

Piśmiennictwo

- 1, Ministerstwo Oświaty i Wychowania, Instytut programów Szkolnych, "Program Szkoły Podstawowej - Kultura Fizyczna klas I-VIII", Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne Warszawa, 1985.
- 2, Strelau J., Jurkowski A., Putkiewicz Z., "Podstawy psychologii dla nauczycieli", s. 289, PWN, Warszawa, 1978.
- 3, Barański K., "Kultura Fizyczna", nr 9, s. 393-394, Warszawa, 1977.

К.Ю.Романов, В.А.Медведев, кандидат педагогических наук, доцент
(Гомельский госуниверситет им. Ф.Скорины)

ИЗМЕНЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ 4-Х КЛАССОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Укрепление здоровья школьников является одной из основных проблем физического воспитания. Актуальность этой проблемы возрастает для населения регионов с неблагоприятной экологической обстановкой.

Исследования физического здоровья школьников, проживающих в регионах с неблагоприятной экологической обстановкой, свидетельствуют о его неудовлетворительном уровне (В.А.Медведев, 1994, 1998; К.Ю.Романов, В.А.Медведев, 1998).

Целью исследований явилось определение динамики уровня физического здоровья (УФЗ) учащихся 4-х классов под влиянием физических упражнений преимущественно аэробного характера.

На базе СШ № 12 г. Гомеля был проведен педагогический эксперимент, рассчитанный на 1997-1998 учебный год.

Для решения задач эксперимента были сформированы экспериментальная (ЭГ) и контрольная (КГ) группы, состоящие из учащихся 4-х классов. Все члены опытных групп были обследованы по методике Г.Л.Апанасенко (1987). Результаты тестирования были подвергнуты одномерному статистическому анализу. Средний исходный УФЗ во всех опытных группах оценивался неудовлетворительно. Между результатами опытных групп достоверных различий выявлено не было ($P > 0,05$).

Анализ полученных данных не выявил статистически значимых различий средних величин УФЗ школьников опытных групп ($P > 0,05$).

Для ЭГ разработана экспериментальная программа, рассчитанная на 1997-1998 учебный год.

испол
харак
1
учащ
распр
1
упраж
2
упраж
3
гимна
4
гимна
Со
физиче
Д
груп
результ
(табл. 1

Чет-
верть

1

2

3

4

Instytut programów Szkolnych,
uczna klas I-VIII", Wydawnictwo

Z, " Podstawy psychologii dla
394, Warszawa, 1977.

педагогических

аны)

О ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

является одной из основных
ность этой проблемы возрастает
экологической обстановкой.

школьников, проживающих в
й обстановкой, свидетельствуют
(В.А.Медведев, 1994, 1998;

деление динамики уровня
4-х классов под влиянием
аэробного характера.

был проведен педагогический
чебный год.

ента были сформированы
(КГ) группы, состоящие из
их групп были обследованы по
ультаты тестирования были
му анализу. Средний исходный
я неудовлетворительно. Между
х различий выявлено не было

явил статистически значимых
в опытных групп ($P > 0,05$).
ная программа, рассчитанная на

Суть экспериментальной программы заключалась в приоритетном использовании на уроках физической культуры упражнений аэробного характера (90-95%).

На основании комплексной программы по физическому воспитанию учащихся 1-4 классов общеобразовательных школ учебный материал был распределен следующим образом:

1 четверть - легкая атлетика 60%, подвижные игры и гимнастические упражнения 40%;

2 четверть - гимнастика 40%, подвижные игры и гимнастические упражнения 40%;

3 четверть - подвижные игры 40%, легкоатлетические и гимнастические упражнения 60%;

4 четверть - легкая атлетика 60%, подвижные игры 20%, гимнастические упражнения 20%.

Содержание занятий в КГ соответственно школьной программе по физическому воспитанию учащихся 1-4 классов.

Для исследования результатов изменения УФЗ у учащихся опытных групп в конце каждой четверти проводилось повторное тестирование, результаты которого подвергались одномерному статистическому анализу (табл.1,2).

Таблица 1
УФЗ опытных групп (школьники), %

Чет- верть	Группа	УФЗ, %						Досто- верность различий
		Очень низ- кий	Низ- кий	Удовле- творите- льный	Хоро- ший	Отлич- ный	X	
1	ЭГ	32	52	13	3	0	6,2	$P < 0,05$
	КГ	45	45	10	0	0	4,6	
2	ЭГ	9	48	31	12	0	8,9	$P < 0,05$
	КГ	11	72	17	0	0	7,1	
3	ЭГ	9	37	41	13	0	9,2	$P < 0,01$
	КГ	18	60	18	4	0	4,3	
4	ЭГ	3	31	54	11	0	10	$P < 0,01$
	КГ	23	59	15	3	0	7	

Таблица 2
УФЗ опытных групп (школьницы), %

Чет- верть	Группа	УФЗ, %						Досто- верность различий
		Очень низ- кий	Низ- кий	Удовле- творите- льный	Хоро- ший	Отлич- ный	X	
1	ЭГ	17	32	41	10	0	8,7	P<0,05
	КГ	27	51	15	7	0	7	
2	ЭГ	8	46	42	4	0	9,4	P<0,05
	КГ	22	54	13	9	0	7,4	
3	ЭГ	4	33	46	17	0	10,3	P<0,01
	КГ	18	45	32	5	0	8	
4	ЭГ	4	19	50	27	0	11,3	P<0,01
	КГ	15	61	18	5	0	7,7	

На основании полученных данных можно сделать вывод, о том, что разработанная методика позволила нам более эффективно решать оздоровительные задачи в процессе физического воспитания учащихся начальных классов.

К.Ю.Романов, В.А.Медведев, кандидат педагогических наук, доцент
(Гомельский госуниверситет им. Ф.Скорины)

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ УЧАЩИХСЯ 4-Х КЛАССОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНЕ РАДИОАКТИВНОГО ЗАГРЯЗНЕНИЯ

Одной из актуальных проблем физического воспитания школьников является критерий оценки физической подготовленности учащихся, проживающих в зонах с различным уровнем радиоактивного загрязнения.

Целью нашего исследования явилось определение уровня физической подготовленности (УФП) учащихся 4-х классов, проживающих в зоне радиоактивного загрязнения 1-5 Ки/км².

В эксперименте приняли участие учащиеся 4-х классов СШ № 12 г. Гомеля (71 мальчик и 71 девочка).

Программа физического воспитания учащихся 1-4 классов рекомендует шесть контрольных нормативов для определения УФП

школьников, по кот
их УФП (табл. 1,2)

Анализ получен
сдали контрольные
получили удовлетвори

Уровни
4-х кл

Контрольные нормативы
Наклон вперед
Челночный бег 4х9 м
Подтягивание
Прыжок в длину с места
Бег 1100 м
Средний УФП

Уровни
4-х кл

Контрольные нормативы
Наклон вперед
Челночный бег 4х9 м
Поднимание туловища
Прыжок в длину с места
Бег 900 м
Средний УФП

Также у мальчи
ловкости, силы, выно
скоростно-силовых спо

Все это говорит
что, может быть, вы
экономических и социа

Для определения
программа предлагает
весе, (мальчики) и под