

УКРАИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА

На правах рукописи

ДОНЗО ДИАРРА

ПРОГРАММНО-НОРМАТИВНЫЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОГО
ВОСПИТАНИЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ РЕСПУБЛИКИ ГВИНЕЯ

24.00.02 - Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения.

13.00.06 - Теорія і методика фіз. виховання

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

D. Donzo



Диссертацией является рукопись.

Работа выполнена в Украинском государственном университете
физического воспитания и спорта.

Научный руководитель - кандидат педагогических наук,
доцент Татьяна Юрьевна КРУЦЕВИЧ.

Официальные оппоненты - доктор педагогических наук, профессор
Леонид Викторович ВОЛКОВ.
кандидат биологических наук, профессор
Валентин Васильевич ПЕТРОВСКИЙ.

Ведущая организация - Тернопольский государственный
педагогический институт,
Министерство образования Украины,
г. Тернополь

Защита состоится "___" _____ 1997 г. в 14 ч. 30 мин. на
заседании специализированного ученого совета Д 50.29.01 Украинского
государственного университета физического воспитания и спорта (252650,
Киев-5, ул. Физкультуры, 1).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Украинского
государственного университета физического воспитания и спорта (252650,
Киев-5, ул. Физкультуры, 1).

Автореферат разослан "___" _____ 1997 г.

Ученый секретарь
специализированного ученого совета,
доктор педагогических наук, профессор

Ивашенко Л. Я.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Освобождение Гвинеи от колониального гнета открыло новую эпоху в истории страны, способствовало активизации всех сторон общественной жизни, росту культурного и образовательного уровня народа, повышению его социальной активности. В новой общественной ситуации возникла необходимость в научных исследованиях в области экономики, политики, образования.

Проблема повышения эффективности и качества физического воспитания школьников является наиболее актуальной в настоящее время для развивающихся стран Африки, Азии и Латинской Америки в связи с политическими реформами в этих странах, в том числе реформами в общеобразовательной и профессиональных школах.

Одной из нерешенных проблем Гвинеи в области физического воспитания является разработка учебных программ и организация на их основе физического воспитания учащихся общеобразовательных школ.

Пока невыясненным остается вопрос о возможности использования населением Гвинеи нормативных требований по оценке физической подготовленности, содержания программ по физическому воспитанию и занятию массовым спортом, разработанными в соседних странах. Географическое положение Гвинеи (побережье Атлантического океана западной части Африканского континента), климатические условия — климат экваториально-муссонного типа со среднегодовой температурой + 27°C, местные условия и традиции народа, по нашему мнению не позволяет автоматически переносить содержание программ по физическому воспитанию в Египте, Марокко, Алжире, Нигерии, Ливии, Тунисе.

Анализ программ по физическому воспитанию стран СНГ, бывшего социалистического содружества (Болгария, ГДР, Венгрия, Куба, Румыния), США, Франции, Канады, Германии и др. дали возможность выявить тенденции, лежащие в основе их научного обоснования. При их разработке учитываются нормативы физического развития и физической подготовленности детей данного региона (Тур А.Ф., 1960; Гужаловский А.А., 1966; Ашмарин Б.А., 1978; Курцева А.П., 1984; Душанин С.А., Иващенко Л.Я., Пирогова Е.А., 1985; Амосов Н.М., Мурахов Н.В., 1985; Глухов И.В., 1989), национальные традиции (Голубев А.Д., 1968; Жданов Л.Н., Брянкин С.В., 1978; Жестяников, 1987; Гужаловский А.А., Воршин Е.А., 1988) мотивы и интересы

учащихся (Стукин А. Ю., 1984; Коробейников Н.К., Михеев А.А., Николенко И.Г., 1991; Сигнатинос И.Э., 1992), местные условия (Фирсов, 1963; Сюре Кагол Жан, 1973; Скачков И.Г., 1991).

Отчетливо наблюдается постепенное возрастание роли спортивных дисциплин при все большей значимости спортивных и подвижных игр, увеличение объема общеразвивающих упражнений в системе урочных форм занятий (Экхольм, 1980; Лууриуф, 1991).

В программу обязательных и факультативных занятий все чаще включаются традиционные виды физических упражнений, наиболее характерные для той или иной страны. Например в Болгарии — тяжелая атлетика, борьба, единоборства, художественная гимнастика, в Польше — всевозможные формы занятий оздоровительным и спортивным бегом, в России — зимние виды спорта.

В методику школьного физического воспитания широко внедряются и принципы спортивной тренировки, что выражается в увеличении интенсивности занятий за счет повышения моторной плотности урока (Венгрия, Германия, Польша, Чехия, Словакия).

Особой проблемой развивающихся стран Африки, в частности Гвинеи, является разработка таких программ по физическому воспитанию для начальной и средней школы, так как отсутствуют даже теоретические и научные предпосылки их составления, т.е. не разработаны нормативы оценки физического развития и физической подготовленности детей, не определен объем двигательной активности, не установлено состояние их здоровья, не изучены мотивы и интересы к занятиям физическими упражнениями (Фирсов, 1963; Кареня Н.А., 1977; Мадани Брахим Бен, 1985; Ким В.Г., 1989).

Все выше сказанное обуславливает необходимость разработки программ по физическому воспитанию в начальной школе республики Гвинея, что позволит упорядочить систему физического воспитания детей, повысить качество учебного процесса и тем самым способствовать укреплению здоровья школьников, целенаправленно воздействовать на их физическое развитие и физическую подготовленность, привить интерес к занятиям физической культурой и спортом.

Исследования выполнены в соответствии с социальным заказом республики Гвинея и целевым заказом Министерства народного образования и Министерства Здравоохранения Гвинеи (письмо № 0610, 0611).

Рабочая гипотеза: предполагается, что разработка нормативных основ программ по физическому воспитанию, включающих нормативы физического развития, физической подготовленности, интересы учащихся и местные условия, даст возможность определить эффективные средства физического воспитания, формы организации занятий и их содержание в системе образования школьников Гвинеи, что позволит повысить качество процесса физического воспитания и решить задачи оздоровления подрастающего поколения.

Цель исследования — совершенствование системы физического воспитания в начальной школе республики Гвинея.

Задачи исследования:

- изучить объективные условия для организации процесса физического воспитания в начальной школе республики Гвинея;
- изучить особенности физического развития и физической подготовленности детей 7 — 16 лет республики Гвинея;
- определить нормативы и разработать систему оценки физического развития и физической подготовленности школьников;
- определить содержание программ по физическому воспитанию в начальной школе республики Гвинея.

Объектом исследования является система физического воспитания в начальной школе республики Гвинея.

Предметом исследования являются программно-нормативные основы физического воспитания детей начальной школы республики Гвинея.

Теоретическая значимость работы заключается в установлении закономерностей физического развития и физической подготовленности гвинейских школьников 7 — 16

лет, обосновании содержания программ по физическому воспитанию в начальной школе. Данные разработки являются основой становления теории и методики Гвинейской системы физического воспитания.

Практическая значимость работы заключается в разработке структуры и содержания программ по физическому воспитанию в начальной школе республики Гвинея с учетом географических, климатических особенностей страны, национальных традиций и интересов учащихся; разработке средневозрастных нормативов физического развития и физической подготовленности гвинейских школьников 7 — 16 лет; в разработке эффективной системы оценки физической подготовленности детей, позволяющей определять уровень развития отдельных двигательных качеств, степень их отклонения от нормативов, корректировать программу занятий и оценивать ее эффективность.

Научная новизна. Впервые изучены особенности физического развития и физической подготовленности детей 7 — 16 лет республики Гвинея, выявлены взаимосвязи между показателями морфофункционального статуса и физической подготовленностью школьников, определены лимитирующие факторы, влияющие на отдельные стороны физической подготовленности гвинейских детей, выявлены приоритетные заболевания (структура заболеваемости) в различные возрастные периоды и определена направленность профилактико-оздоровительных занятий физическими упражнениями, разработаны средневозрастные нормативы физического развития и физической подготовленности школьников 7 — 16 лет, разработана рейтинговая система оценки физической подготовленности детей, определена структура программ по физическому воспитанию в начальной школе.

Уровень внедрения научных разработок. Разработанные программы по физическому воспитанию в начальной школе были введены в учебный процесс школ префектуры “Диксин” г. Канакри (Гвинея) в 1995 г. Положительный отзыв был получен от Министерства Молодежи и спорта (письмо № 118/AGM 1995).

Положения, выносимые на защиту :

1. Закономерности физического развития и физической подготовленности школьников 7 — 16 лет Гвинеи.
2. Нормативы физической подготовленности школьников 7 — 16 лет Гвинеи.
3. Система оценки физической подготовленности детей, занимающихся по типовым программам физического воспитания в общеобразовательной школе.
4. Структура и содержание программ по физическому воспитанию в начальной школе республики Гвинеи.

Результаты диссертационного исследования были изложены на конференциях Украинского Государственного университета физического воспитания и спорта, международной научно-практической конференции “Физическое воспитание, спорт и бизнес. Теория и социальная практика” (Минск, 1994), 3rd International Congress on physical education et sport (Komotinu, Greece, 1995) и опубликованы в пяти публикациях.

Личный вклад диссертанта определяется постановкой задач экспериментального исследования, обработкой и анализом результатов исследования, апробации диссертационных разработок в учебном процессе начальных школ г. Конакри.

Методология, методы и организация исследования. Для решения поставленных задач был использован системный подход, который заключался в изучении взаимосвязей между показателями морфофункционального статуса и физической подготовленностью на возрастном срезе 7 — 16 лет школьников г. Конакри и разработке на этой основе средневозрастных нормативов физической подготовленности детей и системы их оценки.

В разработке были использованы следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, изучение документальных материалов (нормативных документов, статистических отчетов и др.); анкетирование; соматометрические (измерение длины тела, окружности грудной клетки, расчет индекса скелетной мускулатуры, относительной массы тела) и физиологические (определение ЧСС, АД,

электрокардиография, вариационная пульсометрия) методы; педагогическое тестирование основных двигательных качеств; педагогический эксперимент (констатирующий и преобразующий); методы статистической обработки данных.

Организация исследования. Настоящее исследование проводилось в республике Гвинея. В исследовании приняли участие школьники, занимающиеся в общеобразовательных школах префектуры “Диксин”, не занимающиеся специально спортом, в возрасте 7 — 16 лет. Всего 981 ребенок, 467 из которых — мальчиков и 514 — девочек.

Программа исследований проводилась в несколько этапов:

- на первом этапе изучались возможности проведения различных форм занятий по физической культуре в школе, особенности управления народным образованием, физической культурой и массовым спортом в Гвинее;
- возможности внедрения программ по физическому воспитанию в школах;
- условия проведения занятий по физической культуре;
- на втором этапе определялся уровень физического развития и физической подготовленности, состояние здоровья, двигательной активности, интересы и мотивы занятий физическими упражнениями школьников 7 — 16 лет в республике Гвинея;
- на третьем этапе разрабатывалась шкала оценки физической подготовленности детей 7 — 16 лет, которая составила нормативную основу программы по физическому воспитанию школьников Гвинеи;
- на четвертом этапе определялось содержание и направленность средств физического воспитания, формы занятий, в программе по физическому воспитанию школьников.

Структура и объем работы. Диссертационная работа состоит из введения, пяти глав, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы и

приложений. Изложена на 214 страницах машинописного текста, содержит 34 таблиц и 12 рисунков.

– В работе использовано 296 литературных источников, из которых 89 — иностранных.

Результаты собственных исследований

Особенности физического воспитания учащихся начальной и средней школы республики Гвинея.

Изучение функционирования системы физического воспитания молодежи в республике Гвинея позволяет утверждать о необходимости ее радикальной перестройки.

Забота о развитии физической культуры и спорта — важнейшая составляющая социальной политики государства.

Физическая культура, являясь одной из граней общей культуры человека, его здорового образа жизни, во многом определяет поведение человека в учебе, на производстве, в быту, в общении, способствует решению социально-экономических, воспитательных и оздоровительных задач.

К моменту провозглашения независимости (1958 г.) около 85% населения было неграмотным. В настоящее время общее количество школьников общеобразовательных школ равно 432749 человек, из них 129930 девочек. Это составляет 30% от общего числа.

В начальных школах учатся 80% от общего количества учащихся, в колледжах — 17%, в техникумах — 3%. Из них же: 61,19% составляет население городов и 38,81% — сельской местности.

В физическом воспитании детей и учащейся молодежи есть ряд существенных недостатков: отсутствие отведенного времени на обязательное занятие физической культурой, издержки профессиональной подготовленности педагогических кадров, недооценка физического воспитания педагогическими коллективами, органами народного образования; отсутствие у педагогов-предметников необходимой

профессиональной компетентности в сфере физической культуры и спорта; недостаточное внимание физкультурному образованию учащихся, к формированию устойчивых установок на самостоятельные занятия; отсутствие традиций семейного физического воспитания; сведение педагогического процесса к решению частных задач без соотнесения с общей целью, что чревато издержками в развитии личности; несогласованность действий органов народного образования, здравоохранения, физической культуры и спорта в физическом воспитании детей и молодежи; отсутствие целенаправленной пропаганды, популярных методических материалов для учащейся молодежи, родителей и педагогов; недостаточное внимание средств массовой информации к распространению знаний о физической культуре; плохая организация здорового образа жизни; слабое обобщение и распространение зарубежного опыта; крайне неудовлетворительное финансовое и материально-техническое обеспечение физического воспитания детей и учащейся молодежи.

Основной причиной неудовлетворительного состояния физического воспитания в школе является отсутствие программ по физическому воспитанию и нормативов оценки физической подготовленности детей. В то время как специфические географические, климатические, социальные и другие условия страны не позволяют автоматически переносить содержание программно-нормативных основ физического воспитания детей в других африканских и европейских странах.

Наши исследования подтверждают, что на морфофункциональный и психический статус человека, на его физическую подготовленность и работоспособность влияют также и социальные факторы (Тур А.Ф. 1960; Эхольм, 1980; Глухов В.И., 1984; Аксенов В.В., 1984; Бангура К.К., 1985). К экологическим относят высоту местности над уровнем моря, влажность, температуру, атмосферное давление, геохимию почв и воды, радиацию, магнитное поле земли, гравитация и т.д., т.е. экзогенные факторы. К биологическим относятся генетические факторы: конституция,

пол; биологический возраст, т.е. эндогенные факторы. К социальным относят санитарно-гигиенические факторы: питание, спортивная деятельность.

Так, обнаружено влияние климатических условий жизни на физическую подготовленность растущего организма. Показано, что дети, подростки и молодежь, проживающие в республике Гвинея, имеют специфические особенности в уровне физической подготовленности. Весоростовой индекс гвинейских школьников ниже средневозрастных нормативов европейских детей. Так, в 7 лет у мальчиков на 20 г/см, в 8 лет на 25 г/см, в 9 лет на 10 г/см, а в 14 — 16 лет на 40 — 50 г/см; у девочек весоростовой индекс еще более низкий, чем у европейских детей, что свидетельствует о недостатке массы тела (в большей степени мышечной массы). Так, в 7 лет этот показатель ниже на 40 г/см, в 8 лет на 25 г/см и в 13 — 16 лет на 30 — 40 г/см. Как правило, лимитирующим фактором проявления физических возможностей у европейских детей является ожирение различных степеней. Также установлено, что избыточная масса тела является ведущим фактором, лимитирующим физические возможности детей некоторых стран Африки: Туниса, Египта, Марокко, Алжира, Кении, Ливии. Однако в нашем исследовании обнаружена иная тенденция — лимитирующим фактором некоторых двигательных способностей является недостаточная мышечная масса, что приводит к низкому уровню развития мышечной мускулатуры.

При тестировании учащихся с помощью батареи тестов мы отметили, что у детей с массой тела выше средних величин результаты двигательных тестов более высокие, чем со средней массой тела. Особенно это заметно при выполнении скоростно-силовых упражнений (прыжок в длину с места, прыжок в высоту с места, метание теннисного мяча). Вероятно, у гвинейских школьников превышение массы тела относительно среднестатистической величины в пределах 1 — 2 сигм не является признаком избыточной массы тела, а определяет должный уровень, обеспечивающий нормальное функционирование организма и проявление физических возможностей детей (табл. 1, 2).

В диссертационном исследовании сделана попытка определить морфологические характеристики и физическую подготовленность гвинейских детей в возрасте 7 — 16 лет. Были изучены различные антропометрические индексы и некоторые параметры основных двигательных качеств у школьников Гвинеи и проведено сравнение с аналогичными данными украинских школьников.

Сравнение показателей физического развития детей городов Украины и Гвинеи показывает, что в большей степени сближаются показатели длины и массы тела детей г.Львова и г.Конакри. Основные различия отмечаются между детьми г.Киева и г.Конакри. У киевлян более высокий рост и больше масса тела. По показателям окружности грудной клетки наибольшее различие в возрасте 7 — 9 лет. Мальчики г.Конакри более узкогрудые и тонкокостные по сравнению со своими сверстниками с Украины, т.е. по этим показателям физического развития определяется отличительный конституционный тип детей Европы и Африки. Однако, эти различия прослеживаются и внутри одного государства. Дети Западного региона Украины намного ниже детей Центрального региона, но соотношение весо-ростовых показателей у них одинаковое.

По показателям физической подготовленности дети г.Конакри имеют также показатели намного ниже украинских школьников. Темпы физического развития мальчиков и девочек не совпадают. У девочек происходит опережение на 1 — 2 года, так как начало интенсивного роста тела в длину, массы тела, окружности грудной клетки у девочек отмечается в 8 — 9 лет, а у мальчиков в 9 — 10 лет. У девочек в 14 — 15 лет отмечается второй скачок роста, а у мальчиков в 15 — 16 лет.

Эти факты согласуются с общими закономерностями развития детского организма в онтогенезе, выявленными в процессе обследований европейской детей (Сергеева Б.В., 1973; Новокрещенов В.В., 1985; Петровский В.В., 1988; Гужаловский А.А., 1993).

Таблица 1

Средневозрастные показатели физического развития девочек 7-16 лет

г.Конакри, Гвинея ($M_x \pm S_x$)

Возраст, лет	Длина тела, см	Масса тела, кг	ОГК, см	Индекс мускулатуры правого плеча ус. ед.	Индекс мускулатуры левого плеча ус. ед.	ЖЕЛ, мл	Динамометрия		Весо-ростовой индекс, г/см
							Прав., кг	Лев., кг.	
7	120,1±1,3	17,6±1,6	50,2±2,6	10,4±0,8	10,4±0,8	1293,0±98,9	6,5±1,2	6,0±1,0	146,0±10,9
8	125,1±1,3	22,0±1,2	52,0±3,1	10,7±2,7	10,1±2,5	1335,0±89,4	9,8±2,1	9,0±1,8	175,4±7,6
9	126,0±3,3	24,9±3,1	56,0±6,4	9,9±4,2	9,8±3,5	1508,0±290,0	12,9±1,6	11,9±1,3	206,4±21,4
10	128,0±3,7	30,2±3,8	60,4±6,9	8,3±2,9	8,1±3,5	1576,0±271,2	14,2±1,8	13,8±1,8	238,4±26,6
11	138,2±3,9	35,0±4,4	64,2±2,0	12,1±3,9	11,4±5,2	1814,0±268,0	14,0±2,1	13,2±2,0	258,0±26,4
12	142,0±9,7	39,0±5,6	66,9±3,9	13,0±5,0	11,5±4,4	1724,0±275,0	15,4±2,7	14,4±2,4	275,0±34,1
13	143,0±7,6	39,3±6,2	69,9±4,2	11,8±6,2	10,8±4,1	2100,0±76,3	19,9±1,0	18,3±2,2	266,5±41,8
14	147,6±7,7	44,6±6,0	70,6±3,0	11,2±5,2	10,4±4,8	1900,0±125,0	18,5±1,3	17,7±2,1	325,9±27,7
15	151,9±5,9	48,1±7,4	75,0±1,6	13,2±1,8	12,9±4,8	2700,0±108,0	24,4±3,3	23,2±3,5	290,8±37,0
16	158,9±5,9	49,8±8,0	77,0±2,6	11,6±5,2	11,8±4,2	310,0±180,0	29,0±2,0	27,4±1,6	311,9±41,7

Таблица 2

Средневозрастные показатели физического развития мальчиков 7-16 лет г.Конакри (Гвинея)

Возраст, лет	Длина тела, см	Масса тела, кг	ОГК, см	Индекс мускулатуры правого плеча ус. ед.	Индекс мускулатуры левого плеча ус. ед.	ЖЕЛ, мл	Динамометрия		Весо-ростовой индекс, г/см
							Прав., кг	Лев., кг.	
7	119±1,9	20,0±0,9	49,0±4,0	12,3±3,1	11,7±3,0	1293,0±124,9	6,8±1,1	6,7±0,9	167,2±6,3
8	121,5±2,2	22,2±1,4	55,0±4,1	12,3±3,1	11,7±3,0	1314,9±132,1	11,0±1,4	11,1±2,3	176,2±12,9
9	127,2±2,3	26,8±3,7	55,0±1,2	8,7±3,2	8,2±2,9	1502,0±256,0	12,8±1,8	11,9±1,3	200,0±14,0
10	133,2±4,4	31,2±2,6	60,4±4,5	8,0±2,9	8,2±3,1	1593±122,6	13,9±2,3	14,7±2,3	237,0±10,0
11	134,4±3,6	33,4±3,7	64,9±2,5	12,1±3,7	10,6±4,6	1812,0±111,2	15,9±1,3	14,9±1,1	248,2±24,0
12	136,9±5,2	37,7±4,1	65,5±3,1	12,3±3,7	11,3±4,3	1872,0±183,8	17,0±0,8	15,0±0,9	272,4±19,6
13	144,8±6,8	43,8±5,8	68,9±1,3	10,1±5,6	10,8±5,0	1900,0±104,0	17,5±0,1	16,0±1,6	293,0±45,6
14	146,2±9,2	43,7±10,6	71,0±7,9	9,2±4,8	10,9±5,1	2448,0±364,6	22,9±2,6	22,4±3,9	301,0±59,3
15	149,4±9,9	50,4±0,9	76,0±2,0	12,3±3,9	12,1±4,9	2500,0±256,0	23,0±1,8	22,7±2,7	333,0±42,3
16	158,5±5,9	58,2±10,2	79,0±8,1	10,9±6,8	10,3±5,9	2540,2±548,0	2,63±7,8	24,1±6,4	367,2

При составлении оценочных таблиц мы учитывали величину одной сигмы от генеральной средней. Таблицы разработаны по трем уровням (выше среднего, средний и ниже среднего) и могут служить сопоставительными нормами в программах по физическому воспитанию школьников Гвинеи.

Функциональное состояние кардио-распираторной системы. В своих исследованиях мы применили метод математического анализа ритма сердца, разработанный В.В.Париным и Р.М.Баевским (1967 — 1986 гг.). У исследуемых школьников была снята электрокардиограмма во II-м стандартном отведении, затем измерялись 100 циклов интервалов между зубцами R — R и проводился математический анализ сердечного ритма. Математические характеристики сердечного ритма относятся к классу показателей, которые отражают состояние регуляторных систем при адаптации организма к различным воздействиям. Колебательные процессы характеризуют активность соответствующих регуляторных систем, степень напряжений определенных управляющих механизмов. Увеличение амплитуды колебаний означает, что затраты энергии и информации на управление соответствующими функциональными системами увеличилась.

В наших исследованиях математический анализ сердечного ритма использовался для оценки и прогнозирования физической тренированности детей различных возрастных групп с целью определения адекватного двигательного режима в программах по физическому воспитанию школьников.

В исследованиях использовались в качестве стандартной нагрузки Гарвардский степ-тест.

Показатели 100 циклов R — R снимались до нагрузки и на 2 —3 минуте восстановления.

“Цена” регуляции (адаптации) определяется степенью активации симпатического отдела вегетативной нервной системы и подкорковых центров по показаниям МО, ΔХ, АМО, ИН (Баевский Р.М.,— 1979).

Достоверное различие всех этих показателей до и после нагрузки отмечаются у мальчиков 13 — 14 лет, а у девочек в 10 — 14 лет. В периоде восстановления сохраняется более высокая активность центральных механизмов регуляции, адренергетическая реакция на нагрузку умеренной интенсивности, что можно расценить как снижение адаптационных возможностей организма.

У девочек намного чаще, чем у мальчиков, встречается значимые отличия показателей ритма сердца до и после нагрузки. Это указывает на более низкую у девочек устойчивость регуляторных систем в большем возрастном диапазоне, на более активную реакцию центральных механизмов в ответ на возмущение.

Сопоставляя результаты в беге на 30 м, 1000 м, 1500 м и показателей вариационной пульсометрии, мы обнаружили некоторую взаимосвязь. Наибольшее улучшение результатов в беге у мальчиков происходит в возрасте 10, 11, 12 лет, а далее прирост замедляется, что совпадает с уменьшением активности симпатического отдела вегетативной нервной системы в покое. Однако в период восстановления после нагрузки умеренной интенсивности отмечается ярко выраженная симпатотония (MO_1 — 0,73 сек, MO_2 — 0,45 сек), что характеризует высшую активность центральных механизмов регуляции и указывает на повышенную напряженность этих систем. Это можно расценивать как снижение адаптационных возможностей организма. Вероятно, на фоне этих изменений в сердечно-сосудистой системе снижаются способности к выполнению интенсивных и длительных физических нагрузок.

Данные факты необходимо учитывать при определении содержания и направленности средств физического воспитания в программах по физическому воспитанию в школе в различные возрастные периоды.

Оценка физической подготовленности школьников Гвинеи.

Сравнение показателей физической подготовленности детей различных регионов, стран, континентов имеет большие сложности в связи с отсутствием единого

метрологического подхода к системе тестирования, объективизации и унификации теста.

В основе оценочных нормативов, разработанными исследователями различных стран лежат различные математические подходы, которые учитывают колебание сигмального отклонения в диапазоне от 0,5 до 1, варианты перцентильного анализа.

В наших исследованиях было определено, что наиболее эффективным способом оценки физической подготовленности школьников в системе урочных и неурочных форм занятий является рейтинговая система, которая может служить средством оперативного контроля за физическим состоянием каждого школьника, возрастной группы школьников, а также лечь в основу национально-государственной оценки. Оценка осуществляется по таблицам центильного типа. Практическое использование этих таблиц просто и удобно. Перцентильная шкала учитывает изменения как положительные, так и отрицательные в физической подготовленности занимающихся. Ранжированная шкала оценок предусматривает, что тесты ее 10-го уровня способны выполнить 50 % всех школьников, участвовавших в тестировании при граничных значениях шкалы диапазона уровней от 0 до 20 ее рангов (классов).

Нами разработаны оценочные таблицы по 7 двигательным тестам на силу, быстроту, выносливость и координацию для учеников 7 — 16 лет (мальчиков и девочек) в 20-бальной системе. Такая унифицированная система оценки позволяет сопоставлять результаты в физических упражнениях, выражаемых в различных единицах измерения (м, кг, мин и т.п.) и представить это графически в виде профильной карты.

Такой “профиль” воссоздает обобщенную картину физического состояния школьника в его возрастно-половой группе, что позволяет провести оперативный анализ относительно средних аналогичных данных.

Профильные карты могут также служить обобщенными показателями физического состояния школьников для конкретной страны и базовой оценкой при сопоставлении с результатами показателей отдельного класса, школы, спортивной

группы или еще каких-либо формирований. Это даст возможность скорректировать учебную программу или спортивную тренировку с целью достижения лучших результатов.

Направленность и содержание программ по физическому воспитанию в начальной и средней школе республики Гвинея.

Нами разработана и предлагается типовая учебная программа по физическому воспитанию в начальной и средней школе республики Гвинея, которая имеет цель — расширить знания учащихся о физической культуре и спорте, сформировать положительное отношение к систематическим занятиям физическими упражнениями, определить нормативный уровень физической подготовленности.

Структура учебных программ может быть представлена в VII разделах:

- I. Задачи физического воспитания в начальной школе.
- II. Формы работы по физическому воспитанию.
- III. Средства физического воспитания.
- IV. Требования к уроку и распределение часов на виды физических упражнений.
- V. Содержание уроков физической культуры по годам обучения.
- VI. Нормативы и требования.
- VII. Документы учета и планирования.

Содержание каждого раздела и программы в целом обосновывается нами исходя из изученных литературных источников, анализа других учебных программ по физическому воспитанию и учета местных условий.

Отличительные особенности нашей программы заключаются в том, что при разработке программно-нормативных основ физического воспитания учитывались не только общепринятые педагогические требования, но и исходя из особенностей экономического положения страны, и другие аспекты, такие как: социально-экономические, климато-географические и культурные. Занятия физической культурой

подготовки, как плавание из-за отсутствия плавательных бассейнов, гимнастику на снарядах из-за отсутствия технической базы: залов и инвентаря..

Учитывая традиции народа и его культуру, мы включили в программу физического воспитания народные танцы, которые способствуют развитию ритма, координации движений, пластики и общей выносливости.

Климато-географические особенности позволяют заниматься гвинейским детям любым видом спорта, кроме зимних видов спорта. Учитывая интересы и мотивы занятий физическими упражнениями детей, подростков и юношества Гвинеи, в программу физического воспитания включены те виды спорта, которые пользуются наибольшей популярностью — это футбол, баскетбол, гандбол и легкая атлетика.

Оценка знаний учащихся начальной, средней и высшей школы по всем общеобразовательным и специальным предметам осуществляется по бальной системе. Чтобы сохранить тот же подход и традиции школы, также разработана бальная система оценки физической подготовленности школьников, что и составило нормативную основу программы.

Разработанные нами средневозрастные нормативы физического развития и физической подготовленности школьников дают возможность преподавателям и родителям определять соответствие или отклонение показателей конкретного индивидуума от средневозрастных стандартов и при необходимости намечать пути коррекции выходящих за пределы нормы.

В период с 3.02.95 по 31.08.95 в школе “Диксин” были внедрены программы по физическому воспитанию школьников 1 — 8 классов. С согласия администрации школы “Диксин” в расписание занятий в 1-ю половину дня были включены уроки физкультуры, которые проводились 2 раза в неделю. В содержание занятий входили те виды физических упражнений, которые были предложены нами. В начале семестра, в течение семестра и в конце семестра проводились тестирования учеников. Оценка результатов тестирования осуществлялась по 20-бальной системе, предложенной в программе. В

результате занятий в течение семестра, ученики улучшили свои показатели физической подготовленности на 10 — 20 %. В связи с полученными результатами из школы “Диксин”, программа получила положительный отзыв от Министерства молодежи и спорта (письмо №118/AGM 1995).

В диссертации нет исчерпывающего ответа на многие вопросы практики массовой физкультуры, поэтому разработка данной проблемы будет продолжена. Представляется также важным обратить внимание на разработку выделенных нами проблем на методическом уровне.

Выводы

1. Изучение объективных условий функционирования современной системы физического воспитания учащейся молодежи Гвинеи выявило ряд существенных недостатков, таких как несогласованность действий органов народного образования, здравоохранения, физической культуры и спорта в физическом воспитании детей и молодежи, издержки в профессиональной подготовленности педагогических кадров, отсутствие программно-нормативных основ физического воспитания школьников, отсутствие обязательных занятий по физическому воспитанию в школе, неудовлетворительное финансовое и материально-техническое обеспечение физического воспитания детей и учащейся молодежи, которые отрицательно сказываются на физическом состоянии подрастающего поколения и позволяют утверждать о необходимости ее радикальной перестройки.
2. В результате антропометрических исследований детей 7 — 16 лет выявлены закономерности их физического развития, которые проявляются в гетерохронности развития морфо-функциональных показателей:

— наибольшие темпы прироста тела в длину регистрируются у мальчиков в возрасте 9, 10, 13, 16 лет, у девочек — 8, 11, 14, 16 лет, когда эти показатели увеличиваются на 5 — 6% по отношению к предшествующему;

— наибольший прирост массы тела на 15 — 20% отмечается у мальчиков в 9, 13 и 16 лет, у девочек в 8, 9, 11 и 14 лет.

3. При сопоставлении средневозрастных морфо-функциональных показателей детей Гвинеи и Центральной Европы прослеживается явно выраженные отличия в конституционном типе, что проявляется в различиях массы тела (гвинейцы худее), длине тела (европейцы выше), толщине кости (гвинейцы тонкокостнее), обхватных размерах (гвинейцы более узкогрудые) и др., что обосновывает целесообразность разработки нормативов и программ по физическому воспитанию для школьников данной страны.
4. Тестирование основных двигательных качеств позволило выявить закономерности их изменения в возрастном аспекте и выделить сензитивные периоды, которые являются специфичными для гвинейских школьников. Сензитивными периодами развития скоростных способностей можно считать у мальчиков возраст 8, 9, 11 и 14 лет, у девочек — 7, 9 и 12 лет; выносливости у мальчиков — 11 и 12 лет, у девочек — 10 и 15 лет; силы у мальчиков — 12 и 16 лет, у девочек — 7, 11 и 13 лет; скоростно-силовых способностей у мальчиков — 8, 9, 10, 12, 14 и 16 лет, у девочек — 9, 14, 15 и 16 лет. Эти двигательные качества в большей степени зависят от физического и функционального состояния организма и развиваются естественным путем. Координационные способности в большей степени связаны с обучаемостью детей разнообразным двигательным действиям и обусловлены диссоциацией параметров биодинамики в подростковом возрасте и высокой степенью их согласованности у детей 7 — 8 лет. Ухудшение координационных способностей гвинейских школьников с возрастом, вероятно, связано с

отсутствием программ по физическому воспитанию, в содержание которых входит широкий круг физических упражнений, осваемый учениками начиная с младшего школьного возраста.

5. Анализ коэффициентов парной корреляции показателей физического развития и физической подготовленности мальчиков и девочек г.Конакри позволил выделить лимитирующие факторы развития некоторых физических качеств. Так, результаты в скоростно-силовых тестах находятся в прямой зависимости от относительной массы тела. Коэффициенты корреляции у девочек находятся в пределах $r=0,413$ до $r=0,615$. Это, вероятно, связано с недостаточной мышечной массой девочек, что приводит к низкому уровню развития скелетной мускулатуры.

6. Оценка адаптационных возможностей мальчиков и девочек по степени активизации симпатического отдела нервной системы и подкорковых центров по показателям МО, ΔX , АМО, ИН позволила выявить более выраженные колебания активности регуляторных систем у мальчиков, что проявляется в более резких изменениях статистических характеристик ритма сердца с возрастом.

У девочек намного чаще, чем у мальчиков, встречаются значимые различия показателей ритма сердца до и после нагрузки. Это указывает на более низкую устойчивость регуляторных систем в большем возрастном диапазоне, на более активную реакцию центральных механизмов в ответ на возмущение.

Период повышенной парасимпатической активности наступает у подростков в 14 лет, что, вероятно, носит компенсаторный характер и связан с закономерностями влияния вагуса на синусовый узел.

В 14-летнем возрасте у подростков повышается напряженность адаптационных систем и снижается способность к выполнению длительных интенсивных нагрузок.

7. Приоритетными заболеваниями школьников Гвинеи являются: малярия, паразитарные заболевания (паразитарные, грибковые, обменные), бронхиты, травматизм, ветряная оспа, свинка. Наибольший процент заболеваний малярией в младшем школьном возрасте, а затем их количество резко снижается, а вот ОРЗ, наоборот, — в большей степени подвержены школьники 11 — 16 лет. Можно выделить возрастные периоды детей, в течение которых отмечается наибольшая частота различного вида заболеваний — это 10 — 14 лет. Это свидетельствует о снижении в этот период сопротивляемости организма различного рода болезнетворным микроорганизмам и наряду с санитарно-гигиеническими мероприятиями повышает значимость профилактико-оздоровительных физкультурных занятий как в учебное, так и во внеучебное время.
8. Исследования, проведенные на 981 учащемся 3-х школ префектуры “Диксин” г.Конакри (всего в префектуре 3 школы с контингентом 1015 человек) позволили рассчитать средневозрастные показатели физического развития и физической подготовленности детей 7 — 16 лет и разработать средневозрастные нормативы с учетом $\pm 1 S_x$, которые могут служить сопоставительными нормами для возрастных групп 7 — 16 лет данного региона и служить нормативной основой программ по физическому воспитанию в школах г. Конакри.
9. Наиболее эффективным способом оценки физической подготовленности школьников в системе урочных и неурочных форм занятий является рейтинговая система, которая может служить средством оперативного контроля за физическим состоянием каждого школьника, возрастной группы школьников, а также лечь в основу национальной государственной системы оценки.

Программы по физическому воспитанию для 1 — 8 классов, разработанные с учетом социально-экономических, климато-географических, культурных

факторов, а также возрастных закономерностей морфофункционального и психического развития детей, их мотивов и интересов к занятию физическими упражнениями были признаны эффективными в практике работы школ префектуры “Диксин” и могут быть взяты за основу типовых национальных программ по физическому воспитанию в начальной школе республики Гвинея.

По теме диссертации опубликованы следующие работы:

1. Круцевич Т. Ю., Донзо Д. Нормативные основы программ по физическому воспитанию школьников // Сб. тезисов Международного конгресса по физическому воспитанию и спорту, Комотины (Греция), 1995 г., май.
2. Круцевич Т. Ю., Донзо Д. Сравнительный анализ показателей физического развития и физической подготовленности детей различных этнических групп // Сб. тезисов Международной практической конференции "Физическое воспитание, спорт, бизнес: теория и социальная практика", Минск, 1995 г.
3. Donzo Diarra L'education comme l'eau pour le poisson/ - L'espoir, 1996. Guinee, Conakry.
4. Donzo Diarra L'education spirituelle physique et sante publique, comme l'eau pour le poisson. - L'espoir, 1996. Guinee, Conakry.
5. Donzo Diarra Le role de l'education physique dans la sante publique. - Horoya, 1996. Guinee, Conakry, Trubine libre.

DONZO DIARRA, citizen of Guinea

**'PROGRAM AND NORMATIVE FUNDAMENTALS OF PHYSICAL EDUCATION AT
IN BEGINNING SCHOOL OF THE REPUBLIC OF GUINEA '**

Thesis for competition of a candidate's scientific degree of sciences in physical education and sports on speciality 24.00.02: Physical culture, physical education of population's different groups. The Ukrainian State University of Physical Education and Sport. Kyiv 1997.

The following is defended: regularity of physical development and physical training of children at the age of 7 to 16 in the Republic of Guinea, physical training normatives for children at the age of 7 to 16 in the Republic of Guinea, an estimate system for physical training of children who study according to typical programs of physical education at a general educational school, structure and contents of physical education programs at an elementary school of the Republic of Guinea.

Key words: program and normative fundamentals, physical education, elementary school, Republic of Guinea.

ДОНЗО ДІАРРА (громадянин Гвінеї)

**"ПРОГРАМНО-НОРМАТИВНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В
ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ РЕСПУБЛІКИ ГВІНЕЯ"**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 - Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. Український державний університет фізичного виховання і спорту. Київ, 1997.

Захищаються закономірності фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів 7-16 років республіки Гвінея, нормативи фізичної підготовленості школярів 7-16 років республіки Гвінея, система оцінки фізичної підготовленості дітей, які займаються за типовими програмами фізичного виховання у загальноосвітній школі, структура та зміст програм з фізичного виховання у початковій школі республіки Гвінея.

Ключові слова: програмно-нормативні основи, фізичне виховання, початкова школа, республіка Гвінея.

Підписано до друку 18.03.97. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Друк електрографічний.
Ум. друк. арк. 1,0. Тираж 100 прим.

Видавництво «Нора-прінт»

252171, Київ-171, вул. Горького, 180.

435788

AB 37.282

AB 37.282