

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

**РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННЫХ  
МЕТОДИК И ИННОВАЦИЙ  
В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ**

*Материалы  
Международной заочной научно-практической  
конференции*

27 апреля 2020 г.

Издательский дом «Астраханский университет»  
2020

УДК 372.879.6  
ББК 75  
Р17

Рекомендовано к печати редакционно-издательским советом  
Астраханского государственного университета

**Развитие современных методик и инноваций в физической культуре и спорте** : материалы Международной заочной научно-практической конференции (27 апреля 2020 г.) / составитель О. В. Морозова. – Астрахань : Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020. – 210 с. – Текст : непосредственный.

Содержатся основные положения докладов по актуальным проблемам различных направлений модернизации учебного процесса по физической культуре в образовательных учреждениях, различные аспекты адаптивной физической культуры, а также состояние и пути развития современного спорта.

Представляют интерес для учителей, педагогов, аспирантов и студентов, анализирующих круг проблем развития современных методик и инноваций в физической культуре и спорте.

ISBN 978-5-9926-1229-5

© Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020  
© Морозова О. В., составление, 2020  
© Стремина А. И., оформление обложки, 2020

## ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

**Давыдов В. Ю.** (*v-davydov55@list.ru*) – доктор биологических наук,  
профессор

**Пригодич Д. Н.** (*prig-dm@yandex.ru*) – магистр педагогических наук

**Сачковская В. В.** – аспирант

*Полесский государственный университет, г. Пинск, Республика Беларусь*

**Аннотация.** Проведен анализ индивидуальная оценка физического развития детей обоего пола 4–6-летнего возраста г. Пинска Республики Беларусь с разной направленностью двигательной активности.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст, физическое развитие, индивидуальная оценка дошкольников.

## INDIVIDUAL ASSESSMENT OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN

**Davydov V. Yu.** (*v-davydov55@list.ru*) – Doctor of Biological Sciences, Professor

**Prydodich D. N.** (*prig-dm@yandex.ru*) – Master of Pedagogical Sciences

**Sachkovskaya V. V.** – postgraduate

*Polesky State University, Pinsk, Republic of Belarus*

**Annotation.** The article analyzes the individual assessment of the physical development of children of the same sex 4–6 years of age Pinsk of the Republic of Belarus, with different directions of motor activity.

**Keywords:** preschool age, physical development, individual assessment of preschoolers.

Дошкольный возраст в развитии ребенка является периодом, когда закладывается фундамент его здоровья, физического и умственного развития [1]. Решение проблемы здоровья ребенка, совершенствование его физического развития требуют комплексного изучения индивидуального развития ребенка на всех этапах онтогенеза [4]. Решающее значение в развитии ребенка, укреплении его здоровья, организации воспитания, обучения и досуга имеет разностороннее развитие задатков и способностей, с учетом их возрастных и индивидуальных морфологических, психофизиологических показателей и двигательных качеств [2; 3].

**Цель** – определение физического развития дошкольников с помощью занятий различной направленности.

В детских садах в 2016–2020 гг. студентами и аспирантами Полесского государственного университета осуществлялись по два дополнительных занятия в неделю, кроме обязательных занятий по программе дошкольных учреждений. Занятия осуществлялись с разной направленностью:

- с направленностью на плавание (I группа) – д/с № 20;
- с направленностью на общеразвивающую гимнастику (2 группа) – д/с № 43;
- с направленностью на общую физическую подготовку (3 группа) – д/с № 11.

В качестве контрольной группы обследовались дети детского сада № 8, занимающиеся по общей программе. Обследованы показатели, отражающие характеристику физического развития: длина и масса тела, окружность грудной клетки. Всего обследовано 309 воспитанников (148 девочек и 161 мальчик).

Анализ индивидуальной оценки физического развития детей обоего пола 4–6-летнего возраста г. Пинска, с разной направленностью двигательной активности (табл. 1) показал, что у четырехлетних девочек наибольший процент детей с нормальным физическим развитием отмечается у занимающихся плаванием (89,47 %), наименьшим у девочек контрольной группы (73,70 %); наибольшее количество детей с дефицитом массы тела отмечается в контрольной группе (26,70 %).

Таблица 1

**Индивидуальная оценка физического развития девочек 4–6 лет  
обследованных дошкольных учреждений г. Пинска**

Возраст, лет	Группы	Кол-во, п	Нормальное физическое развитие		Дефицит массы тела		Избыток массы тела		Общая задержка физического развития	
			п	%	п	%	п	%	п	%
4	I	19	17	89,47	2	10,53	–	–	–	–
	II	9	7	77,7	2	22,3	–	–	–	–
	III	–	–	–	–	–	–	–	–	–
	IV	15	8	73,7	4	26,7	–	–	–	–
5	I	8	6	75,0	1	12,5	1	12,5	–	–
	II	6	5	83,3	1	16,7	–	–	–	–
	III	30	26	86,6	2	6,7	2	6,7	–	–
	IV	17	11	64,7	5	29,4	1	4,9	–	–
6	I	17	16	94,1	1	5,9	–	–	–	–
	II	16	15	93,7	–	–	–	–	–	–
	III	–	–	–	–	–	–	–	–	–
	IV	20	18	90,0	2	10,0	–	–	–	–

*Примечание:* I группа (д/с № 20) с направленностью на плавание; II группа (д/с № 11) с направленностью на ОФП (общую физическую подготовку); III группа (д/с № 43) с направленностью на оздоровительную физическую гимнастику; IV группа (д/с № 8) – контрольная.

У пятилеток наибольшее количество детей с нормальным физическим развитием отмечается в группе с направленностью на оздоровительную гимнастику (86,60 %), наименьшее в контрольной. Наибольшее количество детей с дефицитом веса в контрольной группе (29,40 %).

У девочек-шестилеток наибольшее количество детей с нормальным физическим развитием отмечается в группе занимающихся плаванием (94,10 %), наименьшее в контрольной группе (90,0 %); наибольшее количество детей с дефицитом в массы тела отмечается в контрольной группе (10,0 %).

Анализ этих же показателей у мальчиков (табл. 2) выявил следующее: наибольшее количество четырехлетних и пятилетних детей с нормальным физическим развитием отмечается в группах с направленностью на плавание (81,62 % – 92,31 %), наименьшее в контрольной группе (75,0 %– 63,60 %); наибольшее количество детей с дефицитом веса также отмечается в контрольной группе (25,0 % – 36,4 %).

У шестилеток наибольшее количество детей с нормальным физическим развитием отмечается в группах с направленностью на ОФП (88,0 %), наименьшее в контрольной группе (78,95 %); в этой же группе отмечается наибольшее количество детей, имеющих дефицит веса (21,5 %).

Таблица 2

**Индивидуальная оценка физического развития мальчиков 4–6 лет  
обследованных дошкольных учреждений г. Пинска**

Возраст, лет	Группы	Кол-во, п	Нормальное физическое развитие		Дефицит массы тела		Избыток массы тела		Общая задержка физического развития	
			п	%	п	%	п	%	п	%
4	I	13	11	84,62	2	15,38	–	–	–	–
	II	10	8	80,0	2	20,0	–	–	–	–
	III	–	–	–	–	–	–	–	–	–
	IV	20	15	75,0	5	25,0	–	–	–	–
5	I	13	12	92,31	1	7,69	–	–	–	–
	II	11	7	86,6	4	13,4	–	–	–	–
	III	20	18	90,0	2	10,0	–	–	–	–
	IV	15	13	63,6	2	36,4	–	–	–	–
6	I	–	–	–	–	–	–	–	–	–
	II	25	22	88,0	3	12,0	–	–	–	–
	III	15	13	86,6	2	13,4	–	–	–	–
	IV	19	15	78,95	4	21,05	–	–	–	–

*Примечание:* I группа (д/с № 20) с направленностью на плавание; II группа (д/с № 11) с направленностью на ОФП (общую физическую подготовку); III группа (д/с № 43) с направленностью на оздоровительную физическую гимнастику; IV группа (д/с № 8) – контрольная.

Индивидуальная оценка физического развития дошкольников обоего пола 6-летнего возраста, занимающиеся плаванием, оздоровительной гимнастикой и общей физическом подготовкой выявила детей с нормальным физическим развитием; детей, имеющих дефицит и избыток массы тела, и детей с общей задержкой физического развития.

Наибольшее количество детей обоего пола с нормальным физическим развитием отмечается в группах, занимающихся плаванием.

Наименьшее количество детей с нормальным физическим развитием и наибольшее количество детей, имеющих дефицит массы тела, отмечается в контрольной группе, занимающихся по общей программе дошкольных учреждений.

### **Список литературы**

1. Логинова В. И., Бабаева Т. И., Ноткипа Н. А. и др. Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду / под ред. Т. И. Бабаевой, З. А. Михайловой, Л. М. Гурович. – Изд. 3-е, перераб. – СПб : Детство-Пресс, 2004. – 244 с.
2. Морозова О. В., Майорова Е. Б. Формирование культуры здорового образа жизни у детей 5–6 лет // Гуманитарные исследования. – 2014. – № 3 (51). – С. 131–137.
3. Ноткина Н. А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста: В помощь педагогу дет. сада / Санкт-Петербург. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена ; [сост.: Н. А. Ноткина и др.]. – СПб : Акцидент, 1995. – 35 с.
4. Тарасова Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: методические рекомендации для рук. и педагогов ДОУ. – М. : Сфера, 2006. – 166 с.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

---

### НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Агалиева М. И., Бернаккиа В. К.**

Характеристика информативных критериев отбора детей  
для занятий спортивной гимнастикой ..... 8

**Акжигитова А. Е., Гаджибекова К. Н.**

Методика развития гибкости на занятиях чирлидингом у детей 7–11 лет ..... 11

**Аллабердиев М.**

Подвижные игры как средство обучения баскетболу  
на уроках физической культуры в 5–7 классах ..... 14

**Аннабаев Р.**

Методика скоростно-силовой подготовки борцов греко-римского стиля ..... 17

**Баймагамбетов А. С., Жмыхова А. Ю.**

Применение элементов игры футбол для развития координационных способностей  
у школьников младшего возраста ..... 20

**Давыдов В. Ю., Пригодич Д. Н., Сачковская В. В.**

Индивидуальная оценка физического развития дошкольников ..... 23

**Джумашов Ш.**

Развитие быстроты у детей среднего школьного возраста  
на учебно-тренировочных занятиях по футболу ..... 26

**Ежова Е. С., Дюсенов Т. С., Карапетян Д. В.**

Освоение и совершенствование техники игры в футбол  
на уроках физической культуры в 5 классе ..... 28

**Забелин А. М.**

Совершенствование физической подготовленности старшеклассников  
на уроках лёгкой атлетики в школе ..... 31

**Иванова В. О., Козулев В. В.**

Методика совершенствования скоростных способностей  
у студентов средствами игры в баскетбол ..... 34

**Карюк А. С., Шарова Л. А., Константинова Л. А.**

Методика развития гибкости в плавании ..... 36

**Киримова А. А.**

Особенности начальной спортивной подготовки детей 5–7 лет в прыжках на батуте ..... 39

**Киселева Е. С.**

Скиппинг на уроке физической культуры детей младшего школьного возраста ..... 42

**Кочетков Г. М.**

Влияние занятий футболом на физическое развитие детей 11–12 лет ..... 46

**Кубышов Ш.**

Применение специальной круговой тренировки  
в тренировочном процессе боксеров ..... 49

<b>Мартынова С. Ю.</b>	
Методика применения круговой тренировки на уроках волейбола в школе .....	52
<b>Морозова О. В., Марышева И. Ю.</b>	
Формирование рекреационной физической культуры у детей среднего школьного возраста .....	55
<b>Милашина Е. В., Каргина Е. А., Караев Ф. Е.</b>	
Элементы спортивных игр как средство развития физических качеств у школьников 1–4 классов.....	59
<b>Мухамбеталиев Э. Р., Егоров Г. И.</b>	
Воспитание скоростно-силовых способностей школьников как средство оптимизации процесса прыжка в длину.....	62
<b>Мухамбеталиев А. А., Рыбникова О. Л.</b>	
Влияние методики совершенствования нападающего удара на техническую подготовленность старшеклассников в волейболе.....	64
<b>Мухамбетов А. Б., Зинчук Н. А.</b>	
Развитие ловкости у детей среднего школьного возраста средствами лёгкой атлетики.....	67
<b>Нарметов Н.</b>	
История развития национальных видов борьбы тюркского народа (на примере туркменского гореша) .....	69
<b>Одинцов А. С., Одинцова М. О.</b>	
Применение батута как средства повышения координации в прыжках дисциплин фристайла в роуп скиппинге .....	73
<b>Пак Е. С., Ермолина Н. В.</b>	
Влияние общефизической подготовки на результат соревновательной деятельности батутистов .....	76
<b>Пташкина Е. Н.</b>	
Воспитание координации движений у девочек 6–8 лет средствами художественной гимнастики.....	79
<b>Розыкулыев А.</b>	
Влияние подвижных игр на развитие координационных способностей младших школьников .....	82
<b>Рыбникова О. Л., Жафярова И. В.</b>	
Коррекция физической подготовленности девушек средствами танцевального фитнеса.....	85
<b>Саганович Д. Е.</b>	
Особенности физической подготовки вратарей в футболе.....	88
<b>Симонова А. С.</b>	
Пауэрлифтинг как средство развития силовых способностей у старшеклассников .....	91
<b>Соколова В. В.</b>	
Основы обучения элементам роуп-скиппинга на уроке физической культуры школьников среднего звена.....	94
<b>Сулайманов А.</b>	
Особенности планирования занятий по мини-футболу в школьном образовательном процессе.....	97



<b>Тюрина В. А.</b>	
Воспитание координационных способностей у школьников средствами игры в волейбол.....	99
<b>Федоровская Е. С.</b>	
Воспитание выносливости у футболисток 13–15 лет с использованием упражнений на степ-платформе .....	102
<b>Шамышева А. К.</b>	
Проблемы спортивного отбора в игровых видах спорта (теннис) .....	105
<b>Шарипов Р.</b>	
Использование упражнений с отягощением для развития силовых способностей у старшеклассников.....	108
<b>Яйылганов А.</b>	
Роль баскетбола в развитии ловкости у учащихся среднего школьного возраста.....	111
<b>Яйылганов М.</b>	
Формирование основ техники игры в баскетбол на этапе начальной подготовки.....	114
<b>Якубов К.</b>	
Особенности обучения школьников 5 классов игре в баскетбол.....	117
<b>Янкевич И. Е., Поляничко О. С.</b>	
Особенности формирования мотивации занятий роуп-скиппингом в образовательном учреждении.....	119
<b>Ярошинская А. П., Янкевич И. Е.</b>	
Применение педагогических методов во врачебно-педагогическом контроле.....	122

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СФЕРЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

<b>Вахнин И. Е., Ермолина Н. В.</b>	
Влияние оздоровительных занятий плаванием на состояние здоровья лиц с гипертонической болезнью .....	126
<b>Дремков А. Ю., Жмыхова А. Ю.</b>	
Процесс подготовки высококвалифицированных гандболистов с нарушением слуха.....	129
<b>Карпенко В. Н.</b>	
Особенности развития когнитивной сферы у умственно отсталых подростков .....	132
<b>Мажитова А. Р.</b>	
Эффективность применения интервального тренинга для коррекции массы тела у женщин.....	135
<b>Субботина А. С.</b>	
Формирование игровых навыков у детей 7 лет с расстройством аутистического спектра средствами физического воспитания .....	138
<b>Хударов А. Б., Ермолина Н. В.</b>	
Физическая реабилитация участников боевых действий с ампутированными конечностями.....	141

**Чернов А. А.**

Применение стретчинга для улучшения функционального состояния организма у баскетболистов в восстановительном периоде ..... 145

**Шурыгин А. А.**

Методика базовой подготовки юных борцов с нарушением слуха ..... 148

## ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-РЕКРЕАТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И МАССОВОГО СПОРТА В ВУЗАХ

**Абакумова Е. Н., Каргина Е. А.**

Проблема развития оздоровительно-рекреативной физической культуры и массового спорта в вузах..... 152

**Абакумова Е. Н., Лямина Ю. А.**

Самостоятельная физическая подготовка студентов на дистанционном обучении..... 155

**Алашев Б. Н.**

Исследование эффективности применения плавания для повышения физических и функциональных возможностей студентов Астраханского государственного университета ..... 158

**Александрова С. Е., Волкова Д. А.**

Значение физкультурно-оздоровительных мероприятий для пропаганды здорового образа жизни среди студенческой молодёжи ..... 161

**Балтабаев О.**

Повышение двигательной активности студентов вуза средствами игры в футбол ..... 164

**Бикчураев Р. Р.**

Повышение стрессоустойчивости и работоспособности учителей средствами физической культуры ..... 167

**Блохина О. Ю., Доронцева К. А., Доронцев А. В.**

Опыт применения стретчинга для развития гибкости у студентов медицинского университета ..... 169

**Довгаль В. А., Александрова С. Е.**

Организация студенческого спорта Астраханского государственного университета..... 173

**Дубовой Е. Ю., Килль Е. А., Федорова Т. А.**

Подготовка студентов к выполнению норм комплекса ГТО VI ступени ..... 176

**Жевак Р. Р.**

Повышение двигательной активности студенток вуза средствами самостоятельных физкультурно-оздоровительных занятий ..... 180

**Кармазина Н. М.**

Отношение студенческой молодёжи к занятиям физическими упражнениями – готовность к самовоспитанию ..... 183

**Лаврентьева Е. А., Шевченко Т. А.**

Эффективность использования гимнастической скамейки для физической подготовки студентов ..... 188

**Мередов М.**

Совершенствование физической подготовленности студентов вуза  
средствами игры баскетбол ..... 191

**Рындина Д. М., Джакупова С. И., Пашовкина А. Э.**

Применение волейбола в студенческом физическом воспитании  
с целью повышения уровня физической подготовленности ..... 194

**Субботина А. С., Тагирова Н. Д.**

Повышение уровня активности на занятиях физической культурой  
у студентов медицинских вузов посредством музыкального сопровождения ..... 196

**Тагирова Н. Д., Морозова О. В.**

Методика проведения занятий степ-аэробикой  
со студентками Астраханского государственного медицинского университета ..... 199

**Уканов Р., Оруджов М.**

Роль физической культуры в укреплении здоровья студентов ..... 203

**Шилова Н. С., Мальченко М. А.**

Организация и методы оздоровительно-рекреационных занятий по фитнесу  
для студентов Астраханского государственного университета ..... 206