

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ БАЗОВЫХ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ И ОСНОВНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Светлана Аркадьевна Григорьева, кандидат педагогических наук, доцент, Нина Александровна Мелешкова, кандидат педагогических наук, доцент, Надежда Алексеевна Сидорова, доцент, Анатолий Иванович Шульгин, кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой,

Кемеровский институт (филиал) Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова

Аннотация

Школьники и студенты специальной медицинской группы пассивны на практических занятиях по физической культуре из-за недостатка двигательных умений и навыков, техники физических упражнений и недостаточно развитых базовых координационных способностей. В статье раскрываются результаты исследований базовых координационных способностей студенток специальной медицинской группы по сравнению со студентками «относительно» здоровыми, обосновывается необходимость разработки методики их совершенствования на практических занятиях по физической культуре в специальной медицинской группе вуза.

Ключевые слова: студентки, специальная медицинская группа, базовые координационные способности.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.10.116.p51-55

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE BASIC COORDINATION ABILITIES AMONG THE STUDENTS OF THE SPECIAL AND MAIN MEDICAL GROUP

Svetlana Arkadyevna Grigorieva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Nina Aleksandrovna Meleshkova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Nadezhda Alekseevna Sidorova, the senior lecturer, Anatoly Ivanovich Shulgin, the candidate of pedagogical sciences, professor, Department chairman, Plekhanov Russian University of Economics, Kemerovo branch

Annotation

The students of the special medical group are passive in the practical physical culture training because of lack of the motor skills and abilities, physical exercises technique and poorly developed coordination abilities. The article reveals the research findings of the basic coordination abilities among the students of the special medical group in comparison with “rather” healthy students; the need to develop a methodology of their improvement in practical physical culture training for the special medical group at the university has been proven.

Keywords: students, special medical group, basic coordination abilities.

ВВЕДЕНИЕ

Физическое воспитание в учебном процессе вуза строится на основе Примерной учебной программы дисциплины «Физическая культура» [7], её освоение обязательно для всех студентов независимо от состояния здоровья. Однако в настоящее время цели и задачи учебной программы не в полной мере решают задачи соматического состояния и повышения уровня физической подготовленности студентов, особенно имеющих различные отклонения в состоянии здоровья [1-4].

В специальную медицинскую группу (СМГ) в вузах России направляются 25-45% студентов-первокурсников [2, 4]. Специалисты отмечают, что физическая подготовленность лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, значительно ниже, чем школьников и студентов основной медицинской группы (ОМГ) [1-7]. Это следствие тех фактов,

что в школьном возрасте студенты СМГ были либо освобождены от уроков по физической культуре, либо посещали их нерегулярно, что негативно отражается на их двигательной активности, формировании двигательных умений и навыков, технике физических упражнений, в основе которых лежат базовые координационные способности [1-7].

Уровень развития базовых координационных способностей (способность к сохранению равновесия, статокINETическая (вестибулярная) устойчивость, способность к реагированию, к ориентированию в пространстве, к дифференцированию мышечных усилий, к ритму, к расслаблению мышц и регулировке дыхания) оказывает влияние на физический статус индивидуума [1, 2, 6-7]. Повышение уровня развития базовых координационных способностей является фактором оздоровления лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья [1, 5, 7]. Специалисты отмечают, что школьники и студенты СМГ пассивны на практических занятиях по физической культуре из-за недостатка двигательных умений, навыков и техники выполнения даже самых простых физических упражнений и недостаточно развитых базовых координационных способностей [1, 2, 4, 5, 7]. Возникает необходимость повышения уровня развития базовых координационных способностей у студенток СМГ. Для разработки методики их развития необходимо выявить степень отставания и виды базовых координационных способностей, наиболее отстающих в развитии у студенток СМГ в возрасте 17-19 лет от студенток «относительно» здоровых.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование было проведено в Кемеровском институте (филиале) Российского государственного торгово-экономического университета на кафедре физического воспитания. В тестировании приняли участие 154 девушки в возрасте 17-19 лет (92 студентки СМГ и 62 студентки основной медицинской группы).

Цель исследования – получение новых знаний о развитии базовых координационных способностей у студенток специальной медицинской группы. Задачи исследования:

1. Подобрать тесты, не имеющие противопоказаний для исследования уровня развития базовых координационных способностей у студенток специальной медицинской группы.
2. Сравнить показатели развития базовых координационных способностей студенток основной и специальной медицинской группы.
3. Выявить виды базовых координационных способностей, наиболее отстающие в развитии у студенток специальной медицинской группы по сравнению со студентками основной медицинской группы.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ нозологий выявил, что основными заболеваниями студенток СМГ являются патологии сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, органов дыхания и зрения. Мы провели анализ противопоказаний по видам физической нагрузки при наличии у студенток вышеперечисленных патологий. Это позволило подобрать тесты, не имеющие противопоказаний для использования на практических занятиях по физической культуре с девушками в возрасте 17-19 лет и разработать программу тестирования [2].

Анализ результатов исследований свидетельствует (таблица 1), что показатели развития способности к сохранению статического равновесия (проба Ромберга, поза «Аист») у студенток СМГ достоверно ($p < 0,001$) ниже на 52%, чем у студенток ОМГ. Результаты теста «Повороты на скамейке», комплексно отражающие показатели развития статокINETической (вестибулярной) устойчивости, способности к динамическому равновесию и к ориентированию в пространстве [6] выявили достоверное ($p < 0,001$) отставание студенток СМГ от «относительно здоровых» сверстниц на 57,2%.

Таблица 1

Сравнительная характеристика базовых координационных способностей студенток основной и специальной медицинской группы ($\bar{X} \pm \sigma$)

Тесты	ОМГ (n=62)	СМГ (n=92)	Разница в %	P
Проба Ромберга, поза «Аист», с	15,0±3,0	7,2±4,6	52,0	p<0,001
«Повороты на скамейке», с	7,5±1,2	11,8±2,9	57,3	p<0,001
«Ловля линейки», см	7,4±2,1	12,8±5,3	72,9	p<0,001
«Бросок-реакция», с	2,4±0,3	3,1±0,79	29,1	p<0,001
Теппинг-тест, 10 с	71,9±4,0	65,0±7,3	9,5	p<0,001
«Воспроизведение заданной величины усилия», величина ошибки, кг	1,28±0,3	1,95±0,8	52,2	p<0,001
«Воспроизведение заданной амплитуды движения», величина ошибки, град.	3,8±1,4	7,9±3,3	107,8	p<0,001
«Броски в цель», раз из 10	5±0,9	3±0,9	40,0	p<0,001

Оценка уровня развития способности к реагированию оценивались по результатам теста «Ловля линейки», «Бросок-реакция» и Теппинг-тест [6]. Результаты теста «Ловля линейки», определяющие уровень развития быстроты простой двигательной реакции, выявили одно из самых больших отставаний у студенток СМГ – на 72,9% (p<0,001) по сравнению со студентками ОМГ. Результаты теста «Бросок-реакция», позволяющем комплексно оценить способность к реагированию, к ориентированию в пространстве, к сохранению динамического равновесия и ККС, показали достоверное (p<0,001) отставание студенток СМГ на 29,1%.

Для выявления уровня развития кинестетических координационных способностей (ККС) мы использовали тесты «Воспроизведение заданной величины усилия» и «Воспроизведение заданной амплитуды движений». Результаты теста «Воспроизведение заданной величины усилия», отражающего развитие способности к точному воспроизведению и дифференцированию силовых параметров движения по величине ошибки [1, 6] в кг, выявили достоверное (p<0,001) значительное (52,2%) отставание студенток СМГ от студенток «относительно здоровых».

Результаты теста «Воспроизведение заданной амплитуды движений», позволяющие по величине ошибки в градусах комплексно оценить способность к точному воспроизведению и дифференцированию силовых и пространственных параметров движения [1], выявили самое большое достоверное (p<0,001) отставание студенток СМГ (107,8%) от «относительно здоровых» сверстниц.

Для оценки развития способности к ориентированию в пространстве были проведены тесты «Броски в цель» и «Лабиринт» [1]. Результаты теста «Броски в цель», позволяющие комплексно оценить развитие способности к ориентированию в пространстве, кинестетические координационные способности (оценка расстояния до обруча, сила броска), сенсорный опыт (10-кратное повторение упражнения), работу зрительного анализатора (определение расстояния и траектории полёта мяча), показали, что студентки СМГ достоверно (p<0,001) отстают в проявлении указанных способностей на 40,0% от студенток ОМГ. Результаты теста «Лабиринт», комплексно оценивающие уровень развития мелкой моторики рук, способность к ориентированию в пространстве, к реагированию, способность к дифференцированию пространственных и силовых параметров движения, выявили достоверное (p<0,001) отставание в проявлении данной способности от студенток ОМГ на 20,6%.

Для оценки способности к ритму мы использовали тест «Дриблинг», позволяющий комплексно оценить развитие моторики ведущей руки и способность к сохранению ритма (частоты) движений в определённый промежуток времени, способность к ориентированию в пространстве и к реагированию [1]. Результаты теста показали, что у студенток СМГ проявление данной способности достоверно (p<0,001) ниже на 22,1%, чем у студенток «относительно здоровых» (таблица 1).

ВЫВОДЫ

1. Тесты «Проба Ромберга, поза «Аист», «Балансирование», «Повороты на скамейке», «Ловля линейки», «Бросок-реакция», «Теппинг-тест», «Воспроизведение заданной величины усилия», «Воспроизведение заданной амплитуды движения», «Броски в цель», «Лабиринт», «Дриблинг» могут использоваться в целях оценки уровня развития базовых координационных способностей у студенток специальной медицинской группы.

2. Студентки специальной медицинской группы имеют высокую степень отставания в развитии кинестетических координационных способностей и статокINETической (вестибулярной) устойчивости, среднюю степень отставания в развитии способности к реагированию, способности к сохранению равновесия; слабую степень отставания в развитии способности к ориентированию в пространстве и способности к ритму.

3. Кинестетические координационные способности, статокINETическая (вестибулярная) устойчивость, способность к реагированию и сохранению равновесия являются наиболее отстающими в развитии у студенток специальной медицинской группы в возрасте 17-19 лет.

Заключение. Низкий уровень развития базовых координационных способностей и наличие видов, имеющих высокую степень отставания, требуют разработки методики повышения уровня их развития у студенток специальной медицинской группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Горская, И.Ю. Базовые координационные способности школьников с различным уровнем здоровья : монография / И.Ю. Горская, Л.А. Суянгүлова ; Сибирская гос. акад. физ. культуры. – Омск : [б.и.], 2000. – 212 с.

2. Григорьева, С.А. Методика совершенствования базовых координационных способностей у студенток специальной медицинской группы / С.А. Григорьева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 9 (91). – С. 59-62.

3. Григорьева, С.А. Совершенствование координационных способностей у студенток специальной медицинской группы : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Григорьева С.А. – Омск, 2013. – 187 с.

4. Горелов, А.А. Коррекция состояния здоровья студентов специальной медицинской группы с нарушениями сердечно-сосудистой системы на занятиях физической культурой / А.А. Горелов, О.Г. Румба, М.Д. Богоева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 3 (73). – С. 37-41.

5. Лях, В.И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. – М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.

6. Назаренко, Л.Д. Развитие двигательных-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков : монография / Л.Д. Назаренко. – М. : Теория и практика физической культуры, 2001. – 332 с.

7. Примерная программа дисциплины "Физическая культура" федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования второго поколения / М-во образования Рос. Федерации ; Московский психол.-соц. ин-т. – М. : Изд-во Московский психол.-соц. ин-та, 2000. – 34 с.

REFERENCES

1. Gorskaia, I. Iu. and Suiangulova, L.A. (2000), *Basic coordination abilities of pupils with various health level*, publishing house "SibGAFK", Omsk.

2. Grigorieva S.A. (2012), "Methodology of basic coordinative abilities improvement for the special medical female students group", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 91, No. 9, pp. 58-61.

3. Grigorieva S.A. (2013), *Improvement of coordination abilities among students of special medical group*, dissertation, Omsk.

4. Gorelov, A.A., Rumba, O.G. and Bogoeva, M.D. (2011), "Correction of the health state among the special medical group students with cardiovascular system defects by the means of physical

culture”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 73, No. 3, pp. 37-41.

5. Liakh V.I. (2001), *Coordination abilities: diagnostics and development*, publishing house “TVT Division”, Moscow.

6. Nazarenko L.D. (2001), *Development of motor and coordination qualities as a factor for rehabilitation of children and teenagers*, Theory and practice of physical culture, Moscow.

7. *Approximate program of “Physical Education” discipline in the government educational standard of higher education institution of the second generation: official publ.* (2000), publishing house “MSPU”, Moscow.

Контактная информация: sveta.grig2014@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 10.10.2014.

УДК 796.011

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО КУРСА ЭКОНОМИЧЕСКОГО ВУЗА

Светлана Аркадьевна Григорьева, кандидат педагогических наук, доцент, Нина Александровна Мелешкова, кандидат педагогических наук, доцент, Геннадий Анатольевич Унжаков, доцент, Андрей Юрьевич Мусохранов, старший преподаватель, Кемеровский институт (филиал) Российского экономического университета им. Г.В. Плеханова

Аннотация

Статья посвящена исследованию двигательных умений и навыков студенток основной и специальной медицинской группы, поступивших на 1 курс экономического вуза. Исследование проводилось с целью определения первоочередных задач и разработки методики совершенствования двигательных умений и навыков студенток основной и специальной медицинской группы на практических занятиях дисциплины «физическая культура». Анализ научной литературы, мониторинговые исследования и наш опыт работы, показывают, что не каждая студентка, поступившая на 1 курс вуза, обладает двигательными умениями и навыками, позволяющими в полной мере использовать средства и методы физической культуры согласно учебной программе.

Ключевые слова: двигательные умения и навыки, студентки, основная медицинская группа, специальная медицинская группа.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2014.10.116.p55-59

MOTOR SKILLS OF THE FIRST-YEAR STUDENTS OF THE ECONOMIC HIGHER EDUCATION INSTITUTION

Svetlana Arkadyevna Grigorieva, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Nina Aleksandrovna Meleshkova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Gennady Anatolyevich Unzhakov, the senior lecturer, Andrey Yuryevich Musokhranov, the senior teacher, Plekhanov Russian University of Economics, Kemerovo branch

Annotation

The analysis of the scientific literature, monitoring researches and our experience show that each girl student of the first year at university doesn't possess the motor skills and abilities allowing to use to the full the means and methods of the physical culture according to the training program. The article is dedicated to the research of the motor skills of the students of the main and special medical group of the first year at University of Economics. The research has been conducted for definition of the priorities and development of the methodology for improvement of the motor skills among the students of the main and special medical group during practical training to the discipline “physical culture”.

Keywords: motor skills and abilities, girl students, main medical group, special medical group.

ВВЕДЕНИЕ

Физическая культура, как учебная дисциплина в вузе призвана способствовать улучшению здоровья, повышению уровня физической подготовленности и работоспо-