

Вопросы двигательной активности и спорта

УДК 37.042.1 + 612

DOI: 10.14529/ozfk150412

УЧЕТ КОНСТИТУЦИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ДЕТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ОПТИМИЗАЦИИ ИХ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

В.Ф. Воробьев, В.Я. Шестаков

Череповецкий государственный университет, г. Череповец

Цель – на основе анализа специальной литературы и результатов собственных исследований выявить существенные и содержательные характеристики учета конституциональных особенностей детей в процессе оптимизации их двигательной активности. Проводился теоретико-методологический анализ специальной литературы, использовались теоретические методы: абстрагирование и формализация. Исследование показало, что наряду с особенностями телосложения для оптимизации двигательной активности необходимо учитывать и другие конституциональные признаки, которые, с одной стороны, определяют отличительные особенности развития двигательной сферы ребенка, с другой стороны, могут быть легко выявлены в практике физического воспитания детей. Одновременное использование нескольких частных конституций, позволит выявить детей с крайними проявлениями изучаемых признаков. Регулирование двигательной активности детей возможно на основе предложенной модели, отличительной особенностью которой является необходимость изначального проектирования несколько различных целей ориентаций для детей разных типологических групп. Дети с крайней выраженностью конституционального признака нуждаются в более внимательном проектировании их двигательной активности. При использовании стандартно-нормативного подхода они рискуют менее успешно реализовывать свою потребность в двигательной активности. Использование различных целей ориентаций позволит оптимизировать физическую, двигательную и функциональную подготовку детей группы риска на типоспецифической основе.

Ключевые слова: двигательная активность, психодинамические особенности, телосложение, цели-ориентации.

Введение. Общеизвестным является необходимость достаточной двигательной активности, как для полноценного развития детей, так и для преодоления отрицательных последствий гипокинезии. Малая подвижность является фактором риска для развития ребёнка. Но проблемы в двигательной сфере могут возникнуть и у гиперактивного ребенка. Медлительность, как и гиперактивность, если они обусловлены врожденными задатками, являются конституциональными признаками. В работах М.М. Безруких, Д.А. Фарбер, В.К. Спирина и др. показано, что педагогические воздействия не должны быть направлены на изменение организации нейродинамических процессов человека. Поэтому индивидуальные особенности высшей нервной деятельности не должны быть подвергнуты корректировке, а должны быть учтены при организации учебного процесса.

Р.И. Айзман, Р.Н. Дорохов, В.П. Губа, В.В. Зайцева, В.Д. Сонькин, И.А. Корниенко, их ученики и последователи доказали, что при планировании двигательной активности необходимо учитывать особенности телосложения. На практике, в процессе физического воспитания учитываются и другие конституциональные особенности, причем порой при планировании двигательной активности конкретной группы воспитанников трудно выбрать конкретные группирующие признаки. Учет конституциональных особенностей детей осложняет отсутствие научно обоснованных критериев разграничения типологических групп, либо ориентация на качественную сторону, либо использование одного критерия [1]. Проблема выбора осложняется еще и тем, что по мере развития науки содержательное наполнение терминов меняется и может подвергаться сомнению использование конкретного

показателя в качестве группирующего признака [2]. В этой связи представляется важным выявить конституциональные особенности детей, которые могут выступать в качестве группирующих признаков. Цель исследования: на основе анализа специальной литературы и результатов собственных исследований выявить сущностные и содержательные характеристики учета конституциональных особенностей детей в процессе оптимизации их двигательной активности.

Методы и организация исследования. Проводился теоретико-методологический анализ специальной литературы, использовались теоретические методы: абстрагирование и формализация.

Результаты исследования. Оптимальная двигательная активность не только обеспечивает полноценное физическое развитие ребенка, но и позволяет достичь ему желаемого уровня физической, двигательной и функциональной подготовленности. Избыточный уровень физической нагрузки может вызывать срыв адаптации. На основании анализа литературных источников можно утверждать, что такие отклонения в состоянии здоровья чаще выявляются у детей с крайней выраженностью конституционального признака. В практике физического воспитания зависимость доза – эффект носит сложный и нелинейный характер. Различные варианты двигательных режимов по-разному влияют на уровень развития физических качеств, функциональных возможностей организма и состояния здоровья школьников разных морфофункциональных типов [3]. Если не учитывать конституциональные особенности роста и развития детей и использовать стандартно-нормативный подход, предусматривающий равномерно-пропорциональное развитие физических качеств, то риск дезадаптации увеличивается.

Желание педагогов максимально учесть индивидуальные возможности ребенка сдерживается ограниченными ресурсами любой образовательной системы, поэтому представляется перспективным большее внимание уделить детям с крайней выраженностью конституционального признака. На наш взгляд, это целесообразно ещё и потому, что обычно программа физического воспитания разрабатывается для «среднего» ученика. В отличие от подхода, направленного на стимуляцию в процессе тренировки отстающих психодинамических свойств, нами показана эффектив-

ность обучения двигательным действиям быстрых и медлительных детей, опираясь на ведущие свойства [4]. В ходе педагогического эксперимента в детском саду компенсирующего вида № 1 г. Череповца была доказана возможность и успешность работы по развитию ведущих способностей детей с крайней выраженностью конституционального признака. Отказ от ориентации на условную норму подводит к возможности планировать различные цели-ориентации [5]. Так, быстрых детей с ранней туберкулезной инфекцией в детском саду в большей мере обучали разнообразным способам выполнения движений, преимущественно обогащая двигательный репертуар при освоении умений на среднем уровне. Цель-ориентация при двигательной подготовке медлительных детей – отработка базовых движений на более качественном уровне.

По нашему мнению, при отсутствии признанной модели синтетической конституции, предпочтительнее использовать критерии нескольких частных конституций, выделяя детей с крайними проявлениями изучаемых признаков. Регулирование двигательной активности на основе учета конституциональных признаков может реализовываться на основе многоуровневой модели:

- Учет возрастных и гендерных особенностей детей.
- Оценка характера естественного развития двигательных качеств и их сенситивности.
- Оценка состояния здоровья детей и конституциональных особенностей с учетом всей имеющейся информации.
- Использование различных типологических критериев в качестве группирующих признаков для разбиения изучаемой совокупности на типологические группы.
- Выявление детей с крайними проявлениями изучаемых конституциональных признаков.
- Анализ информации на основе принципа дополнительности с учетом индивидуальных особенностей детей с крайней выраженностью признака (минимальные и максимальные значения).
- Проектирование и реализация этапов обучения движениям, развития физических способностей и функциональной подготовки на основе типоспецифического подхода.
- Оценка результатов за определенный срок практической работы и проектирование нового этапа индивидуальной работы.

Выводы. Федеральный закон «Об образовании» от 29.12.2012 предусматривает возможность освоения учеником образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося. Необходимо учитывать, что в настоящее время дети все более отходят от столь привычных ранее форм самостоятельной двигательной активности, что вынуждает большее внимание уделять регулированию двигательной активности в специально организованных формах. Для детей с крайней выраженностью конституционального признака использование различных целей ориентаций позволит оптимизировать физическую, двигательную и функциональную подготовку на типоспецифической основе.

Литература

1. Шахов, Ш.К. *Индивидуально-программируемая физическая подготовка в видах спорта группы единоборств: дис. ... д-ра пед. наук / Ш.К. Шахов.* – М., 1998. – 343 с.
2. Воробьев, В.Ф. *Теоретическое обоснование использования физиологических конструкторов в практике физического воспитания // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта / В.Ф. Воробьев.* – 2014. – № 2 (108). – С. 44–49.
3. Левушкин, С.П. *Физиологическое обоснование подготовки школьников 7–17 лет с различными типами телосложения: дис. ... д-ра биол. наук / С.П. Левушкин.* – М., 2005. – 300 с.
4. Воробьев, В.Ф. *Педагогические условия обучения прямым ударам руками детей старшего дошкольного возраста с различными типологическими характеристиками / В.Ф. Воробьев, К.В. Жучков // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2010. – № 6 (64). – С. 10–15.
5. Воробьев, В.Ф. *Мониторинг интегративных качеств дошкольников в рамках программы «Оздоровление» / В.Ф. Воробьев, А.С. Порфирьева, Т.П. Мартиросян // Детский сад: теория и практика.* – 2013. – № 4. – С. 102–107.

Воробьев Владислав Федорович, кандидат биологических наук, доцент, кафедры теории и методики физической культуры и спорта, доцент теории и методики физической культуры и спорта, Череповецкий государственный университет (г. Череповец), vovofo@mail.ru.

Шестаков Владимир Яковлевич, доктор медицинских наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта, Череповецкий государственный университет (г. Череповец), vladimirt600ma@mail.ru.

Поступила в редакцию 26 сентября 2015 г.

DOI: 10.14529/ozfk150412

CHILDREN'S CONSTITUTIONAL FEATURES IN RELATION TO MOTOR ACTIVITY OPTIMIZATION

V.F. Vorobyev, vovofo@mail.ru,

V.Y. Shestakov, vladimirt600ma@mail.ru

Cherepovets State University, Cherepovets, Russian Federation

Aim: based on analysis of the specialist literature and the results of our own studies, we aim to find out essential and substantive characteristics of children's constitutional features in relation to motor activity optimization. We performed theoretical and methodical analysis of the specialist literature and used such theoretical methods as abstraction and formalization. In relation to motor activity optimization, it is necessary to consider not only constitutional peculiarities, but also other constitutional features that, on the one hand, define the specifics of development of a child's motor sphere, and, on the other hand, may be revealed easily within the framework of children's physical education. If we use several special constitutions

we will find out children with extreme forms of the studied features. It is possible to control children's motor activity based on the suggested model that is special as it requires the preliminary planning of several goals-orientations for children from different typological groups. Children with extreme form of some constitutional feature need a more carefully planned motor activity. If the standard-regulation approach is used, there is a risk that these children may not satisfy their need for motor activity to the full extent. Using different goals-orientations will allow the optimization of physical, motor and functional training of children from the risk group on the type-specified basis.

Keywords: motor activity, psychodynamic features, constitution, goals-orientations.

References

1. Shakhov Sh.K. *Individual'no-programmiruемая fizicheskaya podgotovka v vidakh sporta gruppy edinoborstv. Dokt. diss.* [Individually Programmable Physical Training in Sports Martial Arts Groups. Doct. sci. diss.]. Moscow, 1998. 343 p.
2. Vorob'ev V.F. [The Theoretical Justification for the Use of Physiological Constructs in the Practice of Physical Education]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific Notes University P.F. Lesgafta], 2014, no. 2 (108), pp. 44–49. (in Russ.)
3. Levushkin S.P. *Fiziologicheskoe obosnovanie podgotovki shkol'nikov 7–17 let s razlichnymi tipami teloslozheniya. Dokt. diss.* [Physiological Substantiation of Training of Students 7–17 Years, with Different Body Types. Doct. sci. diss.]. Moscow, 2005. 300 p.
4. Vorob'ev V.F., Zhuchkov K.V. [Pedagogical Conditions of Training Straight Punches Age Children with Different Typological Characteristics]. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific Notes University P.F. Lesgafta], 2010, no. 6 (64), pp. 10–15. (in Russ.)
5. Vorob'ev V.F., Porfir'eva A.S., Martirosyan T.P. [Monitoring of Integrative Qualities of Pre-school Children in the Framework of the “Recovery”]. *Detskiy sad: teoriya i praktika* [Kindergarten. Theory and Practice], 2013, no. 4, pp. 102–107. (in Russ.)

Received 26 September 2015

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Воробьев, В.Ф. Учет конституциональных особенностей детей в процессе оптимизации их двигательной активности / В.Ф. Воробьев, В.Я. Шестаков // Вестник ЮУрГУ. Серия «Образование, здравоохранение, физическая культура». – 2015. – Т. 15, № 4. – С. 70–73. DOI: 10.14529/ozfk150412

FOR CITATION

Vorobyev V.F., Shestakov V.Y. Children's Constitutional Features in Relation to Motor Activity Optimization. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Education, Healthcare Service, Physical Education*, 2015, vol. 15, no. 4, pp. 70–73. (in Russ.) DOI: 10.14529/ozfk150412