

команд, педагогов ДОУ по физическому воспитанию на эту проблему. Выносливость напрямую связана со здоровьем человека.

Могилевская Т.Е.

ГОУ ВПО «Российский государственный университет» (РГППУ),
г. Екатеринбург

КОРРЕКЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНОЙ СТЕПЕНЬЮ АКТИВНОСТИ

Движение это врожденная, жизненно необходимая потребность человека. Полное удовлетворение ее особенно важно в дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Детям свойственна частая смена движений и поз до 550 – 1000 раз за день [1], благодаря этому происходят поочередное напряжение и отдых различных мышечных групп. Установлено, что уровень двигательной активности и физиологическая потребность в движении определяется не только возрастом, но и степенью самостоятельности ребенка, его индивидуально-типологическими особенностями центральной нервной системы. Неустойчивость нервной системы ребенка чаще всего выражается в преобладании процессов возбуждения над процессами торможения, что проявляется в гиперактивности детей.

Для определения условий оптимизации двигательной деятельности ребенка в течение дня мы провели исследования физиологических и физических особенностей детей старшего дошкольного возраста муниципальных дошкольных образовательных учреждений № 478 и № 514 г. Екатеринбурга. В процессе педагогического наблюдения, нами были выявлены дети с разной степенью активности в период бодрствования.

На основании данных Э.Я. Степаненковой [2] все обследованные дети были разделены на три группы с учетом уровня их двигательной активности:

1 группа – дети склонные к гиперкинезии (> 58 локомоций в мин.), 2 группа – дети склонные к гипокинезии (<34 локомоций в мин.), 3 группа – дети со средним уровнем активности (38–49 локомоций в мин.). Всего было обследовано 85 детей 5 – 6 летнего возраста, из них 22 ребенка с высокой интенсивностью движений, 17 – с низкой, 46 –со средней интенсивностью движений. В таблице представлены физические и функциональные показатели детей склонных к гиперкинезии и гипокинезии.

Физические и функциональные показатели детей с различной степенью двигательной активности

Показатели	дети с высокой интенсивностью движений		дети с низкой интенсивностью движений	
	5 лет	6 лет	5 лет	6 лет
Физические:				
координационные: из стойки босиком на одной ноге (с)	4,2 ±2,12	6,3±1,52	6,3±2,12	9,2±2,23
силовые: вис на согнутых руках на перекладине (с)	17,6 ±3,18	21,4±4,23	7,5±1,18	10,4±3,14
Функциональные:				
частота сердечных сокращений (ЧСС) в покое за 1 мин.	105,3±0,2	98,2±1,1	92,5±1,4	90,7±1.8
частота дыхания (ЧД) в покое за 1 мин.	29,6±0,4	26,8±1,2	25,1±2.1	21,6±0.9

Анализируя выше изложенные показатели можно сделать следующие выводы.

1. При сравнении физических показателей установлено, что у детей с гиперкинезией координационные способности достоверно ниже, а силовые характеристики выше в сравнении с детьми склонными к гипокинезии.

2. Сравняя со средними нормативами для детей этого возраста [3] мы выявили, что у детей с высокой интенсивностью движений показатели координации ниже на 43%, при этом сила выше на 30%. А у детей с низкой интенсивностью движений координация выше среднего уровня на 14%, при этом сила ниже на 46%.

3. Сравняя функциональные показатели, установлено, что ЧСС и ЧД в покое у гиперактивных детей достоверно выше, чем у гипоактивных, при этом у детей 5 летнего возраста обеих групп ЧСС и ЧД выше в сравнении с детьми 6 летнего возраста, что, возможно, обусловлено степенью созревания сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также влиянием тонуса блуждающего нерва.

Таким образом, инструктор по физической культуре в дошкольном учреждении, ориентируясь в работе на степень подвижности детей и учитывая их физиологические и функциональные особенности, может наиболее полно удовлетворить их двигательные потребности, и будет способствовать лучшему усвоению движений и формированию высокой физической подготовленности.

Объединение детей в подгруппы по степени двигательной подвижности во время занятий физической культурой создаст необходимые

педагогические условия наиболее благоприятно влияющие на психологическую атмосферу. Вследствие этого применяемые физические нагрузки должны быть не только адекватны резервным возможностям организма, индивидуально-психологическим особенностям детей, но и регулироваться в соответствии со срочными изменениями функционального состояния занимающихся под воздействием общеобразовательных занятий различной степени трудности.

Цитируемая литература

1. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. – Ярославль: 1996. 267 с.
2. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.: Изд-во «Академия», 2001. 368 с.
3. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений – 2 изд. – М.: изд-во «Академия», 2002. 480 с.

Овчинникова Л.В.

ГОУ ВПО «Российский государственный профессионально-педагогический университет» (РГППУ), г. Екатеринбург

РОЛЬ ПОДВИЖНЫХ ИГР В РАЗВИТИИ ЛИЧНОСТИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНИКА

Каждому периоду детства соответствует свой особый вид деятельности, который в психологии и педагогике принято называть «ведущим», влияющим на все стороны жизни в каждом конкретном периоде.

В дошкольном возрасте игра становится ведущим видом деятельности потому, что именно она вызывает качественные изменения в психике ребенка. В связи с поступлением в школу ведущей деятельностью ребенка в этом возрасте становится учебная деятельность. Отличительной особенностью учебной деятельности является, то, что в результате ее происходит не изменение объекта, а изменение самого ученика, его развитие (Д.Б Эльконин., 1989).

Поскольку ребенок приступает к обучению в школе, еще не зная, как надо учиться, задача педагога — помочь маленькому человеку быстрее адаптироваться в новой для него обстановке. Специфика учебной деятельности на этом этапе развития связана, прежде всего, с основной целью обучения ребенка 6-11 лет - «научить его учиться».

Как показывает практика, большинство учителей недостаточно используют активные методы обучения. Далеко не все педагогические ресурсы, доступные учителю, используются в педагогической практике в