развитии, познании, общении, самоутверждении, самовыражении, самовоспитании и др.

Формирование потребностей студента в двигательной активности, создание мотивационных установок, помощь в выборе форм занятий для полноценной самореализации личности – смысл физкультурного воспитания в вузе.

Профессорско-преподавательский состав кафедр физического воспитания и спорта должен там, где это возможно и необходимо, побуждать студента к тому, чтобы творческая активность состоялась, и чтобы в ситуации творческого успеха и вдохновения, особенно на завершающей стадии учебно-тренировочного процесса, студент попытался осознать и осмыслить все, чего он достиг, каковы были барьеры и трудности, и как он их преодолел. При этом педагог должен помогать студенту в формировании его физической и методологической культуры и одновременно способствовать развитию творческой активности.

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ИНФОРМАЦИОННЫХ СРЕДСТВ ОБЕСПЕЧЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО ШКОЛЬНИКАМИ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ ОТКЛОНЕНИЯМИ

Т.К. Хозяинова-Цегельник, Н.Л. Журавлева

В начальной общеобразовательной школе «Лад» № 219, которая находится в Екатеринбурге по адресу: переулок Суворовский 7А и специализируется на детях с психосоматическими отклонениями, проводилась исследовательская работа, которая заключалась в следующем: каждый месяц все ученики школы (69 детей) участвовали в обследовании состояния физического здоровья, которое включает в себя: измерения роста, веса, окружности грудной клетки, спирометрию (ЖЕЛ), динамометрию правой и левой кистей, измерение давления, пульса до и после нагрузки, время восстановления после нагрузки, модифицированный тест Купера (6 мин ходьба и (или) бег) и тест на гибкость (наклон вперед в положении сидя).

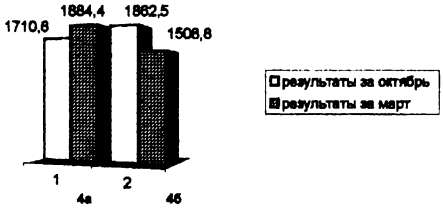
Гипотеза исследования: «если ученики будут снабжены средствами информационного обеспечения и будут регулярно их заполнять, то показатели их физического здоровья улучшатся, в сравнении со своими предыдущими показателями, а также с показателями учеников, которые воспринимали результаты тестирования только на слух».

Для реализации данного эксперимента школьникам первых – четвертых классов «А» были выданы средства информационного обеспечения: паспорта состояния физического здоровья, которые они должны заполнять в начале и конце учебного года и тетради «Оцени себя», которые дети должны заполнять каждый месяц.

В течение учебного года учащиеся, под руководством учителя физической культуры заполняли паспорта физического здоровья и тетради «Оцени себя», вследствие чего, были получены следующие данные, подтверждающие выдвинутую гипотезу. Для наглядности представим результаты обследования ЖЕЛ (рис. 1) и динамометрии (рис. 2 и 3) в 4-х классах «а» и «б» за октябрь и март месяцы. На рисунках видно, что у школьников 4 «б» класса результаты тестирования за март заметно снижены, по сравнению с октябрьскими результатами. Однако у школьников 4 «а» класса показатели заметно выросли.

Основной причиной подобной разницы в показателях, послужило то, что все ученики школы №219 в период двух последних недель февраля были закрыты на карантин по гриппу. Это еще более доказывает эффективность внедрения информационных средств обеспечения, так как учащиеся 4«б» класса не были мотивированы к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, вследствие чего, у них резко снизились показатели физического развития, а ученики 4 «а» класса поддерживали активный образ жизни во время карантина самостоятельно, для того, чтобы их показатели физического здоровья не снижались, а оставались на прежнем уровне или по возможности улучшались.

Еще одной причиной снижения результатов в «б» классах могло послужить то, что многие ребята были на карантине по болезни, а, по мнению автора Г.А. Макаровой[1], если ребенок болеет или после болезни, то показатели физического развития у него снижаются.



[1] Макарова Г.А. Спортивная медицина. Учебник. – М.: Советский спорт, 2004. – 480 с.

Рис. 1. Показатели жизненной емкости легких (ЖЕЛ, мл) школьников четвертых классов.

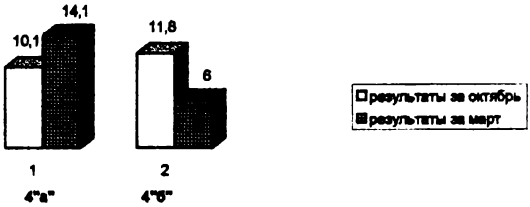


Рис. 2. Показатели динамометрии левой кисти (кг) школьников четвертых классов.

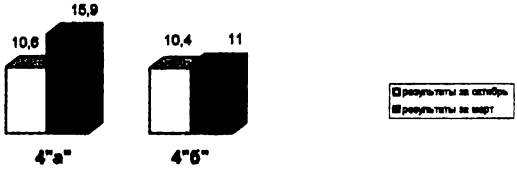


Рис. 3. Показатели динамометрии правой кисти (кг) школьников четвертых классов.

Выводы: школьники, которые регулярно заполняли средства информационного обеспечения: паспорта состояния физического здоровья и тетради «Оцени себя», больше знают о себе, о своем физическом развитии, уделяют больше внимания развитию тех или иных физических качеств, больше работают над собой, что подтверждают данные исследования.

Считаем, что средства информационного обеспечения необходимо внедрять во все общеобразовательные учреждения, но особенно в них нуждаются школьники с отклонениями в состоянии здоровья для мотивирования их к осмысленным и активным занятиям физическими упражнениями.