

этапах подготовки, сколько за счет тактики и технологии взаимодействия тренировочных и физических средств восстановления.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аванесов, В.У. Физические средства восстановления в спорте : монография / В.У. Аванесов. – Воронеж : Изд-во «Истоки», 2006. – 296 с.
2. Щеглов, В.Н. Пути повышения специальной работоспособности юных спринтеров // Актуальные проблемы и пути повышения спортивной работоспособности : межвузовский сб. науч. тр. – Воронеж, 2007. – Вып. 1. – С. 64-75.
3. Высочин, Ю.П. Влияние сократительных и релаксационных характеристик мышц на рост квалифицированных спортсменов // Теория и практика физ. культуры. – 2003. – № 6. – С. 23-25.
4. Антипов, А.Ф. Организационно-методические основы системы определения перспективности спортсменов в спринтерском беге : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Антипов А.Ф. – М., 1989. – 26 с.
5. Медицинские средства восстановления спортивной работоспособности : учеб. пособие / под общ. ред. Н. Д. Граевской / МОГИФК. – М. : [б.и.], 1987. – 149 с.
6. Суслов, Ф. П. Современная система спортивной подготовки / Ф. П. Суслов, В.Л. Сыч, Б.Н. Щустин. – М. : Изд-во СААМ, 1995. – 448 с..

ГОТОВНОСТЬ К СИСТЕМАТИЧЕСКОМУ ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С РАЗЛИЧНЫМ ПРОФИЛЕМ МЕЖПОЛУШАРНОЙ АСИММЕТРИИ

Елена Ильинична Горбунова, аспирант,

Юрий Константинович Чернышенко, доктор педагогических наук, профессор,

Елена Маевна Бердичевская, доктор медицинских наук, профессор,

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
(КГУФКСТ)*

г. Краснодар

Аннотация

В статье представлены результаты исследования, посвященного изучению особенностей и различий между детьми дошкольного возраста с различным профилем асимметрии. Описана готовность леворуких детей из экспериментальной группы, которые занимались по разработанной программе физического воспитания, праворуких и леворуких детей контрольных групп, обучавшихся по традиционной программе, к систематическому обучению в школе. В обследовании приняло участие 80 детей.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, асимметрия, программа физического воспитания.

READINESS FOR SYSTEMATIC SCHOOL EDUCATION OF PRESCHOOL AGE CHILDREN WITH THE DIFFERENT PROFILE OF INTERHEMISPHERIC ASYMMETRY

Elena Ilinichna Gorbunova, post-graduate student,

Jury Konstantinovich Chernyshenko, doctor of pedagogical sciences, professor,

Elena Maevna Berdichevskaja, doctor of medical sciences, professor,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism

Krasnodar

Abstract

Results of research, dedicated to investigations of peculiarity and differences between preschool age children with different profile of interhemispheric asymmetry have been represented. Readiness of left-handed children from experimental group, which were taught according to elaborated program of physical education, right- and left-handed children that were taught by the traditional program

is represented. 80 children took part in investigation.

Key words: preschool aged children, asymmetry, program of physical training.

ВВЕДЕНИЕ

Проблема готовности ребенка к школе возникла несколько десятилетий назад в связи с изменениями сроков начала систематического обучения. Доказано, что у детей, не готовых к началу занятий, труднее и длительнее проходит период адаптации, приспособления к школе; у них гораздо чаще проявляются различные трудности в обучении; среди них значительно больше неуспевающих, и не только в первом классе, но и в дальнейшем, эти дети чаще находятся в числе неуспевающих [1, 8].

Приспособление организма ребенка к новым условиям социального существования, к новому режиму при поступлении в школу часто сопровождается изменениями поведенческих реакций, расстройством сна, аппетита [10].

Во многих исследованиях установлено, что ведущая роль адаптации к процессу обучения в начальной школе принадлежит функциональной межполушарной асимметрии, в целом, и индивидуальному профилю асимметрии (ИПА) ученика, в частности [2, 6, 7]. В различных литературных источниках есть данные о том, что в большинстве случаев до 75% детей, не достигших школьной зрелости, составляют именно левши. У них, как правило, замедляются процессы адаптации к школе, формируется негативное отношение к учебной деятельности, и, как следствие, они переходят в группы отстающих учеников [4]. Однако учет особенностей развития таких детей при работе с левшами старшего дошкольного возраста по подготовке к систематическому обучению в школе положительно сказывается на их приспособлении к учебной деятельности.

Все выше сказанное предопределяет актуальность разработки программы по физическому воспитанию для детей с ведущей левой рукой. Эта программа должна быть направлена на коррекцию особенностей развития леворуких детей и профилактику трудностей обучения в начальной школе, так как средства физического воспитания являются одним из главных факторов, способствующих не только повышению уровня физической подготовленности детей дошкольного возраста, но и развитию психических процессов и умственной деятельности. Необходимо подчеркнуть, что от всех видов воспитания именно физическое воспитание отличается не целями и задачами, а средствами и методами, применяемыми в учебном процессе, в том числе и в педагогическом образовательном пространстве дошкольников [5, 8, 10].

МЕТОДИКА

С целью разработки адекватной программы физического воспитания детей дошкольного возраста с различным профилем асимметрии была предпринята попытка определить особенности физического, интеллектуального, нейропсихологического развития и физической подготовленности у правшей и левшей старшего дошкольного возраста.

Оценка ИПА ребенка осуществлялась по схеме: рука, нога, глаз и ухо. Для оценки латеральности парных органов за основу приняли методику Н.Н. Брагиной и Т.А. Доброхотовой (1988), модифицированную с целью адекватной адаптации к воспитанию детей 5-7 лет [3]. На основании полученных результатов были сформированы: одна экспериментальная группа, в которую вошли 40 детей с КИА от -100% до -10%, одна контрольная группа численностью 20 человек КИА от -100% до -10%, одна контрольная группа из 40 детей 5-6 лет КИА от +10% до +100%.

Уровень психического развития изучался при помощи детского варианта теста Д. Векслера, нейропсихическое исследование проводили по методике нейропсихологической диагностики детей Л.С. Цветковой, физическое развитие и подготовленность оценивали при помощи стандартного набора тестов для детей дошкольного возраста [9].

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Результаты тестирования позволяют сделать вывод о том, что дети с различным ведущим полушарием достоверно отличаются друг от друга по многим характеристикам. Выявленные в процессе тестирования данные свидетельствуют о таких особенностях левшей, как трудности осуществления зрительно-моторных координаций, нарушения пространственного восприятия, повышенная утомляемость, сниженная работоспособность на фоне избыточной возбудимости, неустойчивого внимания и низкой способности к логическому мышлению и обобщению, нарушение схемы тела, сниженная координация кисти и развитие глазомера, выраженное развитие «зеркальности». В дальнейшем при систематическом обучении левшей в начальной школе это может привести к нарушениям письма, чтения и счета.

На основании полученных данных была разработана программа физического воспитания для леворуких детей. Структура программы построена на основании исследований Г.Г. Наталова, Ю.К. Чернышенко (1997) и состоит из четырех блоков: проеكتивного, содержательного, процессуального, контрольно-учетного.

В содержательную часть программы были внесены следующие разделы: воспитание координационных способностей, ловкости, быстроты реакции; развитие глазомера, точности руки, мелкой моторики; формирование способностей к ориентированию в пространстве; релаксация; элементы йоги; антистрессовая гимнастика.

Занятия с детьми экспериментальной группы проводились три раза в неделю в форме малогрупповых (7-12 человек) физкультурных занятий в зале, на прогулке в течение года. Левшам также давались домашние задания в виде индивидуальных карточек с комплексами пальчиковой гимнастики, «сенсорных» лабиринтов и др.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для оценки эффективности разработанной программы по физическому воспитанию леворуких дошкольников в конце года (май-июнь) было проведено контрольное тестирование для определения готовности к началу обучения в начальной школе при помощи теста Керна-Иразека (1978).

Результаты тестирования выявили, что левши, занимавшиеся в течение года по разработанной экспериментальной программе, достоверно не отличались от правшей из контрольной группы по уровню готовности к школе (табл. 1).

Таблица 1

**Готовность к обучению в школе детей 7-8 лет
с различным профилем асимметрии**

Тест Керна-Иразека	Левши, экспериментальная группа, КИА от -100% до -10%, n=40	Правши, контрольная группа, КИА от +10% до +100%, n=40	Левши, контрольная группа, КИА от -100% до -10%, n=20	P1	P2	P3
Балл $M \pm m$ (перед поступлением в школу)	$6,6 \pm 0,22$	$6,4 \pm 0,18$	$11,0 \pm 0,09$	$p > 0,05$	$p < 0,01$	$p < 0,01$
Балл $M \pm m$ (по окончании 1-го класса)	$4,1 \pm 0,15$	$3,9 \pm 0,13$	$9,7 \pm 0,06$	$p > 0,05$	$p < 0,01$	$p < 0,01$

Примечание: КИА – коэффициент индивидуальной асимметрии.

P1- достоверность различий между левшами экспериментальной группы и правшами контрольной группы.

P2 – достоверность различий между левшами экспериментальной и контрольной групп.

P3 – достоверность различий между контрольными группами левшей и правшей.

P- достоверность различий по U-критерию Манна – Уитни.

Однако при сравнении левшей экспериментальной и контрольной групп были выявлены достоверные различия между дошкольниками в выполнении теста. Леворукие дети из контрольной группы показали достоверно более низкий результат готовности к началу обучения. Можно сделать вывод, что целенаправленная работа с дошкольниками, имеющими ведущее правое полушарие головного мозга, на предварительном этапе в дошкольном возрасте помогает развитию глазомера, пространственной ориентации, способности к подражанию, а также развитию сложно координированных движений руки. Необходимо отметить, что к началу обучения в школе при целенаправленной подготовке у левшей снижается уровень «зеркальности» при выполнении заданий на ориентацию в плоскости и подражание на листе бумаги. У левшей из контрольной группы низкий результат по тесту Керна – Иразека был связан с высоким уровнем проявления зеркальности при копировании фразы и точек, т.к. многие левши контрольной группы совершали ошибки при копировании асимметричных букв (е, с, у).

При сравнении двух контрольных групп по тесту Керна - Иразека была выявлена та же закономерность. Левши достоверно отличались от правшей более низким результатом, свидетельствующим о полной не готовности леворуких детей к началу систематического обучения в начальной школе.

По окончании учебного года (1-го класса) было проведено повторное тестирование по определению школьной зрелости.

При сравнении левшей из экспериментальной группы и правшами достоверных различий в результатах обнаружено не было. Младшие школьники с различным профилем асимметрии в обеих группах улучшили результат к концу учебного года. Леворукие дети, с которыми проводились целенаправленные занятия, в течение пребывания в подготовительной группе дошкольного учреждения освоили праворукое письмо, у них не отмечалось явных проблем в развитии сомато-пространственного гнозиса и сложнокоординированных движений руки.

В конце года левши из контрольной группы показали достоверно более низкий результат, в сравнении как с праворукими детьми, так и левшами из экспериментальной группы. Общий балл по тесту у них улучшился до $9,7 + 0,06$, однако, данный результат не может рассматриваться как положительный, т.к. готовым к систематическому обучению дошкольник по данному тесту признается при сумме баллов от 3 до 9, и чем меньше данный показатель, тем лучше. Левши из контрольной группы за год обучения не в полной мере освоили письмо, у них наблюдались еще более высокий уровень развития «зеркальности», трудности в способности к подражанию. Учителя отмечали высокий уровень утомляемости детей во время уроков, не способность сконцентрировать внимание к концу занятий по арифметике.

В ходе исследования было предположено, что у леворуких детей готовность к обучению формируется медленнее, в сравнении с правшами.

Для более полного анализа были рассчитаны темпы прироста показателей по тесту Керна-Иразека (рис. 1).

Наибольшие темпы прироста отмечались у леворуких детей из экспериментальной группы, что возможно связано с изначально более низким баллом по тесту, в сравнении с правшами.

Наименьший прирост результата оказался у левшей из контрольной группы (8,9%), что, по нашему мнению, обусловлено не только изменением вида деятельности при переходе из дошкольного учреждения в образовательную школу и ломкой динамического стереотипа, но и большой нагрузкой на не ведущее левое полушарие головного мозга, в результате чего могли замедлиться механизмы адаптации к процессу учебной деятельности.

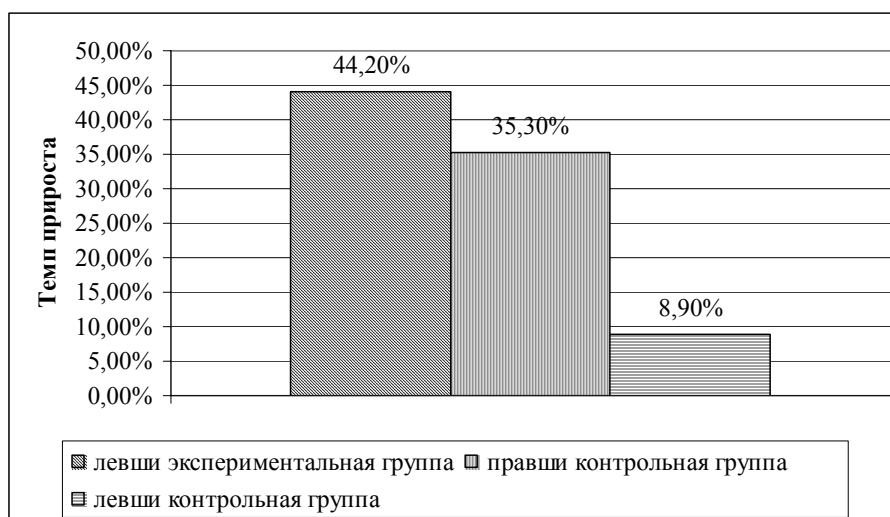


Рис. 1. Темп прироста по тесту Керна-Иразека

ВЫВОДЫ

После окончания формирующего эксперимента сравнительный анализ данных детей экспериментальной и контрольной групп не выявил достоверных различий. Это позволяет сделать вывод, что разработанная программа по физическому воспитанию для леворуких детей эффективно способствует повышению уровня психического и нейропсихологического развития леворуких детей с ведущим правым полушарием до уровня их сверстников – правшей с ведущим левым полушарием.

На основании полученных результатов можно констатировать, что подготовка леворуких детей к обучению в школе и выполнению их будущей социальной функции ученика – одна из важных задач дошкольного образования. Эффективным средством для этой работы могут служить физические упражнения и процесс физического воспитания, спецификой которого является учет индивидуальных особенностей физического, психического и нейропсихического развития левшей и коррекция этих особенностей при подготовке к систематическому обучению в начальной школе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Безруких, М.М. Проблемные дети / М.М.Безруких. – М. : Изд-во УРАО, 2001. – 146 с.
2. Беликова, Р.М. Морфофункциональные и психофизиологические особенности детей 6-7 лет в связи с проблемой школьной зрелости и адаптации к школе : дис. ... канд. биол. наук / Беликова Р.М. – Бийск, 2004. – 180 с.
3. Бердичевская, Е.М. Роль функциональной асимметрии мозга в возрастной динамике двигательной деятельности человека : автореф. дис. ... д-ра мед. наук / Бердичевская Е.М. – Краснодар, 1999. – 30 с.
4. Москвин, В.А. Межполушарные отношения и проблема индивидуальных различий / В.А. Москвин. – М. : Изд-во Московского гос. ун-та ; Оренбург : ИПК ОГУ, 2002. – 288 с.
5. Наталов, Г.Г. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания / Г.Г. Наталов, В.К. Бальсевич, Ю.К. Чернышенко // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 3. – С. 54-58.
6. Николаева, Е.Н. Леворукий ребенок : диагностика, обучение, коррекция / Е.Н. Николаева. – СПб. : ДЕТСВО-ПРЕСС, 2005. – 128 с.
7. Савкина, Н.Г. Педагогическая помощь леворуким детям в первый год их обучения в школе : дис. ... канд. пед. наук / Савкина Н.Г. – Тюмень, 2005. – 198 с.
8. Сиротюк, А.Л. Обучение детей с учётом психофизиологии / А.Л. Сиротюк.

– М. : Сфера, 2003. – 180 с.

9. Степаненкова, Э.Я. Методика физического воспитания / Э.Я. Степаненкова. – М. : Издательский дом «Воспитание дошкольника», 2005. – 296 с.

10. Филиппова, С.О. Подготовка дошкольников к письму : методическое пособие / С.О. Филиппова. – СПб. : ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2004. – 94 с.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОДГОТОВКИ ТЯЖЕЛОАТЛЕТОВ С УЧЕТОМ ДИМОРФИЧЕСКИХ РАЗЛИЧИЙ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ЭКСПЕРИМЕНТЕ

Павел Сергеевич Горюлев, доктор педагогических наук, профессор,

Дмитрий Вячеславович Клоков, аспирант,

*Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГОУ ВПО УралГУФК,
г. Уфа*

Аннотация

В статье представлено обоснование эффективности управления учебно-тренировочным процессом тяжелоатлетов с учетом диморфических различий работоспособности.

Ключевые слова: тяжелоатлетика, управление тренировочным процессом, специальная подготовленность спортсменов.

ESTIMATION OF EFFECTIVENESS OF WOMEN WEIGHTLIFTERS TRAINING WITH CONSIDERATION OF DIMORPHIC DIFFERENCES IN PEDAGOGICAL EXPERIMENT

Paul Sergeevich Gorulev, doctor of pedagogical sciences, professor,

Dmitry Vjacheslavovich Klovov, post-graduate student,

*Bashkir Institute of Physical Education,
Ufa*

Abstract

The substantiation of effectiveness of women weightlifters training management with consideration of dimorphic capacity for work differences is presented in our investigation.

Key words: women weightlifters, training process management, special preparedness of sportswomen.

Тренировочный процесс все больше начинает приобретать характер научного поиска, требовать научно-обоснованного подхода к планированию, научной четкости и фиксации наблюдений во всех возрастных группах, что будет способствовать использованию скрытых потенциальных возможностей организма.

Выявление в женской тяжелой атлетике истинных возможностей организма спортсменок и закономерностей оптимального формирования их физической подготовленности позволит разработать новую концепцию подготовки тяжелоатлетов высокой квалификации, изменить многие традиционные взгляды в области педагогических, биологических, медицинских и других наук, связанные с исследованиями в сфере спорта высших достижений.

По результатам наших исследований была разработана Типовая программа для детско-юношеских спортивных школ, спортивных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства по женской тяжелой атлетике. Особенностью данной программы является то, что в ее основе лежит медико-биологический принцип управления многолетним учебно-тренировочным процессом, и планирование нагрузок осуществляется с учетом возрастных изменений в системах организма спортсменок.

Согласно полученным нами данным, четко прослеживается закономерность в чередовании прироста функциональных возможностей спортсменок на протяжении онтогенеза. Построение тренировки в группах начальной подготовки (7-10 лет) тяжелоатлетов должно проводиться без учета диморфических различий с целью моделиро-