

УДК 791.9:372.879.6

## ИЗМЕНЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПОДГОТОВКОЙ К МАССОВЫМ СПОРТИВНО-ХУДОЖЕСТВЕННЫМ ПРЕДСТАВЛЕНИЯМ

Дегтярева Д.И., Чикалова Г.А.

ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры»,  
Волгоград, e-mail: winston555.@yandex.ru

В статье представлены результаты анализа медицинских карт, протоколов учета посещаемости школьников младших классов, а также проведены исследования уровня соматического здоровья (по методике Г.Л. Апанасенко). Для проведения педагогического эксперимента были сформированы 2 группы (контрольная – 41 школьник, и экспериментальная – 43 ребенка) в возрасте 9–11 лет. В группы вошли школьники, не занимающиеся спортом. Все учащиеся относились к основной медицинской группе. Дети экспериментальной группы в качестве третьего урока по физической культуре готовились к массовым спортивно-художественным представлениям, содержание которых было подчинено единой теме и максимально взаимосвязано с основным учебным материалом. В работе экспериментально доказано, что методика подготовки детей младшего школьного возраста к массовым спортивно-художественным представлениям в рамках третьего урока физической культуры в условиях общеобразовательной школы позволяет одновременно в синтезе решать общеразвивающие, оздоровительные и образовательные задачи.

**Ключевые слова:** массовые спортивно-художественные представления, урок физической культуры, дети младшего школьного возраста, уровень соматического здоровья

## CHANGE INDICATORS OF THE LEVEL OF HEALTH OF PUPILS, IS PREPARING FOR MASS SPORTS AND ARTISTIC REPRESENTATIONS

Degtyareva D.I., Chikalova G.A.

Federal State Educational Budget Institution of Higher Professional Education  
«Volgograd State Physical Education Academy», Volgograd, e-mail: winston555.@yandex.ru

The article presents the results of the analysis medical charts, protocols attendance primary school children and studied the level of somatic health (according to the method G.L. Apanasenko). To carry out pedagogical experiment were formed 2 groups (41 kontrolnaya- schoolboy and eksperimentalnaya – 43 children) aged 9–11 years. The group included students who are not involved in sports. All students relate to the main medical group. Children in the experimental group were preparing for mass sports and artistic representations on their third lesson of physical training, the content of which was subject to a single theme and the maximum is interconnected with core academic material. In the work experimentally proved that the methodology for the preparation of primary school children to mass sports and artistic representations in the third lesson of physical culture in the secondary school allows you to simultaneously resolve the synthesis of general developmental, health and educational tasks.

**Keywords:** mass sports and artistic representation, physical education lesson, primary school age, level of somatic health

На сегодняшней день целенаправленной реорганизации подвергнута система физического воспитания, в результате чего в программу общеобразовательной школы введен дополнительный третий урок физической культуры [2].

Многочисленными исследованиями доказывается, что, с одной стороны, причиной низкого уровня здоровья является снижение положительного отношения детей к уроку физической культуры, с другой, у школьников все больше повышается тяга к занятиям, предполагающим ограниченную подвижность – компьютерные игры и социальные сети, что, в свою очередь, снижает их интерес к собственной двигательной активности [3, 6].

Последнее время все больший интерес завоевывают виды двигательной деятель-

ности, связанные с музыкой. Популярными становятся массовые спортивно-художественные представления, как жанр зрелищного искусства, в задачи которого входят популяризация средств физической культуры и спорта, пропаганда здорового образа жизни, демонстрация красоты движений и телосложения участников праздника. Исходя из вышесказанного, мы предположили, что в качестве 3-го урока можно ввести подготовку к МСХП [2].

**Целью нашего исследования стало:** разработать и обосновать эффективность методики подготовки младших школьников к массовым спортивно-художественным представлениям в рамках третьего урока физической культуры.

Для достижения цели и решения поставленных задач исследования был

организован и проведен педагогический эксперимент. Исследования проводились в период с сентября 2010 по май 2013 года в г. Волгограде на базе МОУ гимназии № 14.

Для определения возможности и целесообразности введения в содержание и структуру школьного урока по предмету «Физическая культура» средств и методов подготовки к массовому спортивно-художественному представлению, а также определению уровня здоровья занимающихся, нами был организован поисковый эксперимент. Всего в исследованиях приняли участие 148 школьников младших классов – 87 девочек и 61 мальчик.

Анализ работы системы физического воспитания младших школьников показал:

1. В результате анализа медицинских карт выявлен низкий уровень здоровья школьников, входивших в основную медицинскую группу (рис. 1):

– только 6% детей относятся к 1-й группе здоровья, остальные – ко второй (89%) и третьей (5%) группе здоровья;

– высокий показатель заболеваемости по сердечно-сосудистой системе (29 случаев), эндокринной системе (обнаружились у 16 детей) и дыхательной системе (14 случаев) (рис. 2);

– (8%) детей имеют диагноз «ожирение 1-й или 2-й степени»;

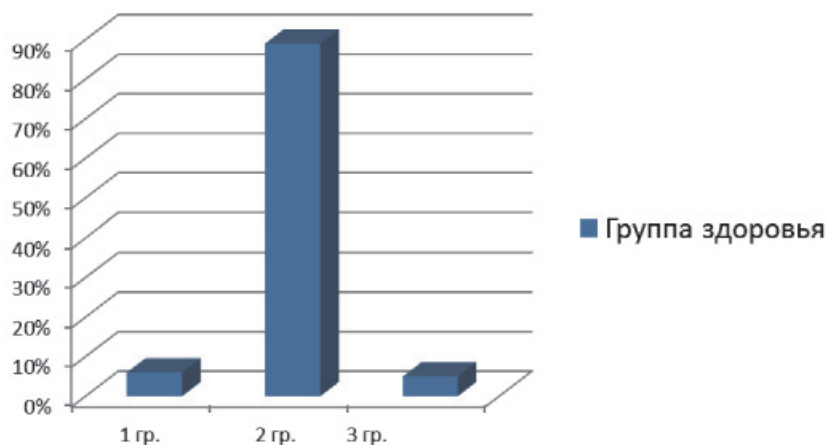


Рис. 1. Показатели уровня здоровья детей младшего школьного возраста по данным медицинских карт,  $n = 126$

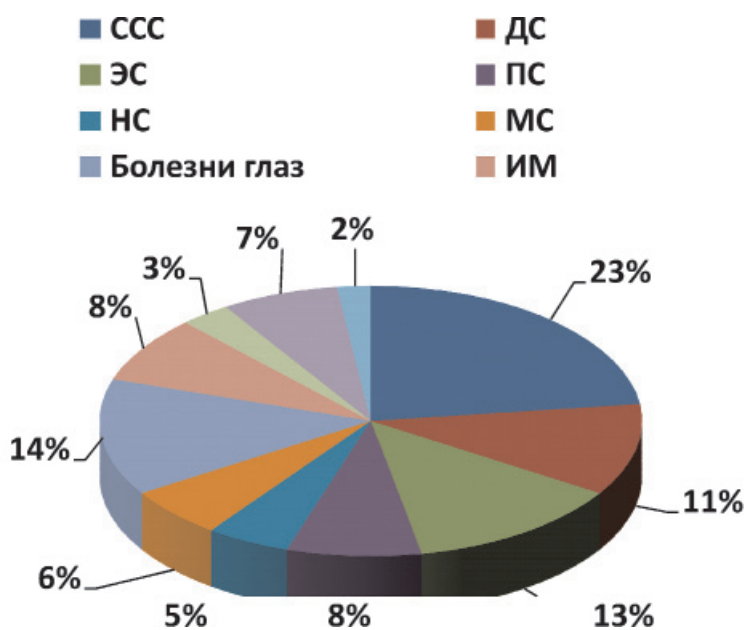


Рис. 2. Показатели выявленных нозологических патологий у детей младшего школьного возраста по данным медицинских карт, ( $n = 126$ )

– у троих младших школьников (2%) наблюдалась задержка физического развития.

2. Результаты анализа протоколов учета посещаемости школьников младших классов, (представленные в табл. 1), свидетельствуют о высоком проценте не посещенных уроков по физической культуре: каждый ученик в среднем за учебный год пропустил 9 занятий. Причем 67% пропусков уроков связано с невозможностью присутствия по причине болезни [4].

Основываясь на полученных данных предварительных исследований, было решено разработать методику подготовки младших школьников к массовым спортивно-художественным представлениям в процессе школьного урока физической культуры, которая бы способствовала повышению интереса детей, и, на этой основе, формированию более высокого уровня здоровья, а также их физической и функциональной подготовленности.

Структура экспериментальной методики представлена на рис. 3.

Подготовка к массовым спортивным выступлениям представляет собой овладение взаимосвязанными композициями (структурными элементами), где основными особенностями выполнения выступают массовость, музыкальность и синхронность. Все это в системе обладает более высокими возможностями, что, в свою очередь, позволяет более эффективно решать поставленные задачи [4].

Основными группами средств являются:

– средства общей физической подготовки (бег, ходьба, строевые упражнения, общеразвивающие упражнения и их комплексы, комплексы упражнений для развития физических качеств);

– средства музыкально-двигательной подготовки (бег, ходьба, ОРУ и строевые упражнения под музыку (построения, перестроения), музыкальные подвижные игры, учебные комплексы ритмической гимнастики);

– средства технической подготовки (освоение элементов акробатики, художественной гимнастики, танцев, базовой аэробики, взаимодействия (парами, небольшими группами,

всем классом) при выполнении отдельных упражнений и целых музыкальных композиций, освоение отдельных элементов, связок и музыкально-двигательных композиций (вольных упражнений) в целом для выступлений на спортивных мероприятиях).

Основные группы методов систематизированы как практические (согласования движений с музыкой, строго-регламентированного упражнения (целостный, расчлененный, стандартно-повторный, повторно-переменный, сопряженный, непрерывный)), словесно-наглядные и игровой. Основной формой организации педагогического процесса явился третий урок по физической культуре в общеобразовательной школе. В течение года дети экспериментальной группы на третьем уроке физической культуры занимались подготовкой к спортивно-художественным представлениям. Особенностью занятий в экспериментальной группе явилось то, что школьники разучивали массовые упражнения, которые были подчинены единой теме, объединены общим драматургическим сюжетом и представляли собой целое заключительное действие. Контрольная группа на третьем уроке занималась по общепринятой программе.

С целью составления композиций, соответствующих выбранной теме, были разработаны два сценария массовых спортивно-художественных выступлений. Итогом занятий физической культурой в первом полугодии явилось спортивно-художественное представление, посвященное празднованию нового года, которое проводилось в спортивном зале. Подготовка осуществлялась в рамках 16 уроков физической культуры.

Второе полугодие завершалось проведением спортивного праздника, посвященного Олимпийским играм в Лондоне, организованного на школьном стадионе. Исходя из школьной программы, этому было отведено всего 18 уроков, которые по решаемым задачам, можно условно разделить на уроки, посвященные разучиванию (элементов, связок, композиций, построений и перестроений), совершенствованию (композиций и овладению школой движения), проведению репетиций (сводной и генеральной), собственно выступлению.

Таблица 1

Показатели учета посещаемости младших школьников,  $M \pm m, n = 112$

Классы	Все пропущенные дни	Пропущенные дни по болезни	Все пропущенные уроки по физической культуре	Пропущенные уроки по физической культуре по болезни
3-и классы	17,48 ± 1,33	13,11 ± 1,41	12,32 ± 1,03	8,21 ± 0,63
4-е классы	18,24 ± 1,37	12,45 ± 1,14	14,01 ± 1,11	7,44 ± 0,52



Рис. 3. Структура экспериментальной методики подготовки массовых спортивно-художественных представлений в процессе школьного урока

Кроме стандартных уроков по физической культуре в подготовке к выступлению используются сводная и генеральная репетиции (неурочная форма), основной задачей которых является апробировать последовательное соединение всех композиций, построений и перестроений по разработанному сценарию. Сводная репетиция при подготовке детей младшего школьного возраста к МСХП применяется для объединения всех участников выступления. Генеральная репетиция является необходимым звеном подготовки младших школьников к выступлениям. На генеральной репетиции школьники выполняют все композиции, выходы и уходы в точности со сценарием в условиях, при-

ближенных ко дню представления. Чтобы убедиться в полной готовности участников, следует оказывать им на генеральной репетиции минимальную помощь, такую же, как и на самом выступлении.

Кульминацией подготовки младших школьников является само представление, где участники демонстрируют целостное законченное действие. Основными способами организации проведения урока явились: фронтальный, звеньевой и групповой – выполнение всей группой одновременно [5].

Эффективность разработанной методики проверялась в условиях основного эксперимента.

Уровень физического здоровья детей определялся с помощью методики Г.Л. Апа-

насенко (1992), рекомендованной для экспресс-оценки соматического здоровья школьников в возрасте 7–16 лет. Полученные результаты по всем тестам оценивались в баллах, их сумма была сопоставлена со шкалой, исходя из чего и определялся уровень физического здоровья каждого. Общей суммой баллов можно характеризовать уровень соматического здоровья [1]. В табл. 2 представлены результаты, полученные до педагогического эксперимента.

По результатам сравнительного анализа исходных данных по тестам, определяющим уровень здоровья, проверка достоверности различий показала идентичность исходных уровней по средним показателям

экспериментальной ( $n = 43$ ) и контрольной группы ( $n = 41$ ).

В конце учебного года было проведено повторное тестирование. Результаты представлены в табл. 3.

Статистически достоверно ( $p < 0,01$ ) снизилось количество пропусков школьных уроков в экспериментальной группе по сравнению с контрольной за учебный год, когда проходил педагогический эксперимент, что свидетельствует о повышении интереса детей к занятиям по физической культуре.

Эффективность методики подтверждена ростом уровня соматического здоровья школьников экспериментальной группы (повысился до среднего уровня) (табл. 4).

**Таблица 2**

Экспресс-оценка уровня соматического здоровья детей контрольной и экспериментальной групп до эксперимента,  $n = 84$

Показатель	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
$M \pm m$	$3,42 \pm 0,27$	$5,18 \pm 0,44$	$4,0 \pm 0,41$	$4,55 \pm 0,27$
Уровень	Ниже среднего	Ниже среднего	Ниже среднего	Ниже среднего

Примечание. Контрольная группа  $n = 41$ ; экспериментальная группа  $n = 43$ .

**Таблица 3**

Показатели учета посещаемости (ведомость учета посещаемости) за учебный год в период эксперимента,  $M \pm m$ ,  $n = 84$

Группа	Все пропущенные дни	Пропущенные дни по болезни	Все пропущенные уроки по физической культуре	Пропущенные уроки по физической культуре по болезни
Экспериментальная группа ( $n = 43$ )	$10,20 \pm 0,83$	$7,98 \pm 0,78$	$8,16 \pm 0,79$	$6,97 \pm 0,49$
Контрольная группа ( $n = 41$ )	$14,74 \pm 1,57$	$13,91 \pm 1,69$	$12,55 \pm 1,33$	$9,13 \pm 0,61$
$t$	2,71	3,18	2,78	2,76
$P$	$< 0,01$	$< 0,01$	$< 0,01$	$< 0,01$

Примечание. Достоверность определялась по  $t$ - критерию Стьюдента  $t_{\text{табл}} = 1,99$  при  $\alpha = 0,05$ ;  $t_{\text{табл}} = 2,64$  при  $\alpha = 0,01$ .

**Таблица 4**

Экспресс-оценка уровня соматического здоровья детей контрольной и экспериментальной групп после эксперимента,  $n = 84$

Показатель	Контрольная группа ( $n = 41$ )		Экспериментальная группа ( $n = 43$ )	
	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
$M \pm m$	$4,12 \pm 0,37$	$5,88 \pm 0,49$	$6,11 \pm 0,52$	$6,19 \pm 0,34$
Уровень	Ниже среднего	Ниже среднего	Средний	Средний

Таким образом, организация урока физической культуры на основе использования средств и методов подготовки к спортивным массовым театрализованным представлениям позволяет повысить интерес младших школьников к занятиям по физической культуре, что способствует активизации их двигательной деятельности, тем самым повышая их уровень здоровья.

#### Список литературы

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и состояния здоровья человека. – СПб.: Петрополис, 1992. – 123 с.
2. Дегтярева Д.И., Чикалова Г.А., Терехова М.А. Построение процесса подготовки младших школьников к массовым спортивно-художественным представлениям в рамках третьего урока физической культуры // Фундаментальные исследования. – 2014. – № 11–1. – С. 165–168; URL: [www.rae.ru/fs/?section=content&op=show\\_article&article\\_id=10004765](http://www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=10004765) (дата обращения: 15.01.2015).
3. Косачева Н.В., Биндусов Е.Е. Физический потенциал девочек 9–11 лет, начинающих заниматься фитнесом // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2011. – № 3. – С. 43–45.
4. Минниханова Д.И. Массовые спортивно-художественные представления как средство повышения интереса детей 9–11 лет к занятиям по физической культуре // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 3. (Электронный журнал – URL: <http://www.science-education.ru/109-9460>).
5. Минниханова Д.И. Подготовка младших школьников к массовым спортивно-художественным представлениям в рамках третьего урока физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. – Волгоград: ВГАФК, 2013. – 24 с.
6. Tovar A., Lividini K., Economos C.D., Folh S., Golberg J., Must A. School's out: what are urban children doing? The Summer Activity Study of Somerville Youth (SASSY) // BMC Pediatr. – 2011 Mar 11. – 10:16.

#### References

1. Apanasenko G.L. Evolyutsiya bioenergetiki i sostoyaniya zdorov'ya cheloveka. SPb.: Petropolis, 1992. 123 s.
2. Degtyareva D.I., Chikalova G.A., Terehova M.A. Postroenie protsessa podgotovki mladshih shkol'nikov k massovym sportivno-hudozhestvennym predstavleniyam v ramkah tret'ego uroka fizicheskoy kul'tury // Fundamental'nye issledovaniya. 2014. no.11–1. pp. 165 168; URL: [www.rae.ru/fs/?section=content&op=show\\_article&article\\_id=10004765](http://www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=10004765) (data obrascheniya: 15.01.2015).
3. Kosacheva N.V., Bindusov E.E. Fizicheskiy potentsial devochek 9-11 let, nachinayuschih zanimat'sya fitnessom // Fizicheskaya kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirovka. 2011. no. 3. pp. 43–45.
4. Minnihanova D.I. Massovyye sportivno-hudozhestvennyye predstavleniya kak sredstvo povyisheniya interesa detey 9–11 let k zanyatiyam po fizicheskoy kulture // Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya. 2013. no. 3. (Elektronnyy zhurnal URL: <http://www.science-education.ru/109-9460>).
5. Minnihanova D.I. Podgotovka mladshih shkol'nikov k massovym sportivno-hudozhestvennym predstavleniyam v ramkah tret'ego uroka fizicheskoy kul'tury: avtoreferat dissertatsii na soiskanie uchenoy stepeni kandidata pedagogicheskikh nauk po spetsial'nosti 13.00.04 teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya, sportivnoy trenirovki, ozdo-rovitel'noy i adaptivnoy fizicheskoy kul'tury. Volgograd: VGAFK, 2013. 24 s.
6. Tovar A., Lividini K., Economos C.D., Folh S., Golberg J., Must A. School's out: what are urban children doing? The Summer Activity Study of Somerville Youth (SASSY) // BMC Pediatr. 2011 Mar 11; 10:16

#### Рецензенты:

Шамардин А.А., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой теории и методики футбола, ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры», г. Волгоград;

Максимова С.Ю., д.п.н., доцент, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания, ФГБОУ ВПО «Волгоградская государственная академия физической культуры», г. Волгоград.

Работа поступила в редакцию 28.01.2015