

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЕ*О.Н. Ганчук, 4 курс**Научный руководитель – Т.В. Маринич, к.м.н., доцент
Полесский государственный университет*

По статистике около 25–30% детей, приходящих в 1–е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, а среди выпускников школ уже более 80% нельзя назвать абсолютно здоровыми [1]. В последние годы наблюдается выраженный рост нервно–психических расстройств, ухудшается состояние психической адаптации детей и подростков, что приводит к алкоголизации, табакокурению, наркомании [2]. Ряд учеников в 7–8 лет имеют в среднем 2–3 диагноза, школьники 10–14 лет – 4 диагноза [1].

Физиологически доказано, что двигательная активность необходима в любом возрасте, наиболее выражена она у детей и подростков. Движение способствует не только физическому развитию человека, но и является средством становления личности и ее особенностей [3]. Для детей с ослабленным здоровьем, в большинстве случаев, активная двигательная деятельность недоступна, поэтому возникает дефицит в удовлетворении данной потребности. При этом гиподинамия вызывает еще большие функциональные и морфологические изменения в организме.

В школах, специально для детей с ослабленным здоровьем, создаются специальные медицинские группы (СМГ), которые, в свою очередь, направлены на улучшение в состоянии здоровья и переводе из одной медицинской группы в другую. В этих группах ведется индивидуальный подход ко всем занимающимся, который выражается в необходимости индивидуального подбора упражнений и их дозировки для развития двигательных качеств, индивидуальной дозе нагрузки в уроке в зависимости от физических возможностей, в индивидуальном подборе упражнений лечебно–профилактической направленности в зависимости от диагноза.

Организация и проведение занятий с учащимися СМГ намного сложнее, чем занятия со здоровыми детьми: здесь собраны учащиеся из разных классов, разного возраста и пола, имеющие разный диагноз и не готовые психологически к занятиям физической культурой. Необходимо использовать специфический подход

Основное место на занятиях отводится гимнастике, поскольку с ее помощью можно успешно совершенствовать основные двигательные качества, в частности координационные способности. Координация рассматривает процессы согласования активности мышц тела, направленные на успешное выполнение двигательной задачи. При формировании двигательного навыка происходит

видоизменение координации движений, в том числе овладение инерционными характеристиками двигающихся органов.

Двигательно–координационные способности – один из наиболее существенных составных элементов физической подготовки, определяющих готовность индивидуумов к оптимальному управлению и регулировке двигательных действий. Среди множества видов координационных способностей выделяют базовые виды – способность к сохранению равновесия, к реагированию, к дифференцированию, точности отмеривания и воспроизведения заданных параметров движения; к ориентации в пространстве; к ритму; к произвольному расслаблению мышц и регулировке дыхания. Считается, что, чем выше уровень их развития, тем успешнее происходит формирование новых двигательных умений и навыков; обучение технике физических упражнений; воспитание физических качеств и психомоторных способностей, необходимых в спортивной и трудовой деятельности.

Особенностями двигательных координационных способностей детей младшего школьного возраста, занимающихся в СМГ является пониженный уровень развития двигательных координационных способностей, особенно способности к ориентированию, статокINETической устойчивости, скорости реагирования по сравнению с детьми, отнесенными к основной медицинской группе, больше при выполнении движений, требующих быстроты и точности.

Список использованных источников

1. Бабенкова, Е.А. Метод. пособие «Как помочь детям стать здоровыми» ООО «Астрель» 2003г.– 206 с.
2. Лях, В.И. Тесты о физическом воспитании школьников/ В.И. Лях – М.: Физкультура и спорт,2001.– 114 с.
3. Назаров, В.П. Координация движений у детей школьного возраста/ В.П. Назаров.– М.: Физкультура и спорт. 2004.–144 с.