

ПОВЫШЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ С ТЯЖЕЛЫМИ НАРУШЕНИЯМИ ФУНКЦИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА В УСЛОВИЯХ ЧАСА АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ

А.В. АНИСИМОВА, П.И. НОВИЦКИЙ

The deficit of motor activity of the pupils with severe disorders of musculoskeletal system leads to deterioration of health, physical development, of development of motor abilities and personal skills. One means of solving this problem is the introduction of a mode of day students hour adaptive physical recreation

Ключевые слова: учащиеся с тяжелыми нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, двигательная активность, адаптивная физическая рекреация

Физическое воспитание в жизни учащихся с тяжелыми нарушениями функций опорно-двигательного аппарата (НФОДА) – одно из условий максимально возможной жизнеспособности и продления физически активной жизнедеятельности организма. Одной из проблем школ-интернатов, где обучаются такие учащиеся, является устранение дефицита двигательной активности своих подопечных. Ограниченные возможности передвижения и владения телом вынуждают детей вести пассивный образ жизни, оставаясь большую часть свободного времени в состоянии гиподинамии. Это негативно отражается на состоянии здоровья, тормозит формирование арсенала жизненно важных действий, сдерживает развитие физических способностей. Существенно изменить ситуацию может включение в режим дня школ-интернатов ежедневного часа адаптивной физической рекреации (ЧАФР).

Цель исследования – оптимизация двигательной активности учащихся с тяжелыми нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, обучающихся в школах-интернатах.

Исследование проводилось в течение 2012-2013 учебного года на базе Осиповичской государственной общеобразовательной школы-интерната для детей с нарушением функций ОДА, Могилевской области. В исследовании участвовали учащиеся 7-11 классов, имеющие тяжелые НФОДА и передвигающиеся на инвалидных колясках.

Внедрение в режим дня школы-интерната разработанного нами ежедневного ЧАФР (самостоятельные и организованные адаптированные физические упражнения и игры в специальных условиях) позволило увеличить среднесуточный объем двигательной активности учащихся с тяжелыми НФОДА с 1 часа 20 мин до 2 часов 10 мин (на 62,5 %). В физическом развитии детей это сопровождалось уменьшением количества учащихся с низким уровнем развития массы тела на 4,5%, с низким уровнем окружности грудной клетки на 12,7%, с высоким уровнем частоты дыхания на 9,1%; увеличением количества учащихся с гармоничным физическим развитием на 6,4%. В двигательной подготовленности – положительной динамикой в успешности выполнения контрольных упражнений, например: в передвижении на коляске 10 м, в преодолении ползанием расстояния 4 м (количество детей выполнивших данное умение увеличилось на 9,1%). Число учащихся выполняющих бытовые умения на уровне 3-5 баллов возросло от 9,1% до 36,3% (в разных умениях); с низким уровнем (2 балла) - уменьшилось от 9,1 до 27,3%. На 7,14% увеличилось количество учащихся, передвигающихся самостоятельно, передвигающихся с опорой уменьшилось на 5,71%. Организация ЧАФР в режиме дня школы-интерната позволяет: осуществлять активный отдых и повышение двигательной активности учащихся с тяжелыми НФОДА в свободное время; снимать напряжение и статическое утомление различных звеньев двигательного аппарата; содействовать коррекции и профилактике вторичных нарушений в организме; улучшать общее функциональное и психоэмоциональное состояние учащихся; исключать из самостоятельного (внеучебного) времяпровождения однообразие и монотонность; расширить сферу активного (коллективного, конструктивного, творческого и др.) взаимодействия ученика с НФОДА с окружающими и сверстниками, содействовать его социализации.

НЕКОТОРЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТСМЕНА В СИСТЕМЕ ОТНОШЕНИЙ «ТРЕНЕР-СПОРТСМЕН»

Е.С. БУЛЫНКО, Ю.А. ПОЛЕЩУК

Аннотация. It is known that any relationship is effective only at compliance and restraint of the parties, partnership, mutual aspiration to resolution of conflicts and the conflicts. So in sports activity it is especially important to support effective interaction, in particular in system of the relations "trainer-athlete". Activity of athletes always had competitive character, and is in essence directed on achievement of the maximum result irrespective of a skill level of athletes Thus, interaction between these two subjects of the sports environment is capable to influence sports result

Ключевые слова: оптимизм, жизнестойкость, стиль поведения

В социальной психологии утвердилось мнение, что взаимоотношения людей эффективны только при уступчивости и сдержанности сторон, проявлении партнерства. Так, в спорте особенно важно поддерживать эффективное взаимодействие, в частности в системе «тренер-спортсмен». Деятельность спортсменов всегда носила соревновательный характер, и по своей сути направлена на достижение максимального результата. Таким образом, взаимодействие между этими двумя субъектами спортивной среды способно влиять на спортивный результат. В системе отношений «тренер-спортсмен» проявляются различные личностные качества не только самого наставника, но и его ученика. На наш взгляд, такие личностные качества как оптимизм и жизнестойкость влияют на стиль поведения в данной системе отношений.

Современные психологические словари дают следующее определение оптимизму – «это свойство личности, которое отражает пропорциональное развитие всех психических процессов, обеспечивают человеку жизнерадостное мирозерцание, веру в людей, их силы и возможности, уверенность в прогрессе общества, веру в свои силы и возможности как субъекта деятельности» [1, с.369]. Жизнестойкость, по Д.А. Леонтьеву, представляет собой систему убеждений о себе, о мире, об отношениях с миром, в которую он включал три компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска [2].

В нашем исследовании, было выявлено, что высокий уровень оптимизма характерен только 4% испытуемым, умеренным уровнем оптимизма обладает 64% спортсменов, с умеренным уровнем пессимизма – 32 %, спортсменов с низким уровнем оптимизма в исследуемой выборке (N= 91 человек) выявлено не было, что свидетельствуют о том, оптимизм как личностное качество присуще спортсменам, однако при взаимодействии эти показатели скорее говорят о наличии некоторых трудностей. При исследовании жизнестойкости спортсменов были получены следующие результаты: по шкале «вовлеченность» с низким уровнем в исследуемой выборке испытуемых не было выявлено, со средним уровнем – 84%, и с высоким – 25%; по шкале «контроль» с низким уровнем – 3% испытуемых, со средним уровнем – 84%, а с высоким – 13%; по шкале «принятие риска» результаты с низким уровнем – 11% испытуемых, со средним – 74% и с высоким – 15%. Данные показатели говорят о том, что жизнестойкость как качество личности развито недостаточно у спортсменов, что может свидетельствовать о возможных трудностях в системе отношений «тренер-спортсмен».

Стиль поведения спортсмена исследовался по таким показателям как «соперничество», «компромисс», «сотрудничество», «избегание» и «приспособление». Полученные результаты показывают, что большинство спортсменов предпочитают использовать такой стиль поведения как «компромисс» и в меньшей степени – «приспособление», что говорит о желании самих спортсменов выстраивать определенную систему отношений с субъектами спортивной деятельности. Корреляционный анализ показал наличие прямой умеренной связи между личностными качествами и стилем поведения (при $p \leq 0,05$). Таким образом, оптимизм и жизнестойкость способны влиять на стиль поведения спортсмена с субъектами спортивной деятельности.

Литература

1. Копорулина В.Н., Смирнова М.Н., Гордеева Н.О., Балабанова Л.М. Психологический словарь. Ростов-на Дону: Феникс, 2003. – 640 с.
2. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.

©ГрГУ имени Янки Купалы

ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЧТЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: ГЕНДЕРНЫЙ АСПЕКТ

О.И. ВРУБЛЕВСКАЯ, И.Н. КАВИНКИНА

In article problems of formation of ability expressively to read at younger school students are analyzed. Results of pedagogical experiment on definition of level of formation of expressiveness of reading at girls and boys are described. It is proved that the level of proficiency in skill of expressiveness of reading boys considerably increased after introduction in educational process of the program of the circle "Literary Art". Recommendations for teachers and parents on development of skill of expressive reading in the 3rd class are offered

Ключевые слова: выразительность чтения, гендер, младший школьник

Формирование функционально грамотных людей – одна из важнейших задач современной школы. Основы функциональной грамотности закладываются в начальных классах, где идет интенсивное обучение различным видам речевой деятельности – чтению и письму, говорению и слушанию. Поэтому литературное чтение – один из основных предметов в системе подготовки младшего школьника.

Научить детей правильному, беглому, осознанному, выразительному чтению – одна из главных задач начального обучения [1]. Одну из ведущих позиций в комплексе умений и навыков чтения занимает такой компонент, как выразительность. Выразительным принято называть чтение, при котором исполнитель с помощью специальных языковых средств передает свое понимание и свою оценку читаемого [2, с. 178].