

Донецький національний університет. Теорія і практика фізичного виховання. Науково-методичний журнал № 1/2008. Спеціальний випуск за матеріалами науково-практичної конференції «Здоров'я і освіта: проблеми та перспективи» Донецьк, ДонНУ – 2008.

С. 430-436

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Швец О.П.

*Винницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Аннотация. В работе раскрыты особенности изменений морфофункциональных показателей детей младшего школьного возраста, определена динамика уровней развития психических процессов и физической подготовленности.

Анотація. У роботі розкрито особливості змін морфофункціональних показників дітей молодшого шкільного віку, визначена динаміка рівнів розвитку психічних процесів і фізичної підготовленості.

Annotation. The modifications of morph-functional qualities at junior age are published in the article. The dynamics of psychological processes and physical capability is indicated as well.

Ключевые слова: младшие школьники, психические процессы, физическая подготовленность, морфофункциональные показатели.

Ключові слова: молодші школярі, психічні процеси, фізична підготовленість, морфофункціональні показники.

Key words: juniors, psychological processes, physical capability, morph-functional qualities

Актуальность. В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития и исходя из сущности общего среднего образования, целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему, гармоничному развитию

личности. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение школьниками основ физической культуры. Ее слагаемые – крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения (освоение способы) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Физическое развитие и физическое воспитание школьников остается насущной проблемой для родителей, школы, внешкольных учреждений, оздоровительных лагерей, дворцов спорта. Учитывая сложности жизни, эта проблема становится наиболее актуальной, учитывая неблагоприятную экологическую и социальную обстановку в отдельных климатогеографических зонах Украины [1-5].

Хорошая физическая подготовленность, определяемая уровнем развития основных физических качеств, является основой работоспособности во всех видах учебной, трудовой и спортивной деятельности, а также важным компонентом состояния здоровья. Из этого далеко не полного перечня видно, насколько важно заботиться учителю о постоянном повышении уровня физической подготовленности (Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко, 1998; Р.М. Баевский, 1979; В.К. Бальсевич, 1996; А.П. Новиков, Н.И. Новиков, 1999; и др).

Однако до настоящего времени недостаточно объективных данных, на основе которых можно более качественно осуществлять физическое воспитание школьников.

Цель исследования – совершенствование методов физического воспитания младших школьников для повышения уровня их психофизического состояния.

Задачами исследования были: изучить особенности изменений морфофункциональных показателей детей младшего школьного возраста и определить динамику уровня развития их психических процессов и физическую подготовленность.

Задачи реализовались посредством следующих **методов исследования**: анализ специальной научно-методической литературы; антропометрии; педагогические наблюдения; педагогическое тестирование; психологическое тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Организация и результаты исследования . Исследование проходило с сентября 2007 г. по июнь 2008 г. на экспериментальной базе Винницкой средней школе № 20. В нем приняло участие 210 детей в возрасте 6-8 лет.

Анализ динамики возрастных изменений средне групповых показателей физического развития свидетельствуют об увеличении значений абсолютного большинства изучаемых признаков по мере взросления детей (табл.1).

Таблица 1

Показатели физического развития дете 6-8 лет

№ п/п	Показатели	Пол.	1-й этап			2-й этап		
			Возраст (лет)					
			6 Mx ± Smx	7 Mx ± Smx	8 Mx ± Smx	6 Mx ± Smx	7 Mx ± Smx	8 Mx ± Smx
1.	Длина тела, см	м	117,0	125,6	127,3	122,9	128,0	129,1
		д	0,58	0,76	0,85	0,58	0,85	0,89
			113,8	122,9	127,9	122,9	126,0	131,7
			0,98	0,96	0,94	1,00	1,12	0,98
		м	21,5	23,0	26,,6	23,6	25,6	29,2
		д	0,45	0,87	0,69	0,66	0,96	0,88
2.	Масса тела, кг		20,7	21,1	26,2	22,7	23,3	29,1
			0,74	0,89	1,04	0,59	1,03	0,85
		м	58,0	61,3	62,3	61,1	62,6	63,5
3.	ОГК, см	д	0,48	0,58	0,58	0,45	0,76	0,76
			58,3	60,7	60,9	61,0	60,7	61,5
			0,67	1,03	0,45	0,63	0,98	0,45
4.	ЖЕЛ, л	м	1,50	1,67	1,83	1,59	1,82	1,94
		д	0,05	0,05	0,04	0,07	0,06	0,05
			1,39	1,53	1,59	1,53	1,63	1,69
			0,05	0,09	0,06	0,06	0,05	0,06
		м	26,6	34,5	39,2	32,2	36,6	43,1
		д	0,85	0,95	1,12	0,91	0,75	0,82
5.	Кистевая динамометрия		22,4	25,6	28,3	24,1	25,8	30,4
			0,91	1,01	1,00	0,84	0,69	0,66

К моменту поступления в школу двигательный аппарат ребенка в целом развит еще недостаточно и не может в полной мере обеспечить совершенную функцию работоспособности. Но тем не менее в этот период отмечается необходимый минимум зрелости, который служит основой для последующего интенсивного нарастания длительных функций на протяжении второго детства. Обычно кривая роста размерных показателей тела ребенка в возрасте 6-8 лет имеет равномерную тенденцию нарастания, которая постепенно затухает к 10-11 годам (И.Н. Усов, 1984; D.D. Pasct. R. A. Roberts, 1991).

Анализ статистической обработки результатов обследования детей позволяет констатировать наличие элементов полового диморфизма по характеристикам роста (6, 7 лет), ЖЕЛ (8 лет), кистевой динамометрии (6, 8 лет).

В группах шестилеток обоего пола выявлены существенно более высокие темпы прироста по сравнению с семилетними детьми по абсолютному большинству признаков ($P < 0,01$). Аналогичная ситуация зафиксирована и у 7-8-летних детей.

При выявлении половых особенностей темпов прироста показателей физического развития удалось сделать несколько обобщений:

- в шестнадцати случаях из двадцати одного изучаемых установлено достоверное различие мальчиков и девочек, что делает очевидным факт серьезных различий между ними в контексте рассматриваемого вопроса;

- у девочек более высокие темпы прироста установлены по признакам длины тела (6-8 лет), ЖЕЛ (6 лет); кистевой динамометрии (7-8 лет); у мальчиков ОГК (7-8 лет), ЖЕЛ (7 лет), кистевой динамометрии (6 лет). Различия между мальчиками и девочками во всех возрастах отсутствуют только по показателям веса тела;

- установленные различия очень существенны ($P < 0,01 \div 0,001$).

Таким образом, полученные факты делают возможным сформулировать тезис о существенных различиях в темпах прироста показателей физического развития детей 6-8 лет.

Одним из основных моментов развития детей в период перехода из дошкольников в школьники является психическое развитие. В онтогенезе оно просматривается, в основном, в виде познавательных процессов.

Особенности развития познавательных процессов детей имеют

существенное значение в период адаптации к школе и в дальнейшем влияют на успешность освоения ими учебной деятельности.

Оценивая в целом возрастную динамику средних групповых показателей психических процессов детей 6-8 лет, можно заключить, что по абсолютным значениям прослеживается постоянное повышение значений их уровня в ходе взросления детей как у мальчиков, так и у девочек (табл.2).

Таблица 2

Достоверность различий средних групповых показателей психических процессов детей 6-8 лет

№ п/п	Показатели	Пол	Возраст (лет)					
			6		7		8	
			t	P	t	p	t	P
Память								
1.	Слуховая	м	4,20	0,001	2,67	0,01	2,25	0,05
		д	4,62	0,001	2,86	0,05	4,49	0,001
2.	Моторно-слуховая	м	2,76	0,01	2,32	0,05	3,40	0,001
		д	3,34	0,001	2,09	0,05	3,06	0,01
3.	Зрительная	м	6,07	0,001	3,17	0,01	2,57	0,05
		д	14,9	0,001	5,02	0,001	4,11	0,001
Воображение								
4.	Оригинальность решения задач	м	4,76	0,001	-	-	-	-
		д	5,09	0,001	-	-	-	-
5.	Творческое	м	5,53	0,001	-	-	-	-
		д	4,91	0,001	-	-	-	-
6.	Воссоздающее	м	6,01	0,001	-	-	-	-
		д	5,23	0,001	-	-	-	-
Восприятие								
7.	Степень развития наблюдательности	м	7,06	0,001	2,45	0,05	4,08	0,001
		д	8,64	0,001	2,70	0,01	3,31	0,001
8.	Адекватность воспроизведения	м	-	-	3,91	0,001	3,32	0,001
		д	-	-	3,09	0,01	2,16	0,05
9.	Степень развития объема	м	5,16	0,001	5,60	0,001	3,49	0,001
		д	7,55	0,001	6,44	0,001	2,44	0,05
Мышление								
10.	Анализ, сравнение и обобщение	м	-	-	-	-	-	-
		д	-	-	-	-	-	-
11.	Наглядно-образное	м	6,75	0,001	2,13	0,05	2,17	0,05
		д	3,75	0,001	4,15	0,001	3,45	0,001
12.	Логическое	м	-	-	3,33	0,001	2,63	0,05
		д	-	-	-	-	-	-
Внимание								
13.	Произвольное	м	4,81	0,001	2,27	0,05	2,92	0,01
		д	2,88	0,01	2,09	0,05	4,75	0,001
14.	Переключение и распределение	м	-	-	4,24	0,001	3,01	0,01
		д	-	-	3,13	0,01	3,53	0,001
15.	Устойчивость	м	-	-	-	-	3,53	0,001
		д	-	-	-	-	2,11	0,05

В ходе обследования детей определено наличие элементов полового диморфизма, которые по темпам прироста выявлены по большинству «познавательных» процессов с очевидным преимуществом мальчиков в шесть и восемь лет и с незначительным преимуществом у девочек в семилетнем возрасте.

Определение степени зависимости успешности обучения от уровня развития познавательных процессов осуществлялась на основе оценки коэффициентов корреляции между результатами психологического тестирования и работоспособности детей.

Как показали наши исследования, по большинству психических процессов установлена достоверная высокая связь с возможностями выполнения какой-либо двигательной деятельности, причем по мере взросления детей, что, по-нашему мнению, обусловлено естественными процессами онтогенетического развития детей, эта способность возрастает.

В тоже время, изучение психических процессов в ходе не стимулированного обучения и воспитания в годичном цикле показало, что эта тенденция сохраняется не в полной мере. Интегральные показатели внимания значительно уменьшаются во всех возрастах как у девочек, так и у мальчиков.

Выявлены следующие показатели, достоверно изменившиеся в годичном цикле:

- шесть лет - воображение, восприятие (мальчики и девочки);
- семь лет - восприятие, внимание (мальчики и девочки);
- восемь лет - память, восприятие, мышление (мальчики и девочки);

хороший уровень физической подготовленности наряду с другими факторами является одним из главных условий успешности подготовки и адаптации детей к систематическому обучению в общеобразовательной школе.

Именно поэтому в данном разделе работы рассматриваются возрастные аспекты, характеризующие различные стороны развития физических качеств детей 6-8 лет. В результате исследований выявлены следующие особенности:

а) достоверное увеличение абсолютного большинства показателей физической подготовленности детей в группе шестилетних детей обоего пола ($P < 0,01$ г $0,001$). Вместе с тем, характеристики гибкости как у мальчиков, так и у девочек значительно уменьшаются.:

б) аналогичная картина, выявленная в семилетнем возрасте. Единственное отличие от шестилетних детей заключается в том, что у девочек не произошли существенные изменения и по показателю быстроты;

в) дальнейшее сокращение количества физических качеств, достоверно изменившихся в группах детей обоего пола в возрасте восьми лет. Из пяти основных физических качеств гибкость продолжает уменьшаться, а положительные сдвиги установлены по силе (мальчики), выносливости (мальчики и девочки), ловкости (мальчики).

Результаты анализа различий в уровне физической подготовленности между детьми смежных возрастов свидетельствуют о том, что шестилетние дети значительно уступают семилетним по всем физическим качествам, исключая гибкость.

Восьмилетние учащиеся имеют более высокие показатели по скорости и силе (мальчики), выносливости, ловкости (мальчики и девочки) и уступают семилетним школьникам по гибкости. Не установлено достоверных различий между семи- и восьмилетними детьми по скорости и силе (девочки).

Элементов полового диморфизма по показателям физической подготовленности во всех возрастах не установлено, за исключением силовых качеств в восьмилетнем возрасте.

Максимальное значение темпов прироста колеблется от 29,6% (выносливость у шестилетних мальчиков) до 4,7% (ловкость у восьмилетних девочек).

Установлено, что в каждом отдельном возрасте темпы прироста физических качеств имеют тенденцию к увеличению. Исключение составляет только такое качество, как гибкость, которое подвержено регрессу у детей обоего пола, начиная с шестилетнего возраста с интенсивным продолжением

этого процесса у семи- и восьмилетних детей.

И, наконец, рассмотрение меж половых различий темпов прироста основных физических качеств позволяет выявить наличие следующих элементов половых диморфизма: с преимуществом девочек: выносливость (6 лет); с преимуществом мальчиков: сила, гибкость (6 лет), быстрота, сила, ловкость (7 лет); сила выносливость, гибкость и ловкость (8 лет).

Выводы. По итогам констатирующего эксперимента можно заключить, что средне групповые показатели физического развития детей от 6 до 8 лет увеличиваются. Однако темпы прироста средне групповых показателей с возрастом не одинаковы. Они уменьшаются с началом обучения в школе и вновь нарастают по мере адаптации детей к учебной деятельности.

Результаты, характеризующие возрастную динамику физической подготовленности детей 6-8 лет свидетельствуют о том, что наибольшие темпы прироста наблюдаются в шестилетнем возрасте, в 7-летнем – отмечается их замедление и с 8 лет – вновь нарастание.

Результаты, характеризующие возрастную динамику психических процессов детей 6-8 лет, позволяет констатировать, что с началом обучения в школе обнаруживается тенденция уменьшения темпов их прироста, что указывает на неблагоприятные условия развития детского населения в этот период. По мере адаптации учащихся к процессу обучения (со второго класса) темпы улучшения основных характеристик физического развития, физической подготовленности и психической подготовленности восстанавливаются.

Литература

1. Апанасенко Г.Л. Соматическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида / Г.Л. Апанасенко, Р.Г. Науменко // Теор. И практ. физ. культ. - МЛ 998. - № 4. - С. 29-30.
2. Баевский Р.М. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. / Р.М. Баевский - М.: Медицина, 1979. - 298 с.
3. Билецкая В.В. Теоретико-методическое обоснование тестирования физической подготовленности младших школьников в процессе физического

воспитания: Авторе, дис. ... к.п.н. (13.00.04). / В.В. Билецкая - М.: ГЦОЛИФК, 1989.-23 с.

4. Леонова В.А. Дифференцированный подход к выбору методов совершенствования двигательных качеств младших школьников: Авторе, дис.... к.п.н. (13.00.04). / В.А. Леонова -М.: ВНИИФК, 1990. - 18 с.

5. Мазепина Е.В. Возрастная динамика показателей физической подготовленности детей 6-8 лет / Е.В. Мазепина //Биомеханика, Морфология, Спорт: Сборник научных трудов. - Смоленск, 2000. - С. 195-198.