



УДК 159.9

ВОЗДЕЙСТВИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИГУРНОМУ КАТАНИЮ НА ПСИХОФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

IMPACT OF ADDITIONAL LESSONS ON THE FIGURE SKATING ON PSYCHOPHYSICAL DEVELOPMENT OF THE SENIOR PRESCHOOL AND YOUNG SCHOOL AGE OF CHILDREN



Сопов Владимир Федорович – канд. психол. наук, профессор кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия, vladimirsopov@mail.ru

Sopov Vladimir – PhD, Professor of the Psychology Department at the Russian State University of Physical Education, Sport, Youth

and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia



Шакирова Анита Васильевна – аспирант кафедры психологии Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия

Shakirova Anita – PhD Student of the Psychology Department at the Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia

Ключевые слова: спортивная деятельность, фигурное катание, дошкольный возраст, младший школьный возраст, психофизическое развитие детей.

Аннотация. В данной статье рассматривается воздействие дополнительных занятий по фигурному катанию на психофизическое развитие детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Keywords: sports activity, figure skating, preschool age, junior school age, psychophysical development of children.

Abstract. In this paper, the impact of supplementary classes in figure skating on the psychophysical development of children of senior preschool and primary school age is considered.

Актуальность исследования. Применение фигурного катания на коньках в виде дополнительных занятий в детском образовательном учреждении в качестве средства укрепления здоровья, развития костно-мышечного аппарата, формирования психических основ устойчивости к занятиям.

Цель исследования – исследовать особенности психофизического воздействия фигурного

катания на коньках на детей младшего школьного и старшего дошкольного возраста.

Организация исследования. Исследование было проведено на открытом катке в детском образовательном учреждении города Москвы.

Испытуемые. Для проведения педагогического эксперимента было взято две группы, по 13 человек, возраста 5-7 лет, посещающих одно дошкольное образовательное учреждение.

Методы исследования. Для выявления воздействия фигурного катания на коньках на психофизическое развитие детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста применялись методы: психодиагностики, оценка физической подготовленности, педагогическое наблюдение и математическая обработка результатов.

Результаты исследования. Значимые взаимосвязи между психическими и физическими показателями (по коэффициенту корреляции Пирсона, при $p \leq 0,05$) представлена на рисунке 1.

Анализируя рисунок 1, можно сказать о наличии сильной прямой связи между избирательной направленностью восприятия на тот или иной объект с восприятием формы, которое позволяет оценить разные геометрические особенности воспринимаемого объекта. Умение воспринимать звуки окружающей действительности по их основным характеристикам: силе (громкости), высоте, тембру, темпу тесно связано с вниманием. Способность согласовать процессы активности мышц тела, направить их на успешное выполнение двигательной задачи взаимосвязано с избирательной направленностью восприятия на тот или иной объект. Способность воспринимать, идентифицировать и называть цвета имеет прямую связь со способностью человека к осуществлению сложных координированных движений.

Память, основанная на связывании информации с ранее пережитым опытом (опосредованная) имеет прямую связь с развитием коммуникативной деятельности человека, использованием средств языка для общения с другими членами языкового коллектива. Способность человека рассуждать с помощью представления, суждения, понятиями, прямо взаимосвязано со способностью человека совершать двигательное действие в минимальный для данных условий отрезок времени с определенной частотой и импульсивностью. Мышление так же прямо взаимосвязано со способностью противостоять утомлению при работе субмаксимальной мощности (т.е. с силовой выносливостью). Способность достигать максимума проявляемой силы по ходу движений в возможно меньшее время имеет обратную связь со способностью к осуществлению сложно-координационных движений. Так же при росте скоростно-силовых качеств снижается способность выполнять упражнения с большой амплитудой (т.е. гибкость) и снижается координация движений. Способность человека быстро, оперативно, целесообразно, т.е. наиболее рациональной осваивать новые двигательные действия, успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях имеет прямую связь с гибкостью. Так же ловкость прямо коррелирует с выносливостью и координацией.

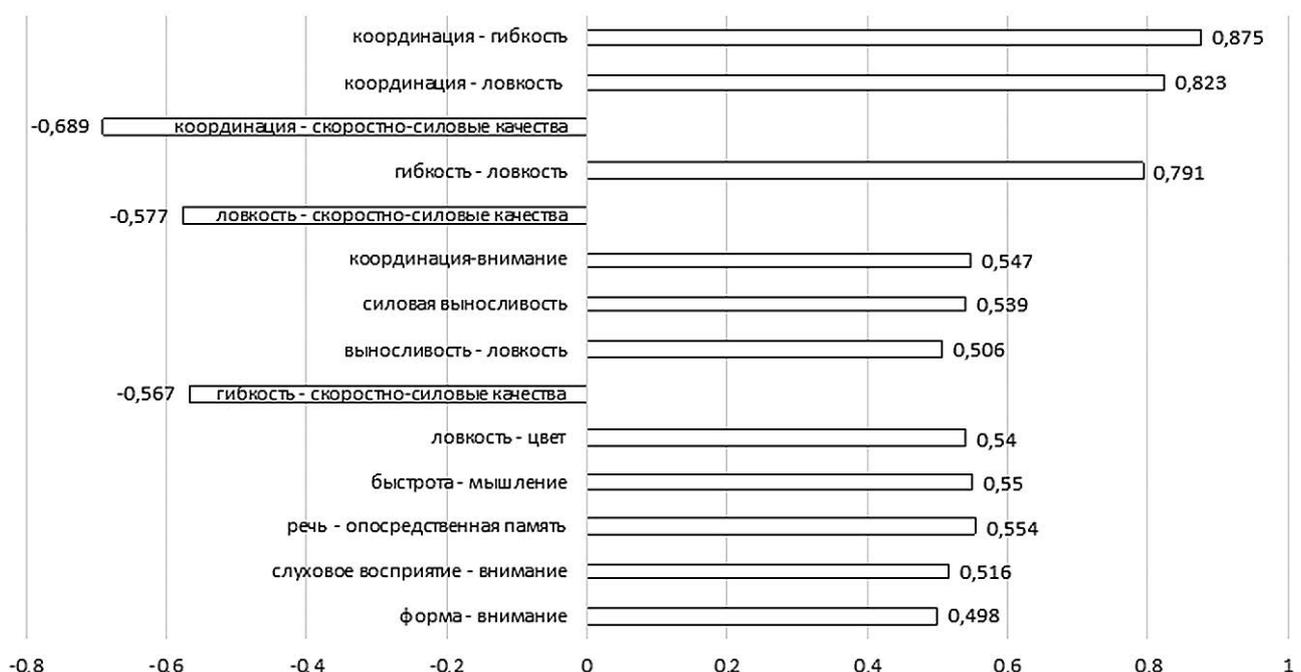


Рисунок 1 - Значимые взаимосвязи между психическими и физическими показателями (по коэффициенту корреляции Пирсона, при $p \leq 0,05$)

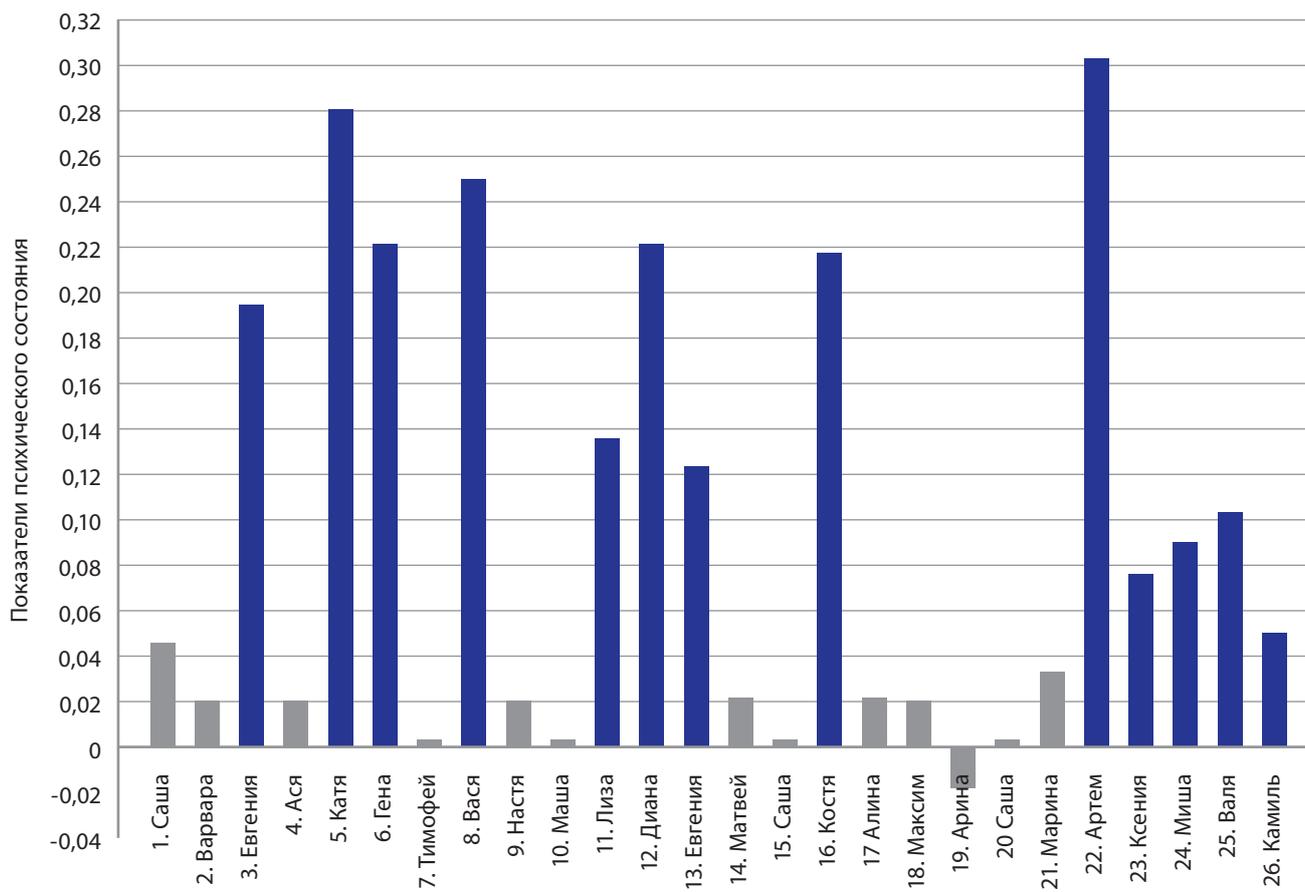


Рисунок 2 – Темп прироста психофизических показателей в экспериментальной и контрольной группе

Для оценки темпов прироста показателей психофизических качеств использовалась формула, предложенная В.И. Усачевым [1].

По полученным данным, представленным на рисунке 2, видно, что в экспериментальной группе прирост психофизических качеств от 5,04% до 30,3% от первичной оценки физической подготовки и психодиагностики. В контрольной группе, которая продолжила занятия в обычном режиме, прирост психофизических качеств от 0,1% до 4,65%. Анализируя показатели, по шкале оценки темпа прироста физических качеств детей дошкольного возраста В.И. Усачева, выявлено, что в экспериментальной группе рост показателей возник за счет естественного прироста и целенаправленной системы физического воспитания, в контрольной группе, всего лишь, за счет естественного прироста.

Обсуждение результатов исследования.

Таким образом, анализ полученных результатов показал, что, занятия фигурным катанием на

коньках оказывают положительное влияние как на эмоционально-когнитивную сферу, так и на развитие физических качеств личности.

Выводы:

1. Выявлена, в ходе экспериментального исследования, прямая взаимосвязь между показателями восприятия формы и вниманием (0,498), слуховым восприятием и вниманием (0,516), координацией и вниманием (0,547), восприятием цвета и ловкостью (0,54), опосредственной памятью и речью (0,554), быстротой и мышлением (0,55), силовой выносливостью и мышлением (0,539), гибкостью и ловкостью (0,791), выносливостью и ловкостью (0,506), координацией и ловкостью (0,823), координацией и гибкостью (0,875). Обратная взаимосвязь присутствует между скоростно-силовыми качествами и ловкостью (-0,577), гибкостью и скоростно-силовыми качествами (-0,567), координацией и скоростно-силовыми качествами (-0,689).

2. Подтвержден с помощью полученных данных, прирост психофизических качеств в

экспериментальной группе от 5,04% до 30,3% от первичной оценки физической подготовки и психодиагностики. В контрольной группе, которая продолжила занятия в обычном режиме, прирост психофизических качеств от 0,1% до 4,65%.

Практические рекомендации. На основе полученных в исследовании данных можно рекомендовать фигурное катание в качестве дополнительных оздоровительных занятий влияет на развитие таких физических качеств, как: быстрота, ловкость, гибкость, выносливость и координация. Занятия фигурным катанием развивают и психические качества, такие как внимание, восприятие формы и цвета, слуховую и зрительную память, мышление и речь. Полученные данные в ходе экспериментального исследования, подтверждают эффективность применения дополнительных

физкультурно-оздоровительных технологий в досуге детей старшего и подготовительного дошкольного возраста.

Литература

1. Литвинова, О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры: методическое пособие / О.М. Литвинова. – М., 2007. – 240 с. – С. 85.

Literature

1. Litvinova, O.M. The system of physical education in the DOW: planning, information and methodological materials, the development of classes and exercises, sports games: a methodical guide / O.M. Litvinova. – M., 2007. – 240 p. – P. 85.

