

МЕЖДУНАРОДНАЯ АССОЦИАЦИЯ УНИВЕРСИТЕТОВ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
КАЗАХСКАЯ АКАДЕМИЯ СПОРТА И ТУРИЗМА

**«СОВРЕМЕННЫЙ ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ
И СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ»
XIII Международный научный конгресс**

МАТЕРИАЛЫ КОНГРЕССА

7-10 октября 2009 г.

2 том

Алматы, 2009



**РЕКРЕАЦИЯ И СПОРТ ДЛЯ ВСЕХ. НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ
СПОРТА И НЕТРАДИЦИОННЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДЫ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ТУРИЗМ**

В. А. Айкин Релаксационные упражнения в дайвинге.....	4
Н. А. Арбузова, Е. А. Мехтелева Аквааэробика как средство коррекции фигуры женщин 40-50 лет...	6
М. П. Асташина Научно-методическое обоснование использования средств фольклора в физическом воспитании детей.....	9
А. И. Бабушкина, М. Л. Манасян Методика фитбол-гимнастики для коррекции сколиотической деформации позвоночника у детей среднего школьного возраста.....	12
Н. В. Белкина Применение нетрадиционных средств в физическом воспитании студенток вуза.....	15
Р. В. Бибик К вопросу профилактики нарушений пространственной организации тела женщин первого зрелого возраста в процессе физического воспитания.....	16
А. В. Вуколов Возможности повышения потенциала оздоровительного туризма средствами рекламы	18
В. Н. Вуколов Потенциал спортивно-оздоровительного туризма в формировании здорового образа жизни населения России.....	21
Н. В. Гамалий Современные проблемы использования средств велокинетики в физкультурно-оздоровительных занятиях женщин первого зрелого возраста.....	23
Е. З. Година, Л. В. Задорожная, И. А. Хомякова Влияние регулярных занятий физкультурой и спортом на морфологический статус учащихся начальных классов.....	26
Г. Н. Голубева Физкультурно-оздоровительные технологии для формирования двигательного режима ребенка.....	29
Е. В. Давиденко, В. П. Семененко Использование в физическом воспитании младших школьников инновационных видов двигательной активности с учетом уровня физического здоровья.....	31
Ю. С. Журавлева Сравнительная характеристика уровня физического	

Основным обобщенным критерием адаптации ребенка в процессе обучения является речевая плотность занятия (увеличилась на 16,6%), и двигательная плотность (увеличилась на 23,4%).

Практическое воплощение разработанной и апробированной нами концепции в процесс физического воспитания детей до 6 лет предполагает: -деятельностный подход, предусматривающий непосредственное участие родителей детей, как необходимое условие формирования активного двигательного режима в периоды: антенатальный и до начала посещения дошкольного образовательного учреждения;

- индивидуально-дифференцированный подход, учитывающий особенности уровня двигательной активности и типа подвижности;

- создание развивающей физкультурно-спортивной среды, как основы стимулирования активного двигательного режима;

- координацию деятельности органов здравоохранения (в антенатальный период), дошкольных образовательных учреждений и родителей детей.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ИННОВАЦИОННЫХ ВИДОВ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ С УЧЕТОМ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Е. В. Давиденко, В. П. Семененко

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина*

Введение. С конца прошлого столетия многими исследователями отмечается снижение уровня здоровья младших школьников.

Использование инновационных видов двигательной активности в уроках физической культуры и внеклассной работе с детьми младшего школьного возраста позволяет повысить мотивацию к занятиям физическими упражнениями и интерес к состоянию собственного здоровья, что в свою очередь способствует повышению потребности в здоровом образе жизни [3, 5].

К инновационным видам двигательной активности, которые можно использовать с целью оздоровления детей можно отнести: аэробику, аквааэробику, спортивные танцы, оздоровительный туризм, плавание, рекреационные игры и т.п. Методика их использования имеет определенную специфику при работе с детским контингентом.

Цель работы заключалась в оценке оздоровительного эффекта занятий инновационными видами двигательной активности на третьем в неделю уроке физической культуры для учащихся 1 – 4 классов с разным уровнем физического здоровья.

Для достижения цели были использованы следующие методы исследований: анализ и обобщения данных специальной литературы; антропометрические, физиологические, педагогические методы исследований и математические методы статистической обработки полученных данных. Уровень физического здоровья определяли по методике экспресс-скрининга Г. Л. Апанасенко [2].

Исследования проводились на протяжении учебного года. В них приняли участие 695 учеников 1 – 4 классов г. Киева, которые обучаются в школах с разным формами организации обучения.

Результаты исследований. В начале исследований [2] низкий уровень физического здоровья имел каждый второй из обследованных детей; ниже среднего – каждый третий. Средний уровень физического здоровья был выявлен только у каждого десятого школьника, а выше среднего – всего у четырех школьников из всей выборки. Высокий уровень физического здоровья в нашей выборке не выявлен.

Обсуждение. В конце учебного года проводились повторные исследования по оценке экспериментальных программ внедренных в третий урок физической культуры в неделю и их влияния на уровень физического здоровья младших школьников. Анализ результатов позволил оценить влияние инновационных видов двигательной активности на уровень физического здоровья наблюдаемых детей.

Так, повышение уровня физического здоровья происходило, в основном, за счет улучшения реакции сердечно-сосудистой системы на функциональную пробу с дозированной нагрузкой (Руфье) и снижения значений индекса Робинсона, что мы оценивали как положительную адаптацию сердечно-сосудистой системы и улучшение аэробных возможностей организма детей под влиянием новых видов двигательной активности; для повышения уровня физического здоровья детей с низким уровнем наиболее эффективными оказались экспериментальные программы занятий по спортивным танцам, туризму и рекреационным играм, которые способствовали повышению уровня физического здоровья до ниже среднего; повышение физического здоровья до более высокого для детей с низким и ниже среднего уровнями наиболее эффективно обеспечивало использование экспериментальных программ по аэробике, аквааэробике и плаванию; снижение у некоторых школьников отдельных показателей физического здоровья было связано с перенесенными за период наблюдения заболеваниями, и накопленной усталостью к концу учебного года, которая была вызвана высоким объемом интеллектуальных нагрузок в основном у учащихся 1 – 2 классов.

Выводы. В результате проведенных исследований было определено, что в школах г. Киева каждый второй младший школьник имеет низкий уровень физического здоровья. Основная масса таких детей обучалась в первых и вторых классах.

Использование в качестве средств физического воспитания на третьем уроке физической культуры в неделю инновационных видов двигательной активности в школах с разными формами организации обучения, способствовало повышению уровня физического здоровья детей младшего школьного возраста, особенно с низким и ниже среднего уровнями физического здоровья.

Литература

1 Давиденко О. В., Семененко В. П., Фандікова Л. О. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом. – Тернопіль: Астон, 2003. – 144 с.

2 Теория и методика физического воспитания / Под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т. 2. – 392 с.

3 Фізична культура: Експериментальна навчальна програма для учнів 1 – 4 класів загальноосвітніх навчальних закладів / В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, Г. Г. Смолюс та інші. – К.: Наук. світ, 2006. – 77 с.

4 Promotion health through schools. – Geneva: WHO, 1997. – 93 p.