

МАТЕРІАЛИ
Всеукраїнської
науково-практичної
конференції

«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ
ВПЛИВУ ДОВКІЛЛЯ,
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ТА СПОРТУ НА ЗДОРОВ'Я
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ»

26 – 28 вересня 2013 року

УДК 796.001.1(045)
ББК 75.4
А43

Редакційна колегія

- І.Т. Богданов** доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи Бердянського державного педагогічного університету;
- Л.П. Сущенко** доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання Бердянського державного педагогічного університету;
- С.Г. Кушнірюк** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, професор, Заслужений працівник фізичної культури і спорту України, декан факультету фізичного виховання, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання Бердянського державного педагогічного університету;
- Н.Б. Сопнєва** кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри біології, екології та БЖД Бердянського державного педагогічного університету;
- В.М. Осіпов** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри основ здоров'я та фізичної реабілітації Бердянського державного педагогічного університету;
- Н.М. Самсутіна** кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання БДПУ, заступник декана факультету фізичного виховання з наукової роботи.

Головний редактор

Кушнірюк Сергій Георгійович, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, декан факультету фізичного виховання Бердянського державного педагогічного університету.

Відповідальний секретар

Самсутіна Наталя Михайлівна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання, заступник декана факультету фізичного виховання з наукової роботи.

А43 **Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді** : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. / гол. ред.. С.Г. Кушнірюк – Бердянськ : Видавець Ткачук О.В., 2013. - 280 с.

Друкується за рішенням оргкомітету Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді» та постановою вченої ради Бердянського державного педагогічного університету. Протокол № 1 від 28.08.2013 р.

УДК 796.001.1(045)
ББК 75.4

©Автори статей, 2013
©Видавець Ткачук О.В., 2013

ЗМІСТ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ	9
<i>Врублевский Е.П.</i> Дифференцированная методика занятий оздоровительной аэробикой в процессе физического воспитания студенток вуза	9
<i>Єфімов С.В.</i> Вплив занять аеробікою на розвиток рухових якостей студенток і курсу економічних спеціальностей	23
<i>Клочко Н.В., Колесникова Н.Н.</i> Акробатика как средство повышения уровня физической подготовленности детей шести-семи лет	25
<i>Конох О.Є.</i> Цілеспрямоване використання елементів футзалу у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку	28
<i>Кузнецова Л.І.</i> Рухливі ігри як засіб адаптивного фізичного виховання молодших школярів з вадами розумового розвитку	32
<i>Кушнирюк С.Г.</i> Олимпийский спорт (движение) как фактор социально-ориентированной интеграции современного общества	35
<i>Літус Р.І.</i> Методика розвитку силових здібностей у спортсменів-початківців у пауерліфтингу	38
<i>Лясота Т.І., Мединський В.</i> Проблеми та обґрунтування оцінювання гармонійності фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості студентів	39
<i>Малихіна Т.П.</i> Соціально-психологічний феномен лідерства та керівництва в спорті	42
<i>Мединський С.В.</i> Понятійний апарат у сфері фізичного виховання і спорту в Сполучених Штатах Америки	45
<i>Некрасов Г.Г.</i> Здоров'яформувальні та здоров'язберезувальні технології у фізичному вихованні та навчанні	48

Н.В. Ключко,
Н.Н. Колесникова
кандидат педагогических
наук,
доцент, (Полесский
государственный
университет)

АКРОБАТИКА КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ШЕСТИ-СЕМИ ЛЕТ

Актуальность. Требования, предъявляемые обществом к физической подготовленности детей, обуславливают необходимость качественного улучшения процесса физического воспитания в образовательных учреждениях, в частности, в детских садах.

Достаточно часто, развивая физические качества дошкольников, руководители физического воспитания применяют методы, используемые в учебно-тренировочном процессе взрослых, что крайне нежелательно, так как в силу особенностей психофизиологического развития дети не могут длительно выполнять монотонную физическую нагрузку [1, с.4]. Отсюда следует необходимость использовать в работе такие виды физических упражнений, которые обеспечили бы разнообразие занятий, вызвали интерес у детей и при этом способствовали повышению уровня их физической подготовленности, при условии что каждый предлагаемый вариант должен быть научно обоснован и экспериментально проверен. Одним из таких средств является, на наш взгляд, акробатика.

В системе физкультурных занятий с детьми шести-семи лет, согласно программе «Пралеска» [2, с.5], являющейся одним из основных программно-нормативных документов дошкольного физического воспитания в Республике Беларусь, используются лишь отдельные акробатические упражнения.

Тем не менее, применение элементов акробатики положительно влияет не только на двигательные способности детей, но и обуславливает улучшение их телосложения, формирование правильной осанки. Акробатические упражнения предупреждают травматизм, так как учат ребенка владеть своим телом. Использование акробатических упражнений дает возможность обогатить и расширить круг доступных ребенку движений, и, как следствие, формирует устойчивый интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Вне всяких сомнений, процесс физической подготовки дошкольников должен базироваться на четком представлении о физическом состоянии ребенка и его изменениях, связанных с предлагаемыми физическими нагрузками. Поэтому, исследования, направленные на изучение эффективности воздействия данного вида физических упражнений на организм занимающихся, в частности, на их физическую подготовленность, несомненно, являются актуальными.

Цель исследования – повышение уровня физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, тестирование физической подготовленности, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Физическая подготовленность дошкольников оценивалась нами по результатам следующих тестовых упражнений: наклон вперед, челночный бег 3x10 м, тесты Е.Я. Бондаревского,

предложенные им для оценки статического и динамического равновесия.

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе исследования выявлен низкий уровень развития физических качеств детей шести-семи лет согласно данным возрастных оценочных таблиц. Показатели, соответствующие этому уровню развития, зарегистрированы в проявлении качества гибкости у 67,2% детей; в проявлении ловкости по результатам челночного бега – у 84,2%, по результатам статического равновесия – 94,7% испытуемых. Лишь показатели динамического равновесия соответствуют высокому уровню развития. При этом достоверных различий в показателях исследуемых качеств в экспериментальной и контрольной группах в начале эксперимента не зарегистрировано ($p > 0,05$).

На основании анализа учебно-методической литературы [3, с.3], были подобраны и внедрены в структуру физкультурных занятий подготовительной группы акробатические упражнения соответствующие возрастным особенностям занимающихся. В связи с тем, что абстрактное мышление у дошкольников развито еще слабо и им легче освоить двигательное действие, подкрепленное тем или иным конкретным зрительным образом, каждому упражнению были даны названия: «Ласточка», «Цапля», «Березка», «Мостик» и т.п. По мере изучения детьми отдельных акробатических элементов составлялись акробатические комплексы, которые дошкольники в процессе занятий успешно осваивали.

Об эффективности акробатики, как средства развития физических качеств старших дошкольников, можно судить по степени изменений показателей их физической подготовленности в течение экспериментального периода (таблица).

Таблица

Динамика показателей физической подготовленности детей шести-семи лет в течение эксперимента

Группа	Период обследования	Показатели физической подготовленности ($M \pm m$)			
		Гибкость, см	Челночный бег, с	Статическое равновесие, с	Динамическое равновесие, см
Э n= 19	До эксп.	4,5±0,65	9,4±0,17	19,0±2,95	15,4±0,58
	После эксп.	9,79±1,10	8,4±0,13	55,3±4,7	10,8±0,58
Достоверность различий		$p < 0,01$	$p < 0,001$	$p < 0,01$	$p < 0,01$
К n= 20	До эксп.	3,9±0,4	9,3±0,15	12,3±1,93	14,9±0,73
	После эксп.	6,6±0,8	8,9±0,13	13,0±1,89	12,7±0,67

Достоверность различий	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,05$	$p < 0,01$
Достоверность различий Э-К	$p < 0,01$	$p < 0,05$	$p < 0,01$	$p > 0,05$

Выводы. Анализ результатов повторного тестирования, проведенного в конце экспериментального периода, позволил выявить достоверные улучшения в показателях исследуемых физических качеств, как в экспериментальной группе, так и в контрольной группе.

Тем не менее, наблюдается более существенная положительная динамика показателей физической подготовленности детей шести-семи лет, занимающихся в экспериментальной группе ($p < 0,05$ – $p > 0,01$). Следовательно, элементы акробатики целесообразно использовать на физкультурных занятиях с целью улучшения показателей физической подготовленности детей дошкольного возраста.

ЛИТЕРАТУРА

1. Колесникова, Н.Н. Повышение физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста: учебное пособие /Н.Н. Колесникова. –Иркутск: ИГПУ, 2004. – 23 с.
2. Программа дошкольного образования Пралеска /Е. А. Панько [и др.]. –Минск: НИО, 2007. – 320 с.
3. Кондратьева, И.А. Влияние акробатических упражнений на физическое развитие старших дошкольников [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.moi-detsad.ru>. – 15.07.2012.