**Уровень развития координационных способностей у учащихся I ступени общего среднего образования**

Кузьмина Л.И., канд. пед. наук, доцент; Позняк А., магистрант

Белорусский государственный педагогический университет им. М.Танка,

г. Минск, Беларусь

Проблема физических способностей – одна из наиболее значимых в педагогике, психологии и физиологии физического воспитания и спорта. Она становится все более важной для практики воспитания всесторонне развитой личности, потому что непосредственно связана с целым комплексом проблем: подготовкой школьника к жизни, труду и защите родины, выбором профессии в соответствии со склонностями и способностями, ориентацией и отбором для занятий определенными видами спорта. 283

Среди двигательных способностей одно из центральных мест занимают координационные способности (КС). В современных условиях возрастает потребность таких качеств человека, как способность быстро ориентироваться в пространстве, тонко дифференцировать свои мышечные ощущения и регулировать степень напряжения мышц, быстро реагировать на сигналы внешней среды, вестибулярная устойчивость [2].

Двигательная координация рассматривается как один из наиболее существенных элементов подготовки учащихся. Высокий уровень развития является фундаментом успехов в различных видах деятельности, а также способствует более быстрому и качественному овладению техникой движения. Поэтому необходимость целенаправленного развития и диагностики КС представляется важным для оптимизации физического воспитания учащихся школьного возраста [3].

Младший школьный возраст особенно благоприятен для развития КС. Установлено, что наиболее интенсивно показатели разных КС нарастают с 7 до 9 и с 9 до11-12 лет. В названные возрастные периоды существуют особенно благоприятные социальные, психически-интеллектуальные, анатомо-физиологические и моторные предпосылки для быстрого совершенствования КС.

Исследования различных авторов показали, что заложенный в младшем школьном возрасте хороший фундамент в развитии КС сохраняется и в будущем. Это является важной предпосылкой для более быстрого и качественного овладения новыми видами двигательных действий в среднем и старшем возрасте [1].

*Целью* нашего исследования явилось определение уровня развития координационных способностей у учащихся младшего школьного возраста.

*Методы и организация исследования.* В процессе исследования использовались следующие методы: анализ и обобщение литературных источников, педагогические наблюдения, тестирование координационных способностей учащихся, методы математической статистики.

В исследовании приняли участие 58 учащихся в возрасте 8-9 лет (СШ № 49 г. Минска), отнесенных по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинской группе.

Уровень развития КС определяли по тестам, рекомендованным В.И. Ляхом [1]: челночный бег 4х9 м, метание теннисного мяча на точность, падение палки – реакция, стойка на одной ноге, подвижная игра-тест «Пятнашки», упор присев – упор лежа. Уровень развития КС оценивали исходя из нормативов для данной возрастной группы.

*Результаты исследования.* Анализ данных тестирования учащихся 3 классов показал, что значительная часть учащихся, в основном имеет низкий и средний уровень развития координационных способностей (таблица 1). Нами было выявлено, что по тесту «Челночный бег» у 79% школьников низкие и у 21% средние показатели, а высоки показатели отсутствуют; по тесту «Метание мяча на точность» - 36% имеют низкие, 62% - средние, 2% - высокие показатели; по тесту «Падение палки – реакция» - у 62% - выявлены низкие, у 29% - средние и у 9% высокие показатели; по тесту «Стойка на одной ноге» - выявлены у 71% низкие, у 19% - средние, а высокий показатели у 10% испытуемых; по тесту «Пятнашки» -35% имеют низкие, 60% - средние, 5% - высокие показатели; по тесту «Упор присев – упор лежа» - 22% имеют низкие, 62% - средние, а 16% высокие показатели развития КС.

Как выявило исследование по всем видам тестовых заданий преобладает низкий и средний уровень развития КС, а высокий уровень либо отсутствует ( в тесте «Челночный бег»), либо весьма незначителен (не превышает 16% - самый высокий показатель в тесте «Упор присев – упор лежа»).

Полученные результаты указывают на целесообразность включения в занятия по физическому воспитанию с учащимися младшего школьного возраста упражнений комплексно воздействующих как на специальное, так и на разностороннее развитие КС. Также необходимо максимально внедрять в школьные уроки различные комплексы общеразвивающих упражнений, подвижные игры, эстафеты. 285

Выводы:

1. Исследования, проведенные многими учеными наглядно свидетельствуют о том, что высокий уровень КС является фундаментом успехов в различных видах деятельности, а также способствует быстрому и качественному овладению техникой движений.

2. Младший школьный возраст особенно благоприятен для развития КС. В этой связи необходимо систематическое применение координационных упражнений для последовательного повышения уровня развития КС школьников.

3. Как выявило исследование, по всем видам тестовых заданий преобладают низкий и средний уровень развития КС, что указывает на необходимость включения в занятия по физическому воспитанию с учащимися младшего школьного возраста дополнительных координационных упражнений.

**Список литературы:**

1.Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников: пособие для учителей. М.:АТС, 1998. -272с.

2. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие. М.:ТВТ Дивизион, 2006.-290с.

3. Координационная подготовка в физическом воспитании девочек / А.С. Голенко, Л.И. Кузьмина //Фундаментальные и прикладные основы теории физической культуры и теории спорта (научно-педагогическая школа А.А. Гужаловского): материалы Международной научно-методической конференции, Минск, 10-11 апреля - Минск: БГУФК, 2008.-С.18-21.