

- у старшеклассниц отмечается низкая мотивация к повышению уровня своей физической подготовленности, во многом обусловленная неудовлетворенностью уроками как средством полноценного развития физических качеств;

-разновидности аэробики (танцевальная, силовая и др.) являются теми видами двигательной активности, которые в большей степени отвечают потребностям и интересам старшеклассниц.

АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ К ШКОЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ

М.С. Данилейко

На современном этапе развития образовательной системы в средней школе существует острая потребность в изучении, профилактике и коррекции негативных явлений в поведении первоклассников при адаптации их к условиям школы.

Задачами данного исследования являются:

- исследования коррекции поведения ребенка средствами физической рекреации,

- апробация методики физической рекреации с целью коррекции поведения младших школьников.

Учащиеся первых классов после учебных занятий посещают уроки в секциях дополнительного образования, а именно настольного тенниса и спортивных танцев. Эти спортивные направления нами выбраны по двум причинам, во-первых, это – парная деятельность, которая требует умения совместно принять решения в управлении своими действиями и действиями партнера. Во-вторых, в спортивных танцах наблюдается элемент сотрудничества, взаимодействия между детьми, в отличие от настольного тенниса, где ярко выраженную направленность имеет элемент соперничества между ними.

Мы предположили, что занятия физической рекреацией с детьми асоциального типа поведения с учетом их индивидуально-психических особенностей позволят ускорить процесс адаптации школьников к учебной деятельности и окажут положительное влияние на изменение стереотипа поведения занимающихся.

Педагогический эксперимент проводился в четыре этапа. В эксперименте приняли участие учащиеся первых классов школ № 156 и № 619 Калининского района Санкт-Петербурга (n=40). Педагогам, работающим в классах, была предложена схема социальной адаптации, разработанная Э.М. Александровской (1984), для определения уровня социализации ребенка в различных сферах учебной деятельности.

На начальном этапе занятия по этой методике проводились в конце каждой учебной недели первой четверти и далее два раза в месяц в течение всего учебного года. На основании полученных данных нами были определены группы адаптированных и дезадаптированных учащихся. Учащиеся, испытывающие затруднения в восприятии норм школьной жизни, отобранные по схеме наблюдения социальной адаптации, составили экспериментальную и контрольную группы.

На втором этапе исследования определялись индивидуально-типологические различия между адаптированными и дезадаптированными учащимися. В группу дезадаптированных детей попали ученики с нарушениями в эмоциональной сфере, условно мы выделили две формы проявления нарушений: агрессивная и депрессивная. На третьем этапе исследования проводились контрольные испытания физической подготовленности детей и замерялись показатели их самочувствия, активности и настроения.

На четвертом этапе исследования проводилось сравнение изменений психологических и социальных показателей за учебный год адаптированных учащихся и учащихся контрольной и экспериментальной групп.

Результаты проведенного педагогического эксперимента представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1

Сравнительная характеристика адаптированных и дезадаптированных учащихся до эксперимента (среднее арифметическое и t-критерий Стьюдента)

Критерии сравнения	Адаптированные учащиеся	Учащиеся дезадаптированные и с неполной адаптацией	$P_{\alpha} < 0,05$
Корректирующая проба: количество ошибок	2,1	3,8	+
продуктивность внимания	130	78	+
количество знаков	-	-	-
Метод шифровки Векслера	29	23	+
Метод цветных выборов по Люшеру: работоспособность	16,5	14,6	+
уровень тревожности	1,7	3	+
значение «Я»	-	-	-
отношение к учебе	-	-	-
Шкала САН: самочувствие	-	-	-
настроение	-	-	-
активность	3,4	2,6	+
Шкала память: визуальная память	-	-	-
слуховая память	5,4	4,4	+
Вербально-логическое мышление	4,8	3,9	+
Схема социальной адаптации (Э.М. Александровская): учебная активность	4,6	2,9	+
учебная успешность	4,5	3	+
поведение на перемене	4,7	3,2	+
поведение на уроке	4,7	3,3	+
отношения с одноклассниками	4,7	3,3	+
отношения с учителями	4,7	3,4	+
преобладающее настроение	4,1	3,5	+
Социометрия	2,6	2,4	+
Бег 30 метров (баллы)	16,5	10,8	5,1
Прыжок в длину с места (баллы)	12,8	10,3	2,5
Наклон туловища вперед (сидя на полу) (баллы)	15	9,6	4,9

Оценка социальных контактов учащимися: отношения с учителями	4,8	4,5	+
отношения с ребятами	4,7	4,3	+
отношение к урокам	4,6	4,2	+
отношения с родителями	-	-	-

Таблица 2

Сравнительная характеристика адаптированных и дезадаптированных учащихся после эксперимента (среднее арифметическое и t-критерий Стьюдента)

Критерии сравнения	Адаптированные учащиеся	Дезадаптированные учащиеся		$P_{\alpha} < 0,05$
		экспериментальная группа	контрольная группа	
Корректурная проба: количество ошибок	1,7	1,8	3	+
продуктивность внимания	128	129	93	+
Метод шифровки Векслера	48	48	40	+
Метод цветowych выборов по Люшеру: работоспособность	12,6	12,8	9,9	+
уровень тревожности	1,3	1,4	2,2	+
Шкала САН: активность	3,4	3,7	2,9	+
Слуховая память	5,9	6	4,9	+
Вербально-логическое мышление	5,6	5,8	3,5	+
Схема социальной адаптации (Э.М. Александровская): учебная активность	4,4	4	3,4	+
учебная успешность	4,4	3,9	3,3	+
поведение на перемене	4,2	4	3,1	+
поведение на уроке	4,5	4,5	3,2	+
отношения с одноклассниками	4,6	4,5	3,4	+
отношения с учителями	4,5	4,2	3,6	+
преобладающее настроение	4,4	4,3	3,7	+
Социометрия	2,6	2,7	2,4	+
Бег 30 метров (баллы)	13,6	13,8	12,3	+
Прыжок в длину с места (баллы)	12	11	10	+
Наклон туловища вперед (сидя на полу) (баллы)	10,2	10,5	10	-
Оценка социальных контактов учащимися: отношения с учителями	4,8	4,7	4,7	-
отношения с ребятами	4,5	4,8	4,1	-
отношение к урокам	4,5	4,5	4,4	-

ВЫВОДЫ

Таким образом, полученные данные, касающиеся положительной динамики показателей интеллектуального и психического состояний занимающихся, а также физической подготовленности и социализации, бесспорно, свидетельствуют об эффективном комплексном влиянии занятий по специально разработанной методике рекреационных занятий с учетом индивидуальных особенностей занимающихся на состояние психики, организма и социальной адаптации учащихся первых классов. Эффективность данной методики заклю-

чается в том, что в течение учебного года у испытуемых происходит устойчивое увеличение энергетических резервов и социальных контактов, а также готовности к их реализации. Данные изменения сопровождаются устойчивым эмоциональным фоном.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич, В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи/В.К. Бальсевич//Физ. культ.: воспитание, образование, тренировка, 1996. - № 1. - С. 23-25.
2. Вишневский, В.А. Системный подход к организации оздоровительной работы в образовательном учреждении /В.А. Вишневский// Теория и практика физ. культуры. - 2003. - N 4. - С.39-44
3. Зайцев, Г.К. Потребностно-мотивационная сфера физического воспитания студентов /Г.К. Зайцев//Теория и практика физической культуры. - 1993. - N.7. -С.21-24.
4. Мухина, А.В. Особенности рекреационных занятий с отягощениями со школьниками - инвалидами по зрению. Автореф. дис. ...канд.пед.наук/А.В. Мухина; СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. – СПб., 1999. -27с.
5. Платонова, Т.В. Система комплексного воздействия методик здорового образа жизни в интересах физического и психического здоровья человека. Автореф. дис. ...канд. пед. наук/Т.В. Платонова. - СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта. – СПб., 2003. - 23с.
6. Соленова, Р.И. Подготовка детей 6-8 лет к обучению в школе средствами физического воспитания. Автореф. дис... канд. пед. наук /Р.И. Соленова. – Краснодар: ГАФК, 1999 – 23с.
7. Шитикова, Г.Ф. Теоретико-методические основы физической рекреации школьников /Г.Ф. Шитикова//Актуальные проблемы теории и методики физической культуры как-учебной дисциплины. - Л., 1986. -59 с.
8. Шпитальная, О.А. Физическая рекреация младших школьников с проблемами интеллекта в условиях детского дома./ О.А. Шпитальная; СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. - СПб, 2000 - 22с.
9. Александровская, Э.М. Проблемы адаптации детей и подростков/ Э.М. Александровская, Г.Н. Сердюковская, С.М. Громбах; Под ред. Г.Н. Сердюковской, С.М. Громбаха. - М.: [б.и.], 1984 – 137с.

ТЕХНОЛОГИЯ УСКОРЕННОГО РАЗВИТИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ У КУРСАНТОВ ВУЗА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫХ ВОЙСК НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ОБУЧЕНИЯ

К.Н. Дементьев, О.В. Пристав

Как показывают исследования, проведенные в последние годы, около 30% первокурсников вузов железнодорожных войск получают неудовлетворительные оценки по физической подготовке, особенно связанной с проявлением скоростно-силовых качеств.

В связи с этим необходим научный поиск наиболее эффективных средств, форм и методов физической подготовки для курсантов вузов железнодорожных войск.

Поэтому исследование было направлена на изучение слабых мест в фи-