

Совершенствование физических и психических способностей младших школьников в условиях применения модифицированной игры питеербаскет

Кожемов А. А., 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

Черкесова Л. З., аспирант

Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х. М. Бербекова, г. Нальчик

Ключевые слова: питеербаскет, игровая среда, психические способности, умственное развитие, физическое развитие

Аннотация. Представлены результаты экспериментальных исследований акцентированного воздействия игровой среды (питеербаскета) в ходе уроков физической культуры на организм младших школьников. Доказано повышение темпов развития двигательных способностей, и активизация психических процессов младших школьников.

Improvement of physical and psychic abilities among junior schoolchildren using modification game piterbasket

A. A. Kozhemov, Ph. D., Assistant Professor

Kabardino-Balkarian State University

A. A. Nesmeyanov, Dr., Professor

Military Medical Academy

L. Z. Cherkesova, postgraduate student

Kabardino-Balkarian State University

Key words: piterbasket, play field and environment, psychic abilities, intellectual development, physical development.

Abstract. Experimental research in accented accomplishment of active play field and environmental (piterbasket) in the course of physical lessons, mode of optimal response reaction of an organism among junior schoolchildren having caused the integral development of physical and psychic abilities.

За последние годы в России количество практически здоровых детей, учащихся начальных классов, снизилось с 61 до 46%. С переходом из класса в класс здоровье и физическая подготовка школьников ухудшаются. По итогам общероссийского мониторинга состояния физического здоровья, физического развития детей, подростков и молодежи, проведенного в пяти федеральных округах, выявлено, что высокое физическое развитие имеют 9%, среднее – 57% и низкое – 34% младших школьников. Эти факты подтверждают негативные тенденции физического развития учащихся общеобразовательных школ.

Действующие программы по физическому воспитанию не в полной мере отвечают требованиям сегодняшнего дня. Несмотря на то, что игровая деятельность рассматривается как наиболее естественная природосообразная деятельность детей, с помощью которой они познают мир, она не находит должного применения на уроках физической культуры в младших классах.

Проанализировав имеющийся арсенал возможностей современных технологий, которые появились в последнее десятилетие, считаем це-

лесообразным, в качестве одного из способов совершенствования методики занятий по физической культуре, рекомендовать, прошедшую экспериментальную проверку, новую игру с мячом питеербаскет (радиальный баскетбол). Игра запатентована (А. А. Несмеяновым № 3871 от 10. 06. 2003 г.), обладает уникальной вариативностью, простотой и податливостью к целенаправленным изменениям [4].

За основу взята идея игры в баскетбол, но колец не одно, а три и все они расположены на стойке в центре круглой площадки. Высота стойки со щитами, на которых закреплены баскетбольные корзины, регулируется – от 115 до 305 см. Этот треугольник выполняет важнейшую роль: он неминуемо расширяет пространство игры и тем самым делает задачу забрасывания мяча в кольцо ещё более увлекательной [2, 3].

Предполагалось, что акцентированное применение воздействующей игровой среды (питеербаскета) в ходе уроков физической культуры, в режиме оптимальной ответной реакции организма учащихся начальных классов, будет способствовать интегрированному развитию физических и психических способностей [1].

Экспериментальное исследование осуществлялось в течение 2007–2008 учебного года на базе МОУ СШ № 3 г. Нальчика в начальных классах, с использованием метода параллельных групп: выбраны 138 учащихся начальных классов, которые были разделены на экспериментальные и контрольные группы (школьники 1, 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 образовательных 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 – питеербаскет.

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

Для проверки гипотезы исследования нами использовались показатели, отражающие изменения уровней фи-

зической подготовленности и психических способностей (память, мышление, внимание, сообразительность).

Данные обследования, полученные в начале эксперимента, показали, что на тот момент ученики экспериментальных и контрольных групп не имели достоверных различий по уровню развития физических и пси-

хических качеств.

Анализ показателей физического развития, при повторном тестировании по завершении эксперимента, выявил достоверно больший прирост результатов в экспериментальных по сравнению с результатами достигнутыми учащимися в контрольных группах практически по всем тестам: прыжок в длину с места, метание

мяча в цель, челночный бег 3x10 м ($p < 0,05$). При оценке результатов тестирования – прыжок в длину с места во втором классе, моторная память (левая рука) в третьем классе, челночный бег в четвертом классе не выявлена статистическая достоверность ($p > 0,05$), хотя и отмечается больший, чем в контрольных классах прирост (рис 1).

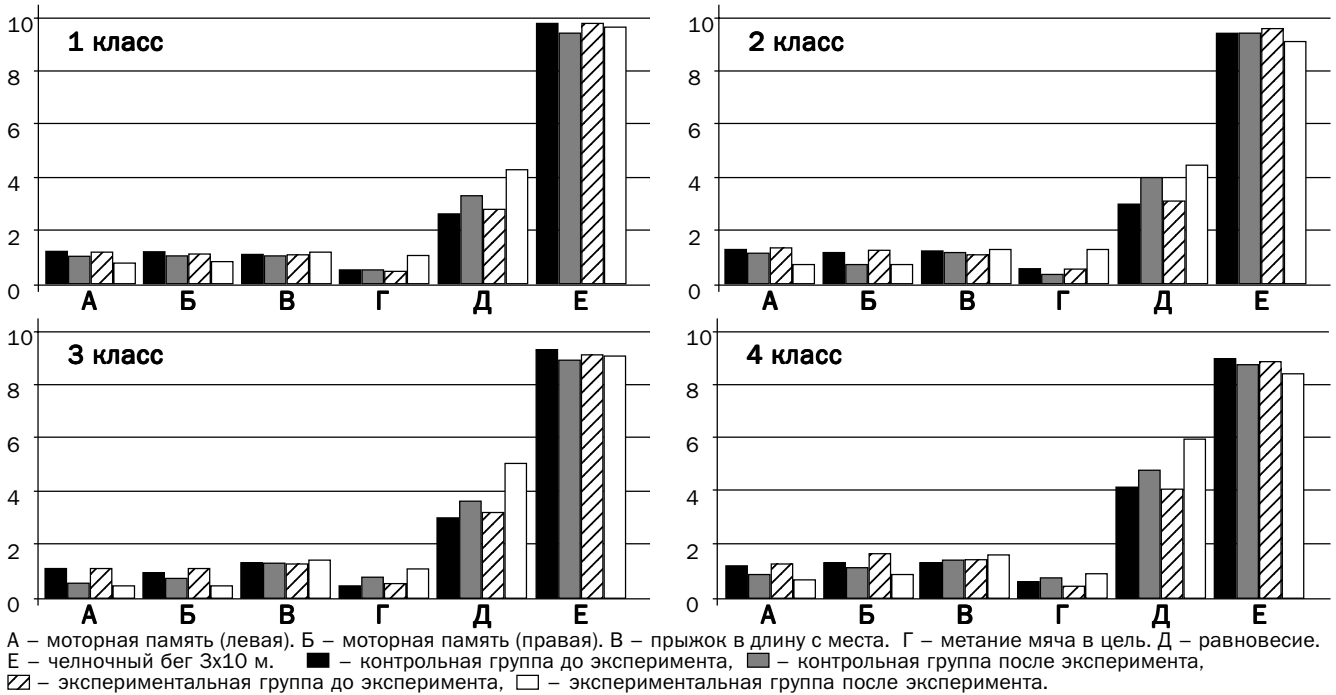


Рис. 1. Динамика физического развития учащихся начальной школы до и после эксперимента.

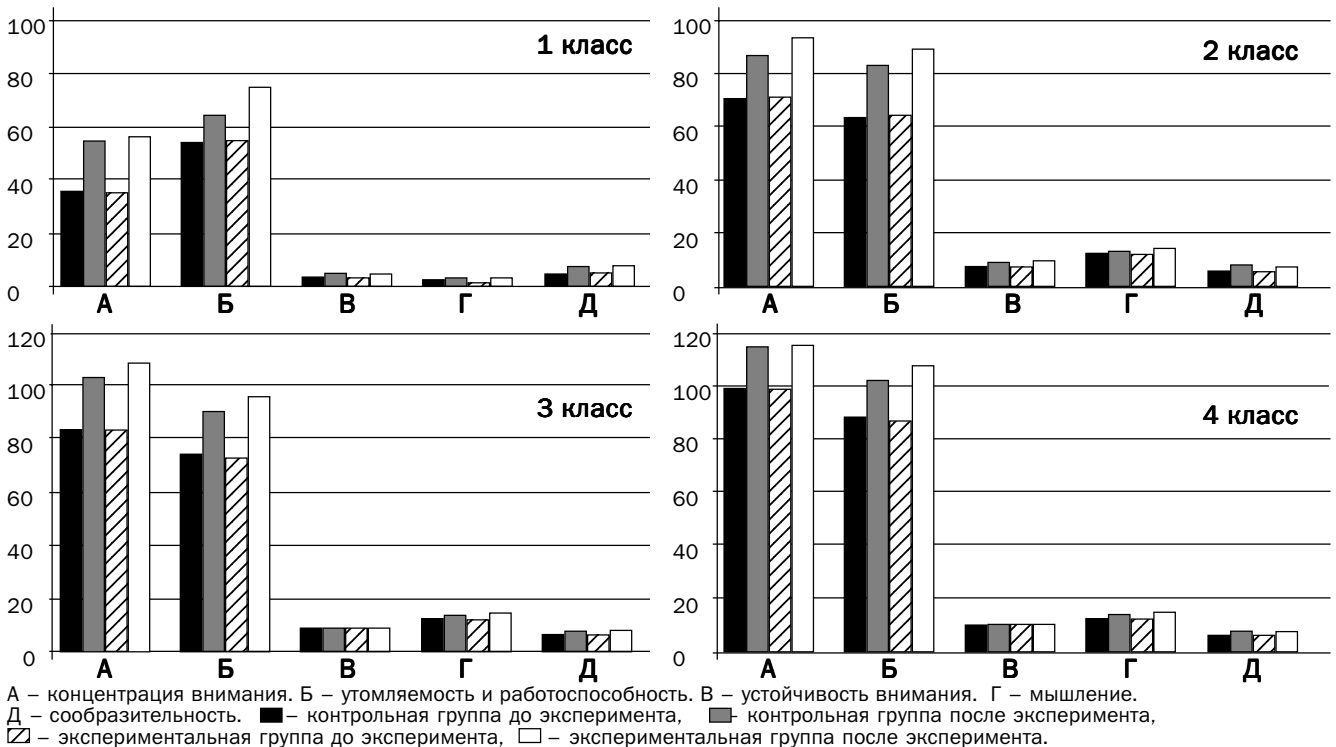


Рис. 2. Динамика умственного развития учащихся начальной школы до и после эксперимента.

При анализе данных тестирования психических способностей: оценка уровня внимания, мышления, сообразительности, а также креативности, по итогам повторной диагностики был выявлен статистически достоверный прирост результатов в экспериментальных группах ($p < 0,05$) по сравнению с данными входной диагностики (рис. 2), в отличие от показателей в контрольных группах ($p > 0,05$).

Полученные данные позволили убедиться в том, что занятия по экспериментальной программе, в основу которой была положена модифицированная игра питебаскет, позволили, не снижая уровня физической подготовленности, добиться повышения темпов развития двигательных способностей, обеспечив активизацию психических процессов

младших школьников.

Исследование подтвердило эффективность занятий физической культурой с учащимися 1–4 классов по экспериментальной методике с использованием модифицированной игры питебаскет.

Таким образом, интегральное воздействие питебаскета во взаимосвязи с базовыми средствами позволяет эффективнее решать задачи физического воспитания учащихся начальных классов общеобразовательных школ, повышая не только физическую, но и психическую составляющую личности ребенка.

Питебаскет, учитывая его универсальный характер и возможность адаптировать к широкому кругу занимающихся, можно рекомендовать для занятий с детьми, отнесенными

по состоянию здоровья к специальным медицинским группам.

Литература

1. Вселюбский Г. А. «Питебаскет-валид» (новые перспективы психической реабилитации). // Адаптивная физическая культура. 2003. № 3(14). – С. 38–39.
2. Несмеянов А. А., Несмеянов Д. А., Несмеянов П. А. Питебаскет. – СПб.: Геликон Плюс, 2002.
3. Портных Ю. И. «Питебаскет-валид» – большие возможности. // Адаптивная физическая культура. 2003. № 3(14). – С. 36–38.
4. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. В 2 т. Т. 2: Радиальный баскетбол (питебаскет), с. 238–242 / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с.: ил.
5. Портных Ю. И., Оноков И. В., Несмеянов А. А. Основы баскетбола. [Электронный ресурс]: учебное пособие. / Под общ. ред. В. П. Овчинникова – Электрон. дан. – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, сор. 2008. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).