

ских мотиваций, характерных для техногенной цивилизации и имеющих, как правило, чисто финансовое измерение.

В спорте в концентрированной и предельно откровенной форме зафиксирована ценностная смысложизненная ориентация техногенной цивилизации на непрерывное обновление. Я имею в виду ценность новации. Современный спорт возможен как непрерывное обновление спортивного результата и спортивного зрелища, равно как в науке это непрерывное обновление знания, в экономике - производство новых товаров и услуг, в повседневной жизни - обновление удовольствий. Отсюда, по большому счету, проблемы спорта - это проблемы всей индустриальной цивилизации. Может ли новация быть и далее оставаться ценностным ориентиром? Вопрос этот дискуссионный. Попытка сказать "нет" новации пока характерна прежде всего для очень экстремальных сторон социальной жизни нашей цивилизации. Это сфера производства оружия массового поражения, где новация давно запрещена, это запреты на изготовление, употребление и распространение наркотиков как предельного удовольствия для человека.

Усольцева С.Л., Петров А.Г.
Уральский государственный
университет путей сообщения,
Екатеринбург, Россия

ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА НА ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: В статье рассмотрена эффективность влияния средств настольного тенниса на уровень развития физических качеств младших школьников. Проведен мониторинг физической подготовленности младших школьников, занимающихся и не занимающихся настольным теннисом.

Ключевые слова: настольный теннис, младшие школьники, физическое воспитание.

Актуальность. Основными задачами физического воспитания учеников младших классов является сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков [4].

Если говорить о настольном теннисе, то он является одним из самых популярных видов спорта, оказывает большое влияние на развитие как уровня физической подготовленности ребенка в целом, так и специфических для данного вида спорта физических качеств [1, 3].

Объект исследования – физическая подготовленность младших школьников.

Предмет исследования – влияние занятий настольным теннисом на физическую подготовленность младших школьников.

Цель работы – определить и обосновать эффективность влияния занятий настольным теннисом на уровень развития физических качеств младших школьников.

Задачи исследования:

1. Определить уровень развития физических качеств младших школьников.

2. Провести анализ динамики развития физических качеств младших школьников, занимающихся настольным теннисом и не занимающихся.

Исследование проводилось на базе детско-юношеского центра ДЮЦ «Юность» Железнодорожного района г. Екатеринбурга. В экспериментальную группу вошли девочки и мальчики (8-9 лет) – 80 чел., занимающиеся настольным теннисом, в контрольную группу вошли девочки и мальчики (8-9 лет) – 40 чел., не занимающиеся данным видом спорта.

В начале и в конце года проведено тестирование по следующим контрольным точкам: бег 30 м., челночный бег 3х10, прыжок в длину с места, 6-минутный бег, наклон вперед из положения сидя, подтягивание (на верхней и нижней перекладине) [3]. Для обработки полученных данных воспользовались t-критерием Стьюдента.

Сравнительный анализ исходных данных экспериментальной и контрольной групп показал, что достоверных различий в начале эксперимента нет. Возможно, это связано с тем, что у детей, занимающихся настольным теннисом, был перерыв в тренировочном процессе на летние каникулы, а тренировочные сборы летом на этом этапе не проводились.

Следовательно, уровень физической подготовленности детей в начале эксперимента находился примерно на одном уровне.

В конце учебного года было проведено повторное тестирование и исследуемых показателей. Сравнительный анализ результатов показал, что достоверные различия произошли по таким показателям, как: бег 30 м; челночный бег – 3х10; прыжок в длину с места – у мальчиков и девочек обеих возрастных групп. Показатели 6-минутного бега достоверно изменились только у мальчиков и девочек 9-ти лет. В показателях на гибкость и силу достоверных изменений не произошло.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы.

Показатели развития физических качеств по исследуемым параметрам в контрольной и экспериментальной группах в начале эксперимента были практически одинаковы. Различия не достигли статистически значимых изменений.

Анализ результатов контрольных тестов, показал, что применение средств настольного тенниса оказывает положительное влияние на скоростные, скоростно-силовые способности и скоростную выносливость.

Экспериментально доказано, что прирост показателей уровня физической подготовленности младших школьников, занимающихся настольным теннисом выше, чем у детей, не занимающихся настольным теннисом.

Фанасеева Е. А., Марчук С. А.
Уральский государственный
университет путей сообщения,