

ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2014. – 130 с.

3. Селиверстова, В.В. Психофизиологическое тестирование спортсменов : учебное пособие / В.В. Селиверстова, Д.С. Мельников ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2014. – 81 с.

4. Солодков, А.С. Физиологические проблемы адаптации к физическим нагрузкам: учебное пособие / А.С. Солодков, В.В. Селиверстова ; Национальный гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб. : [б.и.], 2014. – 110 с.

5. Черепкина, Л.П. Физиология спорта (на примере хоккея) / Л.П. Черепкина, В.Г. Тристан ; Сибирский гос. ун-т физ. культуры. – Омск : [б.и.], 2006. – 80 с.

REFERENCES

1. Seliverstova V. V. and Melnikov D.S. (2014), *Research of genetic features and functional condition of athletes: tutorial*, Lesgaft University, St. Petersburg.

2. Seliverstova V. V. and Melnikov D.S. (2014), *Psychophysiological testing of athletes: tutorial*, Lesgaft University, St. Petersburg.

3. Solodkov A.S. and Seliverstova V.V. (2014), *Physiological problems of adaptation to physical stress: tutorial*, Lesgaft University, St. Petersburg.

4. Cherapkina L.P. (2006), *Physiology of sport (for example, hockey)*, publishing house SibGUFG, Omsk.

5. Zavyalov A.A. (2013), "Algorithm of definition of exhaustion of martial artists at physical activity on the basis of electrocardiogram control", *the VI International congress "Sport, the person, health" on October 18-20, 2013, St. Petersburg, Russia: Materials of the congress*, publishing house "Olimp SPb", St. Petersburg, pp. 206-209.

Контактная информация: d.s.mel@mail.ru

Статья поступила в редакцию 01.01.2016

УДК 796.011

АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ КОНДИЦИОННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ, ПОСТУПАЮЩИХ В ПЕРВЫЙ КЛАСС, В КОНТЕКСТЕ РЕАЛИЗАЦИИ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Леонид Алексеевич Семенов, доктор педагогических наук, профессор,
Заслуженный работник физической культуры ФК,
Сургутский государственный педагогический университет

Аннотация

В статье анализируется состояние развития кондиционных физических качеств у детей, поступающих в первый класс, с привлечением около 21 тысячи обследуемых. Показано, что большое число детей, поступаая в школу, имеет низкий уровень развития кондиционных физических качеств. Делается вывод о том, что для реализации Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) необходимо совершенствование дошкольного физического воспитания в части решения оздоровительных задач, связанных с развитием кондиционных физических качеств. Для обеспечения преемственности между начальной и основной школой обосновывается необходимость осуществления в начальной школе коррекционного развития кондиционных физических качеств, ориентированного на выполнение в пятом классе установленных нормативных требований.

Ключевые слова: дети, поступающие в первый класс; кондиционные физические качества; Федеральные государственные образовательные стандарты; преемственность; дошкольное физическое воспитание; коррекция.

**ANALYSIS OF THE CONDITIONED PHYSICAL FITNESS OF CHILDREN
ENTERING THE FIRST CLASS, IN THE CONTEXT OF THE FEDERAL STATE
EDUCATIONAL STANDARDS**

*Leonid Alekseevich Semenov, the doctor of pedagogic sciences, professor,
Honored worker of physical culture of the Russian Federation,
Surgut State Pedagogical University*

Annotation

Conditioned physical fitness of children entering the first class is analyzed in the article involving about 21 thousand subjects. It is shown, that the most of children entering a school have underdevelopment of the conditioned physical quality. It has been concluded that for realization of the Federal State educational standards it is necessary to improve the pre-school physical education in part of health problems solving associated with the development of the conditional physical qualities. To ensure continuity between primary and basic school it is justified the need for the primary school corrective nature of the conditional physical qualities, focused on performance in the fifth class established by standards.

Keywords: children entering the first class, conditional physical qualities, Federal state educational standards, continuity, pre-school physical education, correction.

ВВЕДЕНИЕ

Принятые в России Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного и школьного образования [7, 8, 9] актуализируют целый ряд задач, безусловно, непосредственным образом касающихся и сферы физического воспитания детей. Среди этих задач особое место занимает задача обеспечения преемственности между дошкольным и начальным школьным, а также начальным, основным и средним (полным) периодами школьного образования. Реализация данной задачи позволит управлять образовательным процессом за счет получения информации о состоянии обучаемых «на входе» и «на выходе» этапного периода обучения. Важно при этом определиться с некими «сквозными» показателями, которые присутствуют в граничащих друг с другом периодах и интегрально отражают наиболее важные стороны той или иной образовательной области.

Что касается физического воспитания, то такими показателями, прежде всего, являются показатели кондиционной физической подготовленности, проявляемые в развитии кондиционных физических качеств (выносливости, силы, быстроты, гибкости) во всех возрастных группах детей. Важно и то, что состояние этих физических качеств влияет на морфофункциональные параметры и определяет физическое здоровье ребенка.

В цепочке: дошкольный период и начальный – основной – средний (полный) школьные периоды в физическом воспитании детей наиболее значимым, на наш взгляд, является начальная школа. Причем особенно важной является подготовленность детей, поступающих в первый класс. Именно исходный уровень физической подготовленности первоклассников будет определять траекторию их подготовки в начальный период и создание базы для последующих занятий в основной школе. Кроме того состояние кондиционной физической подготовленности детей, поступающих в первый класс, в достаточной мере характеризует плодотворность дошкольного физического воспитания.

Таким образом, целью исследования, результаты которого приводятся в статье, является оценка состояния кондиционной физической подготовленности детей, поступающих в первый класс общеобразовательной школы.

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Обследование детей, поступающих в первый класс, проводилось в рамках опытной работы, связанной с внедрением мониторинга состояния физической подготовленности

учащихся школ Свердловской области в соответствии с Постановлением Правительства РФ «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» [5].

Анализировались показатели детей, поступивших в первый класс в 2007, 2008 и 2009 годах. Это были годы, в которые привлечение школьников к участию в мониторинге было наиболее полным и число обследуемых первоклассников составляло до 21 тысячи человек (при полном охвате учащихся области до 231 тысячи из более 890 общеобразовательных школ 66 муниципальных образований). Для диагностики физической подготовленности детей применялись тестовые методики, рекомендованные Всероссийским научно-исследовательским институтом физической культуры при проведении общероссийского мониторинга физической подготовленности детей школьного возраста [3], к которым относятся: бег на 30 метров (оценка быстроты), бег на 1000 метров (оценка выносливости), прыжок в длину с места (оценка скоростной силы), поднимание – опускание туловища в течение 30 секунд (оценка силы у девочек), подтягивание на высокой перекладине (оценка силы у мальчиков) и дополнительно используемый тест «наклон вперед из положения сидя на полу» (оценка гибкости).

По тестовым методикам, которые являются общими с методиками наиболее популярной в школах России программы по физическому воспитанию, разработанной под руководством В.И. Ляха [4], критериями оценки являлись нормативные показатели этой программы. Нормативы замененного, имеющегося в программе теста «шестиминутный бег» на бег 1000 м, были соотнесены с показателями оценочной шкалы в шестиминутном беге.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Полученные результаты отражены на рисунках 1 и 2. Из приведенных на рисунке 1 данных видно, что большое число мальчиков, поступающих в первый класс школы, имеет низкий уровень развития всех основных кондиционных физических качеств, не укладываясь в диапазон средних нормативных требований, предъявляемых программой к семилетним детям.

В наихудшем состоянии у мальчиков показатели силы (около 80% не выполняет нормативные требования в подтягивании на перекладине); выносливости (56÷59% имеют низкий уровень); скоростной силы (52÷55% мальчиков демонстрируют низкий уровень) и гибкости (44÷49% мальчиков с низким уровнем). В несколько лучшем состоянии развитие быстроты: около 35% детей не выполняют установленные школьной программой средние требования. Из приведенных на рисунке 1 показателей число мальчиков с низким уровнем развития кондиционных физических качеств по годам видна относительная стабильность с незначительным улучшением (в проявлении скоростной силы, например, на 3%) или ухудшением показателей (в проявлении силы – на 2%).

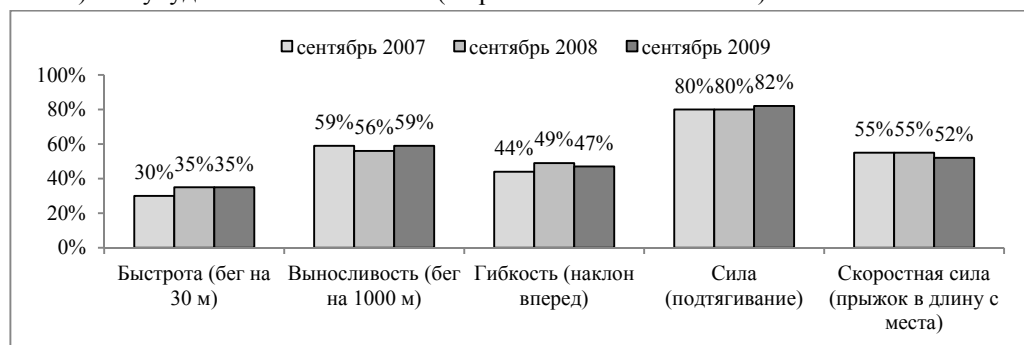


Рис. 1. Число мальчиков, поступивших в первый класс школы, с низким уровнем развития кондиционных физических качеств

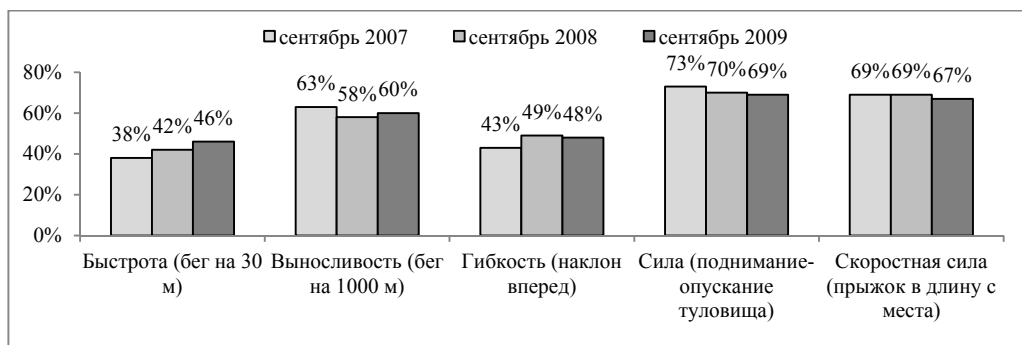


Рис. 2. Число девочек, поступивших в первый класс школы, с низким уровнем развития кондиционных физических качеств

Приведенные на рисунке 2 данные свидетельствуют, что показатели числа девочек, с низким уровнем развития кондиционных физических качеств примерно те же, что и у мальчиков. Так, в наихудшем состоянии у них силовые показатели (поднимание – опускание туловища из положения лежа на спине в течение 30 сек): около 70% девочек имеют низкий уровень развития данного физического качества. В несколько лучшем состоянии, как и у мальчиков, развитие быстроты. Но обращает на себя внимание, что показатели девочек, в проявлении ряда физических качеств, особенно скоростной силы, ниже чем у мальчиков (низкий уровень развития данного физического качества у девочек 67÷69%, у мальчиков 52÷55%).

В годичной динамике каких-либо отчетливых изменений в сторону снижения или увеличения числа девочек, поступивших в первый класс школы и имеющих низкий уровень развития кондиционных физических качеств, не просматривается (показатели в проявлении быстроты, например, ухудшаются, а силы и скоростной силы улучшаются, но весьма незначительно).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Резюмируя изложенное можно, прежде всего с уверенностью заключить, что на сегодняшний день большое число детей, поступающих в первый класс школы, имеет низкий уровень развития основных кондиционных качеств (особенно выносливости и силы, качеств в первую очередь определяющих здоровье ребенка). Полученные результаты соответствуют данным о низком уровне физической подготовленности детей, поступивших в первый класс, полученными другими исследователями [1, 2, 6 и др.]. При этом важно опровергнуть часто произносимую (особенно среди практиков) точку зрения о завышенных нормативных требованиях, о необходимости их пересмотра. Достаточно обратиться к существующим нормативам для семилетних детей. Например, в прыжках в длину с места минимальный средний показатель у мальчиков составляет 115 см, у девочек – 110 см; в наклоне вперед из положения «сидя» у мальчиков – 3 см, у девочек – 6 см [4]. Как можно рассматривать такие нормативы как завышенные?

При таком физическом состоянии детей, приходящих в школу, для обеспечения в дальнейшем преемственности между начальной и основной школой содержание и весь процесс физического воспитания детей в начальной школе должен носить отчетливо направленный коррекционный характер с ориентацией, на выполнение установленных в пятом классе нормативных требований к развитию кондиционных физических качеств. При существующей ситуации становится весьма затруднительным и выполнение детьми нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО первой ступени для детей 6-8 лет.

И в завершении следует обратить особое внимание на необходимость реализации ФГОС дошкольного образования в сфере физического воспитания в части обеспечения

детям при выпуске из дошкольных образовательных организаций кондиционной физической подготовленности, отвечающей требованиям начальной школы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Баранов, А.А. Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.М. Сухарев. – М. : Издатель «Научный центр здоровья детей РАМН», 2008 – 216 с.
2. Виленская, Т.Е. Актуальные детерминанты совершенствования физического воспитания учащихся младших классов / Т.Е. Виленская // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2009. – № 3. – С. 2-6.
3. Изаак, С.И. Научное обеспечение системы мониторинга физического развития и физической подготовленности детей, подростков и молодежи / С.И. Изаак, В.А. Кабачков, А.Н. Тяпин // Опыт работы в субъектах РФ по осуществлению мониторинга состояния физического здоровья детей, подростков и молодежи : сб. научных трудов. – М., 2002. – С. 10-37.
4. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы : программы общеобразовательных учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2011. – 128 с.
5. Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» (№ 916 от 29.12.2001 г.) [Электронный ресурс] // URL : <http://base.garant.ru/12125274/>. – Дата обращения 01.01.2016.
6. Разинов, Ю.И. Перспективы подготовки спортивного резерва в свете физического состояния современных детей 4-7 лет / Ю.И. Разинов, А.П. Стрижак // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 9 (91). – С. 129-133.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 373 от 06.10.2002 г.) [Электронный ресурс] // URL : <http://base.garant.ru/197127/>. – Дата обращения 01.01.2016.
8. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 413 от 17.05.2012 г.) [Электронный ресурс] // URL : <http://base.garant.ru/70188902/#help>. – Дата обращения 01.01.2016.
9. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17.10.2013 г.) [Электронный ресурс] // URL : <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70412244/>. – Дата обращения 01.01.2016.

REFERENCES

1. Baranov, A., Kuchma, V. and Suharev, L. (2008), *Physical development of children and teenagers at a turn of the millennia*, Scientific center of health of children of the Russian Academy of Medical Science, Moscow.
2. Vilenskaya, T. (2009), "Actual determinants of improvement of physical training of pupils of elementary grades", *Physical culture: education, education, training*, No. 3, pp. 2-6.
3. Isaak, S., Kabachkov, V. and Tyapin, A. (2002), "Scientific providing system of monitoring of physical development and physical fitness of children, teenagers and youth", *Experience in territorial subjects of the Russian Federation on implementation of monitoring of a condition of physical health of children, teenagers and youth: Compilation of scientific works*, State Committee on Physical Training and Sports of the Russian Federation, All-Russian scientific research institute of physical culture, Moscow, pp. 10-37
4. Lyah, V. and Zdanovich, A. (2011), *Comprehensive program of physical training of pupils of 1-11 classes of comprehensive school: programs of educational institutions*, Education, Moscow.
5. *The resolution of the government of the Russian Federation "About the all-Russian system of monitoring of a condition of physical health of the population, physical development of children, teenagers and youth*, available at: <http://base.garant.ru/12125274/>.
6. Razinov, Y. and Strizhak, A. (2012), "Prospects of preparation of a sports reserve in the light of a physical condition of modern children of 4-7 years", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 9, Vol. 91, pp. 129-133.
7. *Federal state educational standard of the primary general education (2002). The order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 373 of 06.10.2002*, available at:

<http://base.garant.ru/197127/>.

8. *Federal state educational standard of the secondary (full) general education (2012). The order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 413 of 17.05.2012, available at: <http://base.garant.ru/70188902/#help>*

9. *Federal state educational standard of preschool education (2013). The order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 1155, available at: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70412244/>.*

Контактная информация: zdormon@gmail.com

Статья поступила в редакцию 23.01.2016

УДК 796.011.3

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ
ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ С ЧАСТО БОЛЕЮЩИМИ
ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Марина Евгеньевна Снигур, кандидат педагогических наук, доцент,
Сургутский государственный педагогический университет, г. Сургут*

Аннотация

В статье сформулирована и экспериментально обоснована методика организации занятий по плаванию в дошкольной образовательной организации, которая направленной на оздоровление организма часто болеющих детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: организация оздоровительного плавания, часто болеющие дети, старший дошкольный возраст.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.01.131.p213-216

**EFFICIENCY OF USE OF THE TECHNIQUE FOR THE ORGANIZATION OF
HEALTH-IMPROVING SWIMMING OCCUPATIONS WITH CHILDREN OF HIGH
LEVEL OF MORBIDITY AT THE ADVANCED PRESCHOOL AGE**

*Marina Evgenievna Snigur, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Surgut State Pedagogical University, Surgut*

Annotation

In article the technique of the organization of classes in swimming in the preschool educational organization, which directed on improvement of the health of the children with high level of morbidity at the advanced preschool age is formulated and experimentally proved.

Keywords: organization of improving swimming, children with high level of morbidity, advanced preschool age.

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения состояния здоровья взрослого населения и особенно детей. По мнению А.Л. Заплатниковой Н.А. Коровиной, только около 10% детей дошкольного возраста считаются здоровыми, высок процент функциональных – до 70% и хронических – до 50% заболеваний. Более 20% детей имеют дефицит массы тела. Часто болеющие дети имеют ряд особенностей, дезадаптирующих их и, как следствие, провоцирующих рецидивы болезни: например, чрезмерная зависимость от взрослого, психологическая инфантильность, повышенная тревожность [2].

Правильно организованный процесс обучения на занятиях по плаванию способен оказывает не только оздоровительный эффект но повысить уровень физического развития и физической подготовленности часто болеющих детей старшего дошкольного возраста [2]. Для обоснования эффективности методики организации занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми нами был проведен педагогический экспери-