Перестукивание», тест «Комбинированный».

Таким образом, в процессе реализации методики в экспериментальной группе уровень проявления двигательных координационных способностей у детей младшего школьного возраста достоверно повысился на 10–15 % по сравнению со школьниками контрольной группы, уменьшилось количество дней, пропущенных по болезни в течение учебного года.

#### *Литература*

1. Бальсевич, В.К. Физическая культура для всех и для каждого / В.К. Бальсевич. – М.: ФиС, 1988. – 208 с.
2. Кофман, П.К. Настольная книга учителя физической культуры / П.К. Кофман М.: Физкультура и спорт, 1998 г. - 146с.

3. Лях, В.И. Координационные способности школьников / В.И. Лях. – Минск: Полымя, 1998. – 159 с.

4. Мукина Е.Ю., Развитие двигательных координационных способностей у младших школьников специальных медицинских групп [Текст]: дис. ... канд. пед. наук/ Мукина Е.Ю. – Тамбов, 2007. – 163 с.

**Овчинникова Л.В.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
Екатеринбург, Россия

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЛАВАНИЮ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

*Аннотация.* В статье рассмотрена возможность использования элементов игровых видов спорта при обучении плаванию дошкольников. Игры с мячом имеют и познавательное значение, содействуют повышению эмоционального состояния занимающихся, помогают им преодолевать чувство страха, боязни и неуверенности в своих силах

*Ключевые слова:* водное поло, двигательная активность, укрепление здоровья.

**Ovchinnikova L.V.**

Russian State professional and pedagogical University,  
Ekaterinburg, Russia

### **USING THE MEMBERS OF THE TEAM SPORTS OF SWIMMING TRAINING OF SENIOR PRESCHOOL CHILDREN**

*Annotation.* The article discusses the possibility of using elements of team sports in teaching swimming preschoolers. Ball games and have cognitive value, contribute to increasing emotional state involved, helping out to alleviate feelings of fear, fear and insecurity in their abilities

*Keywords:* water polo, physical activity, health promotion.

Дошкольный возраст в развитии ребёнка является периодом, когда закладывается фундамент его здоровья, физического развития, а также культура движений. Плавательная подготовленность имеет большое значение в развитии культуры движений подрастающего поколения. Однако в настоящее время остаётся неудовлетворительной. Всё ещё более 20% несчастных случаев на воде приходится на долю детей в возрасте до 14 лет. Среди детей 10-12 лет не умеют плавать более 40%, а среди младших школьников до 90% (Госкомстат России, М. 2004). Отсюда важное значение массового обучения, плаванию детей начиная с дошкольного возраста.

Начальному обучению плаванию детей дошкольного возраста посвящены работы Н.А. Бутович, Н.Ж. Булгаковой, Т.И. Осокиной, и др.