

Развивающая технология физического воспитания младших школьников на основе использования игры – радиальный баскетбол (питербаскет)

Кожемов А. А., кандидат педагогических наук, доцент
Черкесова Л. З., аспирант
Коноплева А. Н., кандидат педагогических наук, доцент
Кабардино-Балкарский государственный университет
им. Х. М. Бербекова, г. Нальчик
Несмеянов А. А., доктор медицинских наук, профессор, академик
РАЕН, Военно-медицинская академия, Санкт-Петербург

Ключевые слова: питербаскет, радиальный баскетбол, психические новообразования, психомоторика, развивающая технология.

Аннотация. Использование подвижной игры питербаскет в вариативной части урока физической культуры младших школьников решает задачи физического воспитания современной школы в полноценном развитии ребенка без ущерба здоровью, оптимизирует умственное и физическое развитие.

Контакт: deanfiz@kbsu.ru

Emerging technology of physical education in primary schools through the use of games – radial basketball (piterbasket)

Kozhemov A. A., Ph. D., Assistant Professor,
Cherkesova L. Z., postgraduate student,
Konopleva A. N., Ph. D., Assistant Professor,
Kabardino-Balkarian State University.
Dr. Nesmeyanov A. A., MD., Professor
Military Medical Academy, St. Petersburg.

Keywords: piterbasket, radial basketball, mental neoplasm's, psychomotor, developing technology.

Abstract. Use of mobile games Piterbasket in the variational part of the lesson of physical education of schoolchildren solves the problems of the modern school of physical education in the comprehensive development of the child without injury, improves mental and physical development.

О совершенствовании физических и психических способностей младших школьников в условиях применения модифицированной игры питербаскет подробно изложено в [1]. Дальнейшие исследования акцентированного применения воздействующей игровой среды (питербаскета) в ходе уроков физической культуры, продолженные в 2009 году в начальных классах МОУ СШ № 3 г. Нальчика, с использованием метода параллельных групп, подтверждают наше предположение о положительном влиянии занятий по авторской методике на качество интегрированного развития физических и психических способностей детей.

Напомним, что учащиеся начальных классов, были разделены на экспериментальные и контрольные группы (школьники 2, 3 и 4-х классов). В контрольных группах уроки проводились в соответствии с действующей программой, рекомендованной Министерством образования и науки РФ для применения в работе школьных обра-

зовательных учреждений (А. П. Матвеев, Т. П. Петрова, 2002). В экспериментальных группах уроки физической культуры проводились по базовой программе с включением во вторую половину основной части урока подвижной игры – питербаскет.

Особенностью предлагаемой методики является возможность использования подвижной игры питербаскет наряду с выполнением обязательного образовательного минимума без увеличения при этом количества часов, отводимых на занятия физической культурой.

Улучшение показателей успеваемости по базовым предметам (см. табл.) в экспериментальных классах, по сравнению с контрольными, мы связываем, в том числе, с приобретением навыков быстрого переключения с одного вида двигательной деятельности на другой, повышением концентрации внимания, мышления, сообразительности, психических новообразований, сформировавшихся у учащихся начальных классов (7-10 лет), внутренней позиции, определяющей отношение к школе, сверстникам. Разработанная и апробированная экспериментальная методика, обусловила формирование у детей соответствующего типа ведущей деятельности (по классификации Л. С. Выготского, 1983).

Полученные результаты подтверждают известный тезис: «Полноценную трудовую деятельность можно сформировать лишь на основе игровой и учебной, а учебную только на основе игровой, поскольку учение направлено, в частности, на овладение такими абстракциями и обобщениями, которые предполагают наличие у младшего школьника воображения и символической функции,

Таблица
Показатели успеваемости учащихся 2-4 классов по базовым предметам

Предметы	X±m					
	Экспериментальная группа, n=45			Контрольная группа, n=45		
	до экспер.	после эксп.	рост, %	до экспер.	после эксп.	рост, %
2 класс	n=15		n=15		n=15	
Чтение	4,54±0,07	4,63±0,07	1,99	4,60±0,05	4,67±0,05	1,5
Математика	4,20±0,06	4,48±0,06	6,67	4,58±0,07	4,57±0,07	-0,2
Русский язык	4,43±0,06	4,61±0,06	4,06	4,47±0,06	4,58±0,07	2,4
Английский язык	4,60±0,07	4,69±0,07	1,96	4,75±0,07	4,86±0,07	2,3
	4,44±0,07	4,60±0,07	3,60	4,60±0,07	4,67±0,07	1,5
3 класс	n=15		n=15		n=15	
Родная речь	4,30±0,05	4,57±0,05	6,28	4,22±0,07	4,27±0,07	1,18
Математика	3,83±0,06	4,31±0,07	12,5	4,01±0,06	4,10±0,06	2,24
Русский язык	4,04±0,05	4,39±0,06	8,60	4,10±0,05	4,14±0,06	0,97
Английский язык	4,10±0,06	4,59±0,06	11,95	4,20±0,06	4,30±0,06	2,4
	4,07±0,05	4,47±0,06	9,80	4,13±0,06	4,20±0,06	1,7
4 класс	n=15		n=15		n=15	
Родная речь	3,79±0,05	4,23±0,05	11,6	3,95±0,07	4,15±0,07	5,06
Математика	3,64±0,07	4,12±0,07	13,17	3,88±0,06	4,01±0,06	3,35
Русский язык	4,12±0,06	4,47±0,06	8,49	4,07±0,06	4,18±0,06	2,7
Английский язык	4,21±0,06	4,57±0,06	8,55	4,12±0,06	4,20±0,06	1,9
	3,9±0,06	4,35±0,06	10,00	4±0,06	4,13±0,06	3,25

как раз формирующейся в игре» (В. В. Давыдов).

Следовательно, можно констатировать, что в игре младший школьник имеет возможность свободы выбора игрового поведения, которая обеспечивает «зону ближайшего развития», влияет не только на формирование интеллекта, но и целостного «Я» как основы развития личности.

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что применение разработанной методики с использованием модифицированной игры питебаскет помогает совершенствованию учебного процесса не только по предмету «Физическая культура» в 1-4 классах, но и стимулирует учебно-познавательную сферу детей в целом.

Литература

1. Кожемов А. А., Несмеянов А. А., Черкесова Л. З. Совершенствование физических и психических способностей младших школьников в условиях применения модифицированной игры питебаскет // АФК №2(38), 2009., с. 9-14
2. Кожемов А. А., Несмеянов А. А. Питебаскет в основе физического воспитания. // АФК №3(19), 2004, с. 38-40
3. Евсеев С. П. Страницы истории адаптивной физической культуры в России // АФК №4(40), 2009, с. 4-11
4. Евсеев С. П., Калишевич С. Ю. Новые дидактические модели в сфере профилактики зависимого поведения средствами физической культуры, спорта и АФК // АФК №4(40), 2009, с. 24-26
5. Бальсевич В. К. Нашему «Зеленому» - десять лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. №3/2006, с. 2-5
6. Лубышева Л. И., Кондратьев А. Н. Здоровьеформирующая технология физического воспитания младших школьников на основе использования традиционного каратэ. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. №3/2006, с. 5-14.
7. Портных Ю. М., Данилов В. А., Бутузов Л. Л., Нгуен Фи Хай, Шелуднев В. А., Кирьянов В. В. Особенности проявления показателей эффективности при выполнении некоторых приемов игры в защите у занимающихся баскетболом учащихся общеобразовательных школ // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. №3/2006, с. 31-35.
8. Черкесова Л. З., Кожемов А. А., Несмеянов А. А. Единство физического и умственного развития в условиях игровой деятельности // Сборник материалов Всероссийской научной конференции «Физическая культура, спорт и туризм в регионах России: состояние, проблемы, перспективы», г. Карачаевск, 21-23 октября 2009 г.
9. Патент на полезную модель №83932 по заявке №2009108677 от 10.03.2009 г. Устройство для игры в радиальный баскетбол (питебаскет) в период дошкольного воспитания и начальных классов школы / Несмеянов А. А., Несмеянов Д. А., Несмеянов П. А., Несмеянова Н. А., Кожемов А. А., Кораблев С. В., Овчинников В. П., Черкесова Л. З. Опубл. 27.06.2009, бюл. №18.

ОБЗОР

Современные представления о механизмах влияния скоростно-силовых физических нагрузок на организм женщины

Панков Г. А., научный сотрудник,
Научно-практический лечебно-профилактический центра
спортивной медицины и здоровья,
Панкова Е. Г.,
НГУ имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Контакт: gfyrd@yandex.ru

Ключевые слова: обзор, механизм влияния, скоростно-силовые физические нагрузки, организм женщины.

Аннотация. В статье представлен обзор научных публикаций отечественных и зарубежных авторов за последние годы, посвященных проблеме механизмов влияния скоростно-силовых физических нагрузок на организм женщины. Проведен анализ имеющейся, на сегодняшний день в релевантной научной литературе, информации о различных эффектах скоростно-силовых физических нагрузок, которые проявляются в зависимости от возраста женщины и физиологического состояния женского организма. Определены перспективы использования этих знаний в женской адаптивном спорте и паралимпийском движении в целом.

Modern understanding of the mechanisms of influence power-speed physical exertion on the body, women

Pankov G., Researcher,
Scientific and practical therapeutic and preventive cent of sports
medicine and health.
Pankova E.,
National State Lesgaft University of Physical Culture, Sports and
Health, St. Petersburg

Keywords: review the mechanism of influence, force-speed exercise, the organism of women.

Abstract. An overview of scientific publications of domestic and foreign scholars in recent years on the issue of mechanisms to influence power-speed physical stress on the organism of women. The analysis of available, to date in relevant scientific literature, information about the various effects of power-speed physical stress, which manifest themselves in women's age and physiological state of the female body. The prospects of this knowledge in women's adaptive sports and the Paralympic Movement as a whole.

Введение

По настоящее время остаются нерешенными все основные вопросы патологической и физиологической динамической направленности изменений в организме женщины под влиянием скоростно-силовых физических нагрузок (ССФН). Основную сложность в этом вопросе, с точки зрения автора, представляет разноплановая полиэтиология факторов патогенеза которые, так же как и ССФН способны разнообразно влиять и изменять функции женского организма. С одной стороны это динамичный гормональный фон женского организма, влияние которого может изменять эффекты воздействия ССФН от терапевтического и до нарушения менструального цикла (НМЦ) с последующим нарушением репродуктивного здоровья женщины. С другой стороны различают врожденную (идеопатическую) генетически детерминированную патологию и приобретенную (травматическую и «допинговую» – у спортсменок) патологию. При исследовании механизмов влияния ССФН на организм женщины эти варианты следует рассматривать как фоновую патологию. Для получения достоверных результатов, фоновую патологию, в исследуемых выборках, следует сделать статистически незначимой. Несмотря на различие гормонального фона мужского и женского организмов, по настоящее время в спортивной практике структура подготовки спортсменов одинакова, но с той лишь разницей, что нагрузка женщин несколько ниже, чем у мужчин [4]. Метаболизм и механизм работы мышц так же имеет огромное значение в вопросах влияния силовых физических нагрузок на женский организм.