

<http://base.garant.ru/197127/>.

8. *Federal state educational standard of the secondary (full) general education (2012). The order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 413 of 17.05.2012*, available at: <http://base.garant.ru/70188902/#help>

9. *Federal state educational standard of preschool education (2013). The order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 1155*, available at: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70412244/>.

Контактная информация: zdormon@gmail.com

Статья поступила в редакцию 23.01.2016

УДК 796.011.3

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДИКИ ОРГАНИЗАЦИИ
ЗАНЯТИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ПЛАВАНИЕМ С ЧАСТО БОЛЕЮЩИМИ
ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Марина Евгеньевна Снигур, кандидат педагогических наук, доцент,
Сургутский государственный педагогический университет, г. Сургут*

Аннотация

В статье сформулирована и экспериментально обоснована методика организации занятий по плаванию в дошкольной образовательной организации, которая направленной на оздоровление организма часто болеющих детей старшего дошкольного возраста.

Ключевые слова: организация оздоровительного плавания, часто болеющие дети, старший дошкольный возраст.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2016.01.131.p213-216

**EFFICIENCY OF USE OF THE TECHNIQUE FOR THE ORGANIZATION OF
HEALTH-IMPROVING SWIMMING OCCUPATIONS WITH CHILDREN OF HIGH
LEVEL OF MORBIDITY AT THE ADVANCED PRESCHOOL AGE**

*Marina Evgenievna Snigur, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Surgut State Pedagogical University, Surgut*

Annotation

In article the technique of the organization of classes in swimming in the preschool educational organization, which directed on improvement of the health of the children with high level of morbidity at the advanced preschool age is formulated and experimentally proved.

Keywords: organization of improving swimming, children with high level of morbidity, advanced preschool age.

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития общества выявлена тенденция ухудшения состояния здоровья взрослого населения и особенно детей. По мнению А.Л. Заплатниковой Н.А. Коровиной, только около 10% детей дошкольного возраста считаются здоровыми, высок процент функциональных – до 70% и хронических – до 50% заболеваний. Более 20% детей имеют дефицит массы тела. Часто болеющие дети имеют ряд особенностей, дезадаптирующих их и, как следствие, провоцирующих рецидивы болезни: например, чрезмерная зависимость от взрослого, психологическая инфантильность, повышенная тревожность [2].

Правильно организованный процесс обучения на занятиях по плаванию способен оказывает не только оздоровительный эффект но повысить уровень физического развития и физической подготовленности часто болеющих детей старшего дошкольного возраста [2]. Для обоснования эффективности методики организации занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми нами был проведен педагогический экспери-

мент в МБДОУ «Капелька». В эксперименте участвовало 40 часто болеющих детей в возрасте 5-6 лет, отобранных по анализу медицинских карт. Контрольная группа занималась по стандартной программе по плаванию. В экспериментальной группе занятия проходили по предложенной нами методике.

Содержание методики занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми старшего дошкольного возраста включало несколько основных периодов. Содержание каждого периода определялось в зависимости от уровня физического здоровья и физической подготовленности. Исходя из общих положений механизмов адаптации детского организма и особенностей здоровья детей, нами была установлена общая продолжительность курса оздоровительных занятий по плаванию в течение 10 месяцев (с сентября по июнь). Общая схема предусматривала выделение трех периодов тренировочных воздействий. Каждый из предложенных периодов включал в себя частные задачи, основные критерии перехода с одного периода в другой и продолжительность (таблица 1).

Таблица 1

Основные периоды оздоровительных занятий по плаванию с часто болеющими детьми старшего дошкольного возраста

Периоды	Частные задачи	Основные критерии перехода	Продолжительность каждого периода
Адаптационный	- адаптация детей к водной среде; - поддержание функциональных резервов дыхания на уровне, достаточном для обеспечения обычных возрастных нагрузок; - улучшение бронхиальной проходимости; - предупреждение возникновения повторных острых респираторных заболеваний	- умение выполнять полный выдох в воду; - умение открывать глаза и смотреть в воде; - свободно лежать на воде в положении на груди и на спине.	4-6 недель
Образовательно-тренирующий	- укрепление дыхательной мускулатуры; - активизация лимфо-и кровообращения в бронхолегочной системе; - адаптация детского организма к расширению объема и интенсивности физической нагрузки.	- умение сочетать выдох и выдох в воду с физическими упражнениями; - умение выполнять скольжение упражнения на груди; - освоение техники движения руками и ногами способом кроль на груди. - длительная задержка дыхания под водой.	25-26 недель
Стабилизационный	- закрепление приобретенных двигательных навыков; - расширение возможностей функциональной системы детского организма; - повышение иммунитета за счет раскрытия адаптационных механизмов детей		8-0 недель

Проведение занятий оздоровительным плаванием в каждом периоде предусматривало целенаправленную последовательность применения средств и методов с четкой регламентацией объема и интенсивности занятий (таблица 2).

Таблица 2

Структура проведения занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми старшего дошкольного возраста в каждом периоде

Периоды	Части занятия		
	Подготовительная	Основная	Заключительная
Адаптационный период	Упражнения на суше «Стрелка»	Сочетание общеразвивающих и специальных упражнений по плаванию	Применение речедвигательной гимнастики в воде
Образовательно-тренирующий	Использование произношений различных слогов при ходьбе в воде	Применение игровых заданий для обучения основным умениям и навыкам плавания	Применение оздоровительно-развивающих игр с использованием звукопроизношения.
Стабилизационный	Использование произношений различных слогов с погружением в воду	Выполнение двигательных упражнений с произношением различных звуков. Закрепление умений и навыков плавания	Подвижные игры и эстафеты в воде

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На формирующем этапе в результате анализа медицинских карт в начале и по окончании эксперимента, было выявлено, что в результате занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми дошкольного возраста в экспериментальной группе процент болеющих детей снизился по сравнению с контрольной группой (рисунок 1).

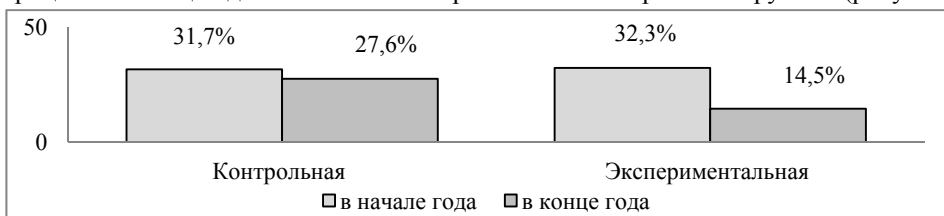


Рис. 1. Процентное соотношение часто болеющих детей в начале и конце эксперимента

Оценка физического развития и функциональной подготовленности проводилась по 5 индексам – весоростовой индекс Кетле, двойное произведение – индекс Робинсона, индекс Скибинского, индекс Шаповаловой, индекс толерантности к стандартной физической нагрузке Руфье [4] позволила определить уровни физического здоровья детей (таблица 3).

Таблица 3

Сравнительные показатели физического здоровья часто болеющих детей старшего дошкольного возраста (M±m)

Наименование	До эксперимента		P1	После эксперимента		P2	
	ЭГ	КГ		ЭГ	КГ		
ИНДЕКСЫ	Кетле	14,6±2,92	15,4±3,06	> 0,05	16,8±1,4	17,8±2,2	<0,05
	Робинсона	104±4,82	105±6,93	> 0,05	98,1±3,02	95±4,9	<0,05
	Скибинского	223±36,04	233±25,22	> 0,05	361±29,01	301±26,41	<0,05
	Руфье	18,0±1,08	17,7±1,84	> 0,05	14,4±3,52	16,8±2,49	<0,05
	Шаповаловой	54,8±10,61	57,6±8,23	> 0,05	83,4±9,31	71,1±7,14	<0,05

В экспериментальной группе произошли значительные изменения функциональной подготовленности, что является достоверным (P < 0,05) чем в контрольной группе.

Общая оценка уровня физического здоровья в баллах. Общая оценка физического здоровья часто болеющих детей старшего дошкольного возраста по каждому индексу и ряду показателей позволила определить уровень физического развития по баллам (таблица 4). До эксперимента в обеих группах у детей высокий и низкий уровень физического здоровья не выявлен, а ниже среднего уровень составил 10% девочек. В экспериментальной группе средний уровень выявлен у 70% детей, в контрольной группе у 60% девочек. Выше среднего уровень в экспериментальной группе составляет 20%, в контрольной группе – 30% детей. После проведенного эксперимента получены следующие результаты: в экспериментальной группе высокий уровень выявлен у 10% детей, 50% имеют выше среднего уровень, и 40% детей имеют средний уровень физического развития. В контрольной группе средний уровень составляют 70% детей, и 30% – вышесредний уровень.

Таблица 4

Сравнительная оценка уровней физического развития детей старшего дошкольного возраста в баллах

Уровни	Балл	До эксперимента		После эксперимента	
		Э	К	Э	К
Высокий	23÷25	-	-	1/10	-
Выше среднего	19÷22	2/20	3/30	5/50	3/30
Средний	14÷18	7/70	6/60	4/40	7/70
Ниже среднего	10÷13	1/10	1/10	-	-
Низкий	5÷9	-	-	-	-

ВЫВОД

Предложенная нами методика организации занятий оздоровительным плаванием с часто болеющими детьми старшего дошкольного возраста обеспечила оптимальный уровень нагрузки, адекватный физическому состоянию занимающихся. Способствовала положительной динамике показателей физической здоровья, что выражено в достоверном улучшении результатов во всех контрольных упражнениях и их превосходстве у детей экспериментальной группы по сравнению с детьми контрольной группы. Эффективность предложенной методики подтверждена данными физической и функциональной подготовленности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Богина, Т.И. Современные методы оздоровления дошкольников / И.Т. Богина, И.Б. Куркина, Е.А. Сагайдачная. – М. : Изд-во «Мозаика-Синтез», 2011. – 158 с.
2. Булгакова, Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание : учебное пособие / Н.Ж. Булгакова. – М. : Издательство «Академия», 2005. – 432 с.
3. Заплатников, А.Л. Часто болеющие дети: современное состояние проблемы / А.Л. Заплатников, Н.А. Коровина // Вопросы практической педиатрии. – 2008. – № 3 (5). – С. 103-109.
4. Поляков, С.Д. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников : метод. пособие / С.Д. Поляков, С.В. Хрущев, И.Т. Корнеева. – М. : Изд-во «Айрис – Пресс», 2006. – 96 с.

REFERENCES

1. Bogina, T.I., Kurkina, I.B., and Sahaidachny, E.A. (2011), Modern methods of rehabilitation of preschool, publishing house "Mozaika-Sintez" Moscow, Russian Federation.
2. Bulgakova, N.J. (2005), *Recreation, Therapeutic and adaptive swimming: a tutorial*, publishing House "Academy", Moscow, Russian Federation.
3. Zaplatnikov, A.L. and Korovin, N.A. (2008), "Often ill children: state of the art", *Questions of Practical Pediatrics*, No. 3 (5). pp. 103-109.
4. Polyakov, S.D., Khrushchev S.V., and Korneev I.T. (2006), *Monitoring and correction of the physical health of students*, publishing house «Iris – Press» Moscow, Russian Federation.

Контактная информация: m.snigur2011@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 08.12.2015

УДК 796.011.3

ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА КРУГОВОЙ ТРЕНИРОВКИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С НАРУШЕНИЕМ РЕЧИ

*Марина Евгеньевна Снизур, кандидат педагогических наук, доцент,
Владимир Владимирович Власов, кандидат педагогических наук, доцент,
Сургутский государственный педагогический университет, г. Сургут,
Николай Владимирович Власов, доцент,
Шадринский государственный педагогический институт, г. Шадринск*

Аннотация

Содержание статьи посвящено обоснованию применения метода круговой тренировки на занятиях физической культуры детей старшего дошкольного возраста с нарушением речи. В статье представлены разновидности применения форм круговой тренировки и организационно-методические рекомендации при проведении занятий. Представленные результаты эмпирического исследования доказывают, что круговая тренировка не только повышает моторную плотность занятия но, является один из наиболее эффективных способов повышения общей физической подготовленности детей.

Ключевые слова: круговая тренировка, занятия по физической культуры, дети старшего дошкольного возраста, нарушение речи, физическая подготовленность.