

ИССЛЕДОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОСЛАБЛЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ

Д.В. Карульский

Охрана здоровья детей в любой стране является важнейшей социальной задачей, т.к. состояние здоровья подрастающего поколения определяет будущее общества, его экономический и культурный потенциал. В настоящее время уровень цивилизованности государства определяется не столько техничсским и экономическим развитием, сколько качеством и продолжительностью жизни населения, здоровьем детей и подростков, показателями детской смертности (Мухина В.С., 1986).

Омоложение различных заболеваний, увеличение количества часто и длительно болеющих детей требует пересмотра определенных подходов к физическому воспитанию в дошкольных учреждениях. При этом наибольшее внимание необходимо уделять целенаправленному использованию физических упражнений в целях профилактики и нормализации имеющихся отклонений в функциональном состоянии различных органов и систем организма, физической подготовленности детей (Логвина Т.Ю. и др., 1996).

Цель исследования заключалась в изучении влияния повышенной двигательной активности детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем.

В соответствии с поставленной целью в ходе исследования предстояло решить следующие задачи: изучить состояние здоровья детей дошкольного возраста и организацию физического воспитания в детских дошкольных учреждениях; установить влияние повышенного двигательного режима на физическое состояние детей 5-6 лет с ослабленным здоровьем.

В работе использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы; педагогические наблюдения; педагогический эксперимент; тестирование физического развития, функционального состояния и физической подготовленности; методы математической статистики.

В педагогическом исследовании было изучено влияние повышенного двигательного режима на физическое состояние детей дошкольного возраста с ослабленным здоровьем.

На рисунке 1 представлено увеличение количества локомоций за счет повышения двигательного режима в ходе педагогического эксперимента.

Проведенный эксперимент позволил установить динамику показателей, характеризующих физическое развитие, функциональное состояние и физическую подготовленность детей старшего дошкольного возраста с ослабленным здоровьем.



Рис. 1. Увеличение количества локомоций за счет повышения двигательного режима

Выявлено, что повышение двигательной активности детей с ослабленным здоровьем в режиме дня дошкольника на 24-26% вызывает положительные сдвиги в физическом развитии, функциональном состоянии, физической подготовленности и, как следствие, способствует укреплению здоровья, что выразилось в переводе большей части детей (52,8%) из группы часто болеющих в группу эпизодически болеющих.

Повышение двигательного режима оказывает существенное влияние: на физическое развитие, функциональное состояние и физическую подготовленность детей.

Так, у мальчиков, участвующих в эксперименте, достоверно улучшились показатели: физического развития (длины тела; окружности грудной клетки; динамометрии левой и правой кисти; функционального состояния (повышение ЖЕЛ до и после занятий); физической подготовленности (беге на 10м с хода; 30м; 120м; прыжке в длину и в

высоту с места; метании набивного мяча весом 1 кг из-за головы; наклоне вперед; в статическом равновесии).

Показатели у девочек улучшились: в физическом развитии (длина тела; масса тела; окружность грудной клетки; динамометрия левой и правой кисти); в функциональном состоянии (снижение ЧСС; повышение ЖЕЛ до и после занятий); в физической подготовленности (беге на 10 м с хода, 30 м, 120 м; прыжке в длину и высоту с места; метании набивного мяча весом 1 кг из-за головы; наклоне вперед; в статическом равновесии).