

Белявцева Светлана Валерьевна,

учитель физической культуры,

Мельникова Марина Михайловна,

учитель физической культуры,

МКООУ «Санаторная школа-интернат №64»,

г. Прокопьевск, Кемеровская область, Россия

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Исследование, освещённое в статье, связано с особенностями развития координационных способностей детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры. Результаты исследования показали, что разработанный комплекс специальных упражнений способствует повышению уровня координационных способностей детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: младшие школьники, координационные способности школьников, уроки физической культуры в начальной школе, комплексы физических упражнений для младших школьников.

Marina M. Melnikova,

Physical education teacher,

Svetlana V. Belyavtseva,

Physical education teacher,

School number 64,

Prokopyevsk, Kemerovo region, Russia

THE FEATURES OF YOUNGER SCHOOL AGE CHILDREN COORDINATING ABILITIES EDUCATION IN PHYSICAL CULTURE LESSONS

The study is dedicated to identifying the features of nurturing the coordination abilities of children of primary school age in physical education classes; the results show that the developed complex of special exercises helps to increase the level of coordination abilities of children of primary school age.

Keywords: coordination abilities, younger students, physical education lessons, exercise complexes.

Совершенствование координационных способностей (помимо остальных физических качеств) в младшем школьном возрасте является актуальной задачей процесса обучения и воспитания, тем более что младший школьный возраст является самым благоприятным в этом отношении [1].

Целью исследования является выявление особенностей развития координационных способностей детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры. Исходя из цели исследования, можно выделить следующие **задачи**:

- проанализировать данные научно-методической литературы, раскрывающей особенности процесса развития координационных способностей детей младшего школьного возраста;
- разработать комплекс специальных упражнений для развития координационных способностей детей младшего школьного возраста;
- доказать, что применение разработанного комплекса специальных упражнений способствует повышению уровня координационных способностей детей младшего школьного возраста.

Для решения поставленных задач применялись следующие **методы исследования**: анализ научно-методической литературы; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Исследование было организовано в несколько этапов. Первый этап (2017-2018 уч. год) был посвящен анализу и обобщению данных научно-методической литературы [1; 2]. Второй этап (2018-2019 уч. год) – проведение педагогического эксперимента – включал в себя педагогические контрольные испытания (тесты) на начальном и итоговом этапах; апробацию комплекса специальных упражнений для развития координационных способностей детей младшего школьного возраста; обобщение полученных в ходе экспериментальной работы данных.

Испытуемые в ходе эксперимента школьники были разделены на две группы: экспериментальную и контрольную, по 11 человек в каждой.

Педагогический эксперимент был проведён с целью поиска наиболее эффективного комплекса упражнений для развития координационных способностей у школьников младшего школьного возраста на уроках физической культуры. В эксперименте были задействованы практически все школьники испытуемого класса (22 человека) кроме тех, кто имел освобождения от занятий физической культурой по состоянию здоровья.

По результатам исследования можно увидеть, что между показателями экспериментальной и контрольной групп и у девочек, и у мальчиков отсутствуют достоверные различия по всем четырем тестовым показателям ($p > 0,05$).

Для улучшения результатов тестирования (повышения уровня координационных способностей) занимающимся был предложен специально разработанный комплекс упражнений. Упражнения разработанного комплекса были дополнительно введены в основную часть уроков физической культуры, проводимых 3 раза в неделю в течение 3 месяцев.

Сопоставление результатов исходных и итоговых тестирований экспериментальной группы по контрольным упражнениям показывает, что в первом тесте (*Два кувырка вперед*) у всех школьников экспериментальной группы (и у девочек, и у мальчиков) выявлены достоверные приросты ($p < 0,05 - 0,01$). В контрольной группе отмечен лишь незначительный прирост показателей данного теста, причем и у девочек, и у мальчиков ($p > 0,05$).

По второму тесту (*Челночный бег*) замечен достоверный прирост результатов у всех школьников (девочки и мальчики) экспериментальной группы ($p < 0,001$). В контрольной группе изменения не столь явные, они не носят статистически значимого характера ($p > 0,05$).

В тесте *Прыжки на разметку* у девочек контрольной группы также произошёл незначительный прирост результатов ($p > 0,05$), а вот у мальчиков прогресс зафиксирован на статистически значимом уровне ($p < 0,05$). В

экспериментальной группе и девочки, и мальчики достигли более высоких показателей на итоговом этапе, причем очевидны надежные статистические различия с исходными показателями ($p < 0,05-0,01$).

По четвёртому тесту (*Метание теннисного мяча в цель*), когда нужно было попасть по мишени 5 раз, почти все ученики улучшили свои результаты, что позволило участникам и экспериментальной, и контрольной групп достичь достоверных положительных изменений, правда, в экспериментальной группе изменения более существенные ($p < 0,001$).

Таким образом, в результате использования разработанного комплекса упражнений у всех школьников, вошедших в экспериментальную группу, произошли изменения в лучшую сторону по всем показателям.

Причем интересно, что наиболее существенные положительные изменения и у девочек, и у мальчиков экспериментальной группы зафиксированы в тестах «Челночный бег 3x10м», «Метание теннисного мяча в цель» ($p < 0,001$).

Результаты тестирования подтверждают, что предложенный авторами статьи комплекс упражнений для развития координационных способностей младших школьников, применённый в экспериментальной группе, является эффективным.

Таким образом, результаты тестирования подтвердили выдвинутую гипотезу исследования: специально разработанный комплекс упражнений для развития координационных способностей младших школьников является эффективным и его можно использовать в учебном процессе при проведении уроков физической культуры.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров. – Москва: Издательский центр «Академия», 2016. – 528 с.*
- 2. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика. Учебное пособие. Изд-е 2-е [Текст] / Ю.В. Менхин. – Москва: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2015. – 312 с.*

3. Панов В.А. Методика развития координационных способностей детей 7 лет на основе применения стандартной тренировочной программы [Текст]: Автореф. дис. канд. пед. наук. – Москва: 2006. – 149 с.