

Соколова Ольга Викторовна, Дианова Ольга Геннадьевна, Мазова Ольга Леонидовна
ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАЙОНАХ, ПРИРАВНЕННЫХ К КРАЙНЕМУ СЕВЕРУ, В СООТВЕТСТВИИ С СИЛОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/1/2010/5/51.html

Статья опубликована в авторской редакции и отражает точку зрения автора(ов) по рассматриваемому вопросу.

Источник

Альманах современной науки и образования

Тамбов: Грамота, 2010. № 5 (36). С. 136-137. ISSN 1993-5552.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/1.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/1/2010/5/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net
Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: almanac@gramota.net

6. **Государственные образовательные стандарты высшего профессионального образования: перспективы развития:** монография / колл. авт. под ред. Я. И. Кузьмина, Д. В. Пузанкова, И. Б. Федорова, В. Д. Шадрикова. М.: Логос, 2004. 328 с.
7. **Зимняя И. А.** Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентного подхода в образовании. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004.
8. **Зимняя И. А.** Компетентность человека - новое качество результата образования // Проблемы качества образования: материалы XIII Всероссийского совещания. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2003. Кн. 2. Компетентность человека - новое качество результата образования. С. 4-15.
9. **Компетентный подход в обучении взрослых:** материалы к третьему заседанию методологического семинара. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004. 16 с.
10. **Коршунов С. В.** Подходы к проектированию образовательных стандартов в системе многоуровневого инженерного образования // Материалы к шестому заседанию методологического семинара 29 марта 2005 г. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2005. 88 с.
11. **Мартынюк О. И., Медведев И. Н., Панькова С. В., Соловьева О. И.** Опыт формирования компетентностной модели выпускника педагогического вуза как нормы качества и базы оценки результатов образования (на примере физико-математического факультета) / под научной ред. д-ра техн. наук, профессора Н. А. Селезневой, канд. физ.-мат. наук, доцента И. Н. Медведевой // Материалы XI симпозиума «Квалиметрия в образовании: методология, методика, практика». М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2006. 48 с.
12. **Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по направлению подготовки 050100 «Педагогическое образование» (квалификация (степень) «бакалавр/магистр»).** М., 2009. 26 с.
13. **Федеральная целевая программа развития образования на 2006-2010 годы /** утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 23 декабря 2005 г. № 803.
14. **Челпанов И. В.** Компетентный подход при разработке государственных образовательных стандартов высшего кораблестроительного образования: материалы к седьмому заседанию методологического семинара 17 мая 2005 г. М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2005. 97 с.

УДК 796

*Ольга Викторовна Соколова, Ольга Геннадьевна Дианова, Ольга Леонидовна Мазова
Лесосибирский педагогический институт (филиал) Сибирского федерального университета*

ХАРАКТЕРИСТИКА ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАЙОНАХ, ПРИРАВНЕННЫХ К КРАЙНЕМУ СЕВЕРУ, В СООТВЕТСТВИИ С СИЛОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ[©]

Движения в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей, всегда выступают как оздоровительный фактор - этим можно объяснить высокую эффективность самых разнообразных методик и форм проведения занятий, когда их основой является общее воздействие на организм в сочетании со специальными физическими упражнениями. За последние годы состояние здоровья детей прогрессивно ухудшается. Рождение здорового ребенка стало редкостью, растет число недоношенных детей, число врожденных аномалий. Более 20% детей старшего дошкольного возраста имеют III группу здоровья. Причин роста патологии множество [2]. Это и плохая экология, и несбалансированное питание, и снижение двигательной активности, информационные и нейропсихические перегрузки.

Развитие детей и улучшение их здоровья в процессе обучения в дошкольных образовательных учреждениях - одна из актуальных задач современной педагогики. Здоровье детей в значительной мере определяется уровнем функциональных возможностей организма, а последний зависит от привычной двигательной активности. Имеется определенная зависимость между уровнем ежедневной двигательной активностью, рациональным питанием и избыточным отложением жира у детей [1].

Поэтому очень важно изучить роль двигательной активности в сохранении и укреплении здоровья детей. Сейчас не вызывает сомнения, что двигательная активность - обязательное условие нормального роста и развития детей и подростков, что она повышает сопротивляемость организма к заболеваниям и к воздействию неблагоприятных факторов окружающей среды.

Существует несколько методик измерения двигательной активности. Мы провели измерения двигательной активности с помощью шагомера. Методика шагометрии заключается в подсчете локомоций с помощью специальных приборов. Был использован шагомер электронный, многофункциональный модель ШЭЭ-01.

Методика определения числа локомоций очень проста и доступна - задаешь определенные параметры шагомера и по истечению дня снимаешь показания. Дети одевали шагомер утром приходя в группу, снимали только на сонный час, а уходя домой отдавали воспитателю.

Нами были исследованы дети дошкольных учреждений г. Лесосибирска ДОУ № 31 и № 43 подготовительной и старшей групп в зимнее и летнее время, в течении нахождения детей в дошкольном учреждении. Были выделены 2 группы в соответствии с силой нервных процессов («сильные» и «слабые» в соответствии с классификацией А. Л. Попова).

Двигательная активность детей с сильной силой нервных процессов достаточно высока, и составляет в зимнее время - от 20 до 25 тысяч, в летнее время - от 22 до 28 тысяч локомоций в день. Количество локомоций у детей со слабой силой нервных процессов составляет в зимнее время - от 15 до 20 тысяч, в летнее время - от 17 до 22 тысяч локомоций в день.

Сила характеризует высокую работоспособность нервной системы при весьма высокой интенсивности внешнего воздействия, хорошо совпадает с жизненными показателями надежности действий в сложных, экстремальных условиях (например, в спортивных соревнованиях). Противоположный полюс силы - слабость, позволяет успешно действовать в монотонных условиях с преобладанием слабых внешних стимулов [3].

Очень важно правильно и целесообразно сформировать двигательный режим детей дошкольного возраста в соответствии с силой нервной системы. Детям с сильной нервной системой особенно необходимы значительные физические нагрузки подвижные игры, занятия спортом, где они могли бы расходовать свою огромную энергию и, тем самым, становиться более уравновешенными и спокойными. Лишение свободы двигательной деятельности такие дети переживают как пытку. Эти дети жизнерадостные, бодрые, редко унывающие, энергичные и неутомимые труженики. Иногда таких детей приходится побуждать к активности но, тем не менее, эти дети очень подвижны и легко усваивают новый материал. Дети со слабой нервной системой нуждаются в особо вдумчивом и осторожном отношении. Дети этого типа часто инертны, отличаются робостью, стеснительностью, неспособностью выдерживать более или менее сильные нервные напряжения. Их надо чаще включать в коллективные детские игры, поддерживать и поощрять малейшую попытку проявить инициативу, самостоятельность. Но все же, делать это нужно очень осторожно, так как этот вид занятий может только создать сильную напряженность. Соревновательный и игровой вид деятельности, тем не менее, очень важен для «слабых» детей для воспитания воли, настойчивости и умения ориентироваться в определенной ситуации.

Список литературы

1. **Двигательная активность и здоровье детей и подростков** / отв. ред. А. Г. Сухарев. М.: Медицина и здравоохранение, 1988. 126 с.
2. **Овчинникова Т. С., Потапчук А. А.** Двигательный игротренинг для дошкольников. СПб.: Издательство «Речь», 2002. 176 с.
3. **Попов А. Л.** Психология: учебное пособие для физкультурных вузов и факультетов физического воспитания. М.: Издательство «Наука», 2001. 336 с.

УДК 796

*Ольга Викторовна Соколова (1), Ольга Геннадьевна Дианова (1),
Александр Николаевич Савчук (2), Лилия Викторовна Галямова (3)
Лесосибирский педагогический институт (филиал) Сибирского федерального университета (1)
Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева (2)
Детская юношеская спортивная школа № 1 г. Лесосибирска, Красноярского края (3)*

ВЛИЯНИЕ СИЛЫ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ НА ДВИГАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В СПОРТЕ[©]

Для развития современного спорта очень важен поиск талантливых детей, которые способны к выполнению больших спортивных нагрузок и высоким темпам спортивного совершенствования. Однако, практика спорта богата примерами преждевременного ухода из большого спорта талантливых спортсменов. Это является следствием просчета тренеров, недостаточно знающих возрастные особенности адаптации детей к физическим нагрузкам, индивидуальные различия, законы спортивного совершенствования [7].

В настоящее время рядом исследований доказано, что в достижении высокого уровня спортивного мастерства весьма существенную роль играют типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы. Лица с различными сочетаниями основных свойств нервной системы могут достичь одинаковых успехов в спорте, но приходят к ним своеобразным путем, с разной степенью затраты времени, сил, энергии [3; 11].