

организм, но также развивает интеллект, координацию, быстроту, выносливость, ловкость и. Это динамичный и эмоционально насыщенный вид спорта, благодаря которому у спортсмена вырабатывается смелость, и повышается самооценка. Маленькие дети, занимающиеся фехтованием, становятся намного увереннее в себе. И это вполне ожидаемо, ведь фехтование – бесконтактное единоборство. Для того чтобы одержать победу, спортсмен должен подготовиться не только физически, овладеть техникой, но и психологически настроиться на бой, научиться быстро принимать решения. При этом фехтовальщик может допускать ошибки без травмоопасных последствий в отличие от других видов единоборств. Это и придает ребенку уверенности в себе, бодрости и силу воли.

Проблема реализации и доступности, как и в других видах спорта является плохое финансирование. Отсутствие необходимого инвентаря, специально оснащенных залов не дает возможность тренерам полноценно проводить тренировки и реализовываться спортсменам в полную силу. К сожалению фехтование является дорогим видом спорта, но учитывая его уникальное воздействие на развитие личности встает вопрос о возможности его внедрения в систему общего образования, кружковой деятельности школ. Финансовая поддержка спонсоров благотворно повлияет на развитие фехтования в системе общего образования.

Жесткова Ю.К.

*Елабуга, Елабужский институт Казанского федерального университета,
zhest.@list.ru*

АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАДМИНТОНОМ

Аннотация: В статье рассматриваются результаты исследования физических качеств младших школьников, занимающихся бадминтоном. В результате анализа было установлено, что учебно - тренировочные занятия по бадминтону повышают уровень физического развития и способствуют формированию двигательных умений и навыков у младших школьников.

Ключевые слова: физическое развитие, двигательная подготовленность, бадминтон, школьники.

Популярность современного спортивного бадминтона обусловлена наличием разностороннего воздействия на организм спортсмена, большим разнообразием двигательных действий. Кроме того, игра в бадминтон

содействует накоплению двигательного опыта, совершенствованию двигательной памяти и способствует приобретению обширного круга двигательных качеств. Успешное выступление бадминтониста в соревнованиях во многом определяется уровнем его физической подготовленности [3,с.131]. Высокий уровень развития физических способностей выступает залогом овладения новыми видами двигательных действий. На площадке характер перемещений спортсмена, тактика игры зависят от степени его подготовленности к соревнованиям и от способности игрока переносить высокую психологическую нагрузку [2,с.76].

Актуальность выбранной темы исследования обусловлена изучением и анализом литературы по теоретико-методическим основам формированию двигательных умений и навыков у учащихся младших классов, и в частности, в процессе занятий бадминтоном.

Основной целью исследования выступает изучение показателей двигательных умений у младших школьников и определение у них экспериментальным путем уровня физического развития, физической подготовленности, достигнутого в процессе занятий бадминтоном.

Исследования проводилось в Детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ) «Олимп» г. Елабуги, среди младших школьников, занимающихся бадминтоном.

Задачи исследования: определить особенности физического развития и физической подготовленности у младших школьников, занимающихся бадминтоном; раскрыть сущность и содержание бадминтона как средства физического воспитания младших школьников; определить показатели физического развития, физической подготовленности вышеуказанных спортсменов.

Экспериментальные исследования проводились в феврале-мае 2016 года, в группе из 20 мальчиков 9–10 лет, посещающих занятия бадминтоном на этапе начальной подготовки. Эти занятия проводились 2 раза в неделю, по 2 часа. Учебно-тренировочные занятия у испытуемых строились на основе программы по бадминтону для учащихся общеобразовательных школ и учащихся ДЮСШ. Они были направлены на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств учащихся [1,с.43].

Обработка и анализ полученных результатов проводились на заключительном этапе исследования. Выбор тактики спортсмена-бадминтониста в значительной мере обусловлен особенностями его противника-соперника: спортивной квалификацией, показателями роста и массы тела, выносливостью (как физической, так и психологической), наличием развитых двигательных и моральных качеств, манерой ведения игры и др. Все это в наибольшей мере оказывает влияние на деятельность школьников, специализирующихся в спортивных играх. Показатели

физического развития младших школьников, занимающихся бадминтоном, определялись путем измерения их антропометрических данных – роста, веса, окружности грудной клетки. Согласно анализа результатов антропометрических измерений можно утверждать, что показатели роста, веса, окружности грудной клетки младших школьников, учащихся соответствует средним показателям, характерным для возраста 9-10 лет. Для определения параметров физической подготовленности младших школьников, занимающихся бадминтоном, были использованы следующие контрольные упражнения: бег на 30 метров; прыжок в длину с места; челночный бег 3x10 метров; прыжки со скакалкой (кол-во за 1 минуту); поднимание туловища из положения лежа (кол-во за 1 минуту).

Сравнив полученные данные с показателями физической подготовленности для мальчиков 9-10 лет, нами были сделаны следующие выводы.

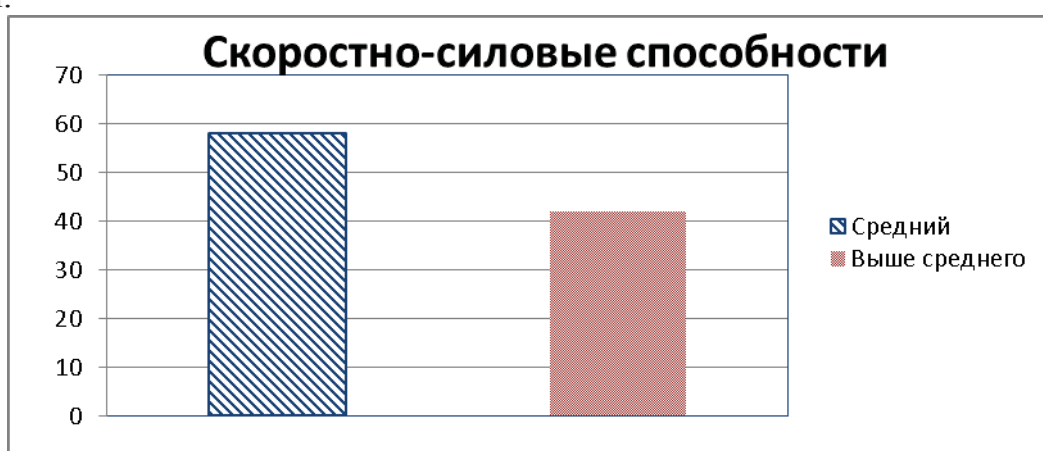


Рис. 1. Уровень развития скоростно-силовых способностей

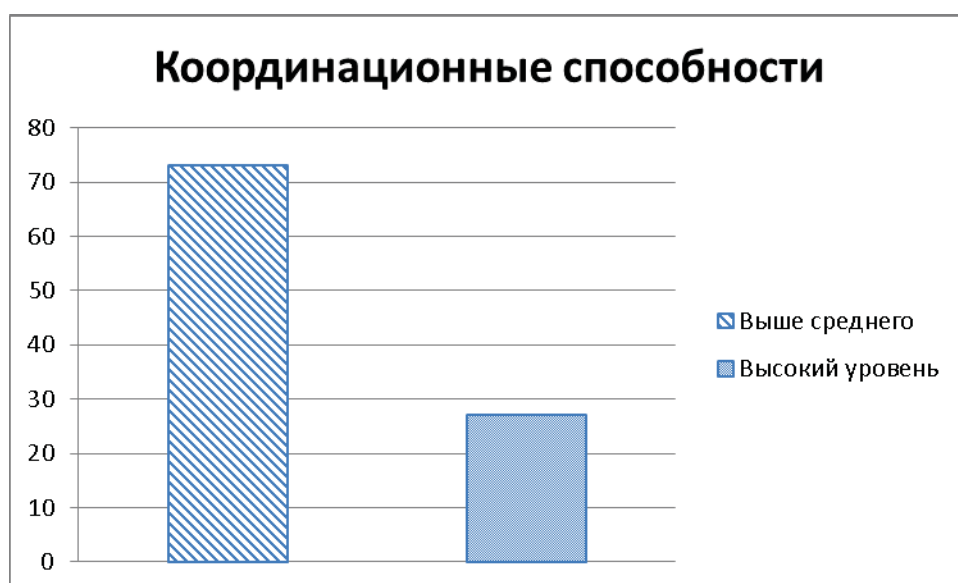


Рис. 2. Уровень развития координационных способностей

Уровень развития скоростно-силовых способностей: а) бег на 30 метров; б) прыжок в длину с места). Высокий уровень развития

скоростных и скоростно-силовых способностей определен у 57% юных бадминтонистов. Средний уровень данных способностей выявлен у 43% младших школьников. Испытуемых с низким уровнем развития скоростных и скоростно-силовых способностей выявлено не было.

Уровень развития координационных способностей юных бадминтонистов определялся с помощью теста «челночный бег 3x10м.». Выше среднего уровня он оказался у 44% участников, а средний уровень отмечался у 56% испытуемых.

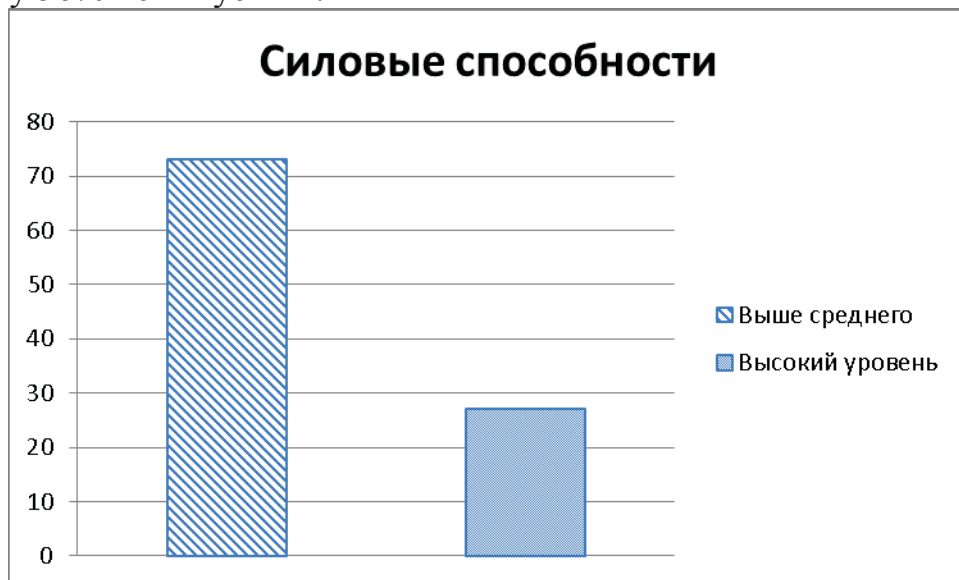


Рис. 3. Уровень развития силовых способностей

25% младших школьников показали высокий уровень силовых способностей, у 75% спортсменов-бадминтонистов наблюдался средний уровень развития этого качества.

Данные по уровню сформированности двигательных навыков и умений представлены на рис.4.

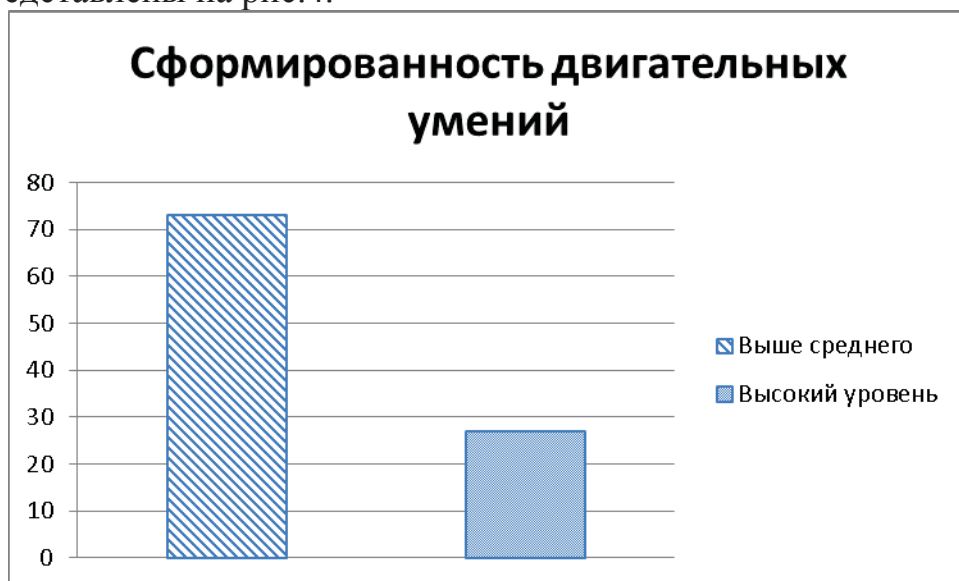


Рис. 4. Показатели сформированности двигательных умений

У 27 % занимающихся бадминтоном младших школьников полученные результаты говорят о высоком уровне развития двигательных навыков и умений, а у 73% испытуемых они выше среднего уровня.

Выводы по данным проведенного исследования:

1. Актуальность выбранной темы исследования косвенно подтверждается результатами изучения и анализом педагогической, научно-методической и медико-биологической литературы.
2. Данные, полученные в ходе исследования, указывают на то, что уровень развития вышеуказанных показателей соответствует средним параметрам, характерным для младшего школьного возраста, а в ряде случаев и превышает средние результаты.
3. Результаты исследования позволяют констатировать, что занятия бадминтоном оказали положительное воздействие на развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков у младших школьников.

Список литературы

1. Бадминтон: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, УОР и ШВСМ [Текст] / А.П.Горячев; А.А. Ивашин; Московская городская федерация бадминтона. – М.: Советский спорт, 2010. – 160 с.
2. Лях, В.И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития [Текст] / В.И. Лях. – М.:Терра-Спорт, 2000. – 192 с.
3. Рыбаков Д.П., Штильман М.И. Основы спортивного бадминтона. М., «Физкультура и спорт», 2011.

Калакбасова А. М., Матявина С. И.

Оренбургский Государственный Медицинский Университет
alarea44@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СОЗАНИИ ДЕТЕЙ

Аннотация: Самая главная ценность в жизни каждого человека, конечно, его здоровье. Всегда непреходящей ценностью человека и общества являлось и является физическое и психическое здоровье. Еще в древности оно понималось врачами и философами как главное условие свободной деятельности человека, его совершенства. Но, несмотря на большую ценность, придаваемую здоровью, понятие “здоровье” с давних пор не имело конкретного научного определения. Поэтому в данной статье мы попробуем выделить важные аспекты определяющие термин здоровья. Также на примере школьников разработаем рекомендации направленные на повышения уровня здоровья.