

3. Aksenova, T.A., Boychenko, N.E., Gryaznova, T.V. and Vishnyakova, S.V. (2016), "Features of choreographic training in the process of aesthetic gymnastics", *Physical education and sports training*, No. 4(18), pp. 7–12.

4. Kravchuk, A. I., Pshenichnikova, G. N., and Korichko Yu.V.. (2017), "Terms of balances and turns in aesthetic gymnastics", *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 6. – pp. 39–41.

5. Smirnov, D.V. and Sorokoumova, S.N. (2022), "Professional psychological selection as a goal, process and result", *Vestnik of Minin University*, Vol.. 10, No. 3, DOI 10.26795/2307-1281-2022-10-3-17.

6. Frolova, S.V. (2022), "Sociocultural factors of the formation of the professional worldview of a modern teacher: challenges to the new world of education", *Vestnik of Minin University*, Vol.. 10, No.. 2, DOI 10.26795/2307-1281-2022-10-2-3.

Контактная информация: olga.kitaeva2003@mail.ru

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 372.879.60

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК ФОРМА ОБУЧЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Владимир Робертович Кузекевич, кандидат педагогических наук, доцент, Александр Альбертович Русаков, кандидат педагогических наук, доцент, Педагогический институт, Иркутский государственный университет, Иркутск

Аннотация

Введение. Формирование различных аспектов основ культуры младшего школьника является одной из глобальных задач системы начального образования. При этом культура безопасного и ответственного поведения в отношении собственной жизни на сегодняшний день рассматривается как значимая задача и базовая основа жизненно важных интересов ребенка. Цель исследования. Создание и рассмотрение педагогических условий для формирования навыков безопасного поведения. Методика и организация исследования. Исходя из пробелов в готовности детей к безопасному поведению, нами были подобраны и разработаны комплексы подвижных игр, направленные на формирование основ безопасного поведения, а также экспериментально проверена эффективность использования данных игр. Результаты исследования и выводы. Доказано, что использование специально подобранных подвижных игр позволило повысить культуру безопасного поведения младших школьников.

Ключевые слова: младшие школьники, подвижные игры, безопасность ребенка.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p251-255

MOBILE GAMES AS A FORM OF TEACHING JUNIOR SCHOOLCHILDREN THE RULES OF SAFE BEHAVIOR IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS

Vladimir Robertovich Kuzekevich, the candidate of pedagogical sciences, docent, Alexander Albertovich Rusakov, the candidate of pedagogical sciences, docent, Irkutsk State University, Irkutsk

Abstract

The formation of different aspects of the basics of the culture of primary school is one of the global challenges of primary education. At the same time, the culture of safe and responsible behavior in relation to one's own life is now seen as a significant task and the basic basis of the vital interests of the child. The purpose of the study. Creating and considering pedagogical conditions for the formation of safe behavior skills. Methodology and organization of research. Based on the gaps in children's readiness for safe behavior, we have selected and developed mobile gaming complexes aimed at building the foundations of safe behavior, as well as experimentally tested the effectiveness of the use of these games. The results of the study and the conclusions. Based on a factor analysis of the interest of high school students in physical education

lessons, it has been proved that the use of specially made mobile games has improved the culture of safe behavior of junior schoolchildren.

Keywords: junior schoolchildren, mobile games, child safety.

ВВЕДЕНИЕ

Безопасность является одной из основных базовых потребностей, без реализации которой невозможно полноценное развитие и самореализация личности.

В Иркутской области в результате дорожно-транспортных происшествий в 2020 году погиб 21 ребенок, травмировано 620 детей, (это самый высокий показатель по Сибирскому федеральному округу), также очень высоки цифры детского травматизма при неосторожном обращении с огнем, на водных и лесных объектах и т. п. Данные факты являются, в том числе и следствием недостаточной сформированности у детей навыков безопасного поведения и психофизической готовности к действиям в критических ситуациях. В то же время сведения о безопасном поведении, приобретаемые в школе, носят несколько односторонний, и как правило, теоретический характер.

Большие, но, к сожалению, в настоящее время недооценённые возможности для формирования основ безопасного поведения имеет предмет «Физическая культура», в частности, раздел «Подвижные игры» [1, 3].

Учитывая особенности возраста, следует пересмотреть формы и приемы организации работы по привитию навыков безопасного поведения, предоставлять большую самостоятельность (младший школьник должен учиться самостоятельно принимать решения об участии или неучастии в каких-то конкретных действиях, о взаимодействии с другими детьми или взрослыми, а также о выборе материалов, ресурсов для осуществления какой-либо деятельности). Возможность действовать самостоятельно формирует у ребенка умение договариваться, согласовывать действия, следовательно, активно развивать навыки коммуникации. Проявление самостоятельности и ответственности уже в меньшей мере зависит от значимого взрослого ряда, и они постепенно становятся внутренним качеством ребенка. Именно поэтому так важно в этот период объяснять ребенку, что он отвечает, в том числе, и за свою собственную безопасность.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В нашем эксперименте приняли участие 122 школьника, обучающиеся в пяти первых классах двух школ г. Иркутска. Из общего состава школьников были сформированы 2 контрольные и 3 экспериментальные группы.

На констатирующем этапе исследования нами был сформирован банк подвижных игр, направленных на формирование основ безопасного поведения для урочной и внеурочной деятельности с обучающимися. Особое внимание мы обратили на развитие наблюдательности, внимания и координации, поскольку данные способности являются основой принятия правильных двигательных решений в нестандартных ситуациях, связанных с безопасностью.

В течение всего учебного года мы использовали подвижные игры, которые способствовали развитию внимания и применяли их во всех разделах программы, а также при организации малых форм физической культуры (физкультпаузы, физкультминутки, подвижные перемены).

В основу учебной деятельности нами был положен принцип самоорганизации обучающихся в процессе игры, а также сочетании игр и игровых упражнений, направленных на развитие произвольного и непроизвольного внимания. Из множества игр, способствующих развитию координационных способностей, мы отдавали предпочтение тем играм, которые существенно влияли на формирование навыков безопасного поведения, в частности, на навык предвидения опасности и умение владеть телом в данный момент [2].

Нами было отобрано больше пятидесяти подвижных игр и их вариантов, направленные на обеспечение комплексной безопасности. Игры были разделены на шесть разделов,

каждый из которых имел свою специфику, связанную с характерными особенностями безопасного поведения [1].

Первый раздел «Поведение в природной среде и туристические игры» предполагал проведение подвижных игр, моделирующих поведение человека в природной среде, через практическое применение таких игр как: «У медведя во бору»; «Что ешь, медведь?»; «Лес, болото, небо, поле»; «Следопыты»; «Слепой медведь»; «Ноги от земли»; «Ловкий турист»; «Болото»; «Болотные кочки» и др. [1].

Второй раздел «Взаимодействие с животными» был направлен на создание правильных представлений об обращении с животными. В данном разделе были представлены такие игры как: «Лохматый пес»; «Волки, овцы и пастух»; «Медведи и пчелы»; «Мыши водят хоровод»; «Хитрая лиса»; «Охотники и утки» и др. [1].

В третий раздел «Организация учебного процесса и коммуникативные навыки» мы включали игры, направленные на формирование умения общаться и взаимодействовать. В него вошли игры: «У ребят порядок строгий»; «Найди себе пару»; «Не обознайся»; «Класс, смирно»; «Где позвонили»; «Третий лишний»; «Здравствуй, друг!»; «Строевая песня»; «Дорожки»; «Приглашение»; «Постройся по порядку»; «Проползи под мостом» и ряд других [1].

Четвертый раздел «Поведение на дороге и на воде», является, на наш взгляд, одним из наиболее важных, поскольку, как показывает статистика, наибольшее количество несчастных случаев связано именно с поведением на дороге или на воде. В него вошли игры: «Светофор»; «Попробуй повтори!»; «Сигналы светофора»; «Ловкий пешеход»; «Опасный перекрёсток»; «Цветные автомобили»; «Веселый трамвайчик»; «Разведчики»; «Точное время»; «Переправа»; «Необычная переправа»; «Рыба и сеть»; и многие другие [1].

Пятый раздел «Поведение дома и пожарная безопасность» реализовывался через игры: «Часы»; «Отгадай, чей голосок», «Дидактический кубик»; «Убери на место»; «Что нужно при пожаре» и др. [1].

Важным для нас представлялась и безопасность в холодное время года, которая нашла свое отражение в шестом разделе: «Поведение детей в зимнее время». Сюда вошли игры: «Два мороза»; «Компас»; «Мы – веселые ребята»; «Мороз – красный нос»; «Снеговик»; «Капельки и льдинки», «Снежная королева» и другие [1].

Реализация содержания разделов, была направлена как на повышение уровня готовности детей к освоению навыков безопасного поведения, так и на непосредственное научение навыкам безопасного поведения посредством игры.

Следующей задачей, которую мы решали в процессе формирования навыков безопасного поведения, являлось сопоставление и внедрение вышеперечисленных игр в рабочую программу по предмету «Физическая культура», с учётом всех требований Федерального компонента государственного стандарта начального образования [2].

Особое внимание уделялось межпредметным и внутри предметным связям, обеспечивающим логичное построение процесса обучения и специфику обучения младших школьников, их психофизиологические особенности.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ВЫВОДЫ

Для проверки эффективности подобранных игр, которые должны были способствовать развитию качеств, необходимых для формирования навыков личной безопасности младших школьников, таких как внимание, разные виды координации, сообразительность, умение быстро выбирать и другие, мы использовали тесты на выявление этих качеств.

С целью определения уровня развития внимания школьников была применена методика «Корректурная проба».

Исследование наблюдательности у первоклассников было проведено с применением методики «Таблицы Шульте». Данная методика используется для исследования

скорости ориентировочно-поисковых движений зра (рисунок) [3].

Для оценки уровня сформированности координационных способностей мы использовали следующие тесты: челночный бег 3x10 м (сек), статическое равновесие (сек), способность к дифференциации мышечных усилий – попадание в цель (кол-во попаданий из 5 попыток в вертикальную и 5 попыток в горизонтальную мишени).

Итоговый уровень сформированности развития способности к распределению внимания и скорости ориентировочно-поисковых движений зра определялся на основе комплексного развития координационных способностей (рисунок).



Рисунок – Анализ комплексного развития координационных способностей

Значение критерия χ^2 комплексной оценки скорости ориентировочно-поисковых движений зра и уровня развития внимания составило 4.497. Критическое значение χ^2 при уровне значимости $p=0.05$ составляет 3.84. Связь между факторным и результативным признаками статистически значима при уровне значимости $p<0.05$. Уровень значимости $p=0.034$.

Анализ результатов выявил, что контрольная группа незначительно изменила свои показатели, в то время как первоклассники из экспериментальных групп, в которых систематически проводились подвижные игры, существенно улучшили свои результаты.

Таблица – Результаты тестирования способности к смене направления движения и ориентации в пространстве

№	Контрольное упражнение	ЭГ в начале и конце эксперимента		ЭГ и КГ в конце эксперимента			
1	Челночный бег 3x10 м (сек).	10,02±2,9	10,21±3,1	$P\leq 0,05$	10,21±3,9	10,34±2,3	$P\geq 0,05$
2	Статическое равновесие (сек)	12,9±3,3	15,2±1,9	$P\leq 0,05$	15,2±2,5	13,3±3,1	$P\leq 0,05$
3	Попадание в цель (кол-во раз)	5,4±0,36	7,2±0,21	$P\leq 0,05$	7,2±1,5	6,4±0,8	$P\leq 0,05$

Результаты тестирования способности к смене направления движения, дифференциации мышечных усилий и ориентации в пространстве показали положительную динамику, в экспериментальных группах в двух тестах была отмечена статистическая достоверность.

Это подтверждает нашу гипотезу, что подвижные игры позволяют развивать способности детей, в частности влияют на развитие наблюдательности, внимания, координации.

В конце эксперимента так же был проведен опрос первоклассников на предмет знания содержания подвижных игр, способствующих формированию безопасного поведения. Он показал, что обучающиеся экспериментальной группы, которые больше играли, называют большее количество игр, в ходе беседы уверенно объясняют правила, следовательно, могут организовать игру самостоятельно.

В заключение отметим, что подвижные игры в значительной степени дисциплинируют детей, учат сознательности – это неперемное условие любой коллективной игры. Важной составляющей нашего исследования являлось то, что в процессе игры дети принимали установки на соблюдение не только собственной безопасности, но и безопасности

другого.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузекевич В.Р. Практикум по дисциплине «Теория и методика преподавания командно-игровых видов спорта и подвижных игр» (игры на развитие внимания и сообразительности) / В.Р. Кузекевич, А.А. Русаков: учебно-методическое пособие – Иркутск : Репроцентр А-1, 2017. – 153 с.
2. Русаков А.А. Контроль и оценка успеваемости по физической культуре в старших классах общеобразовательной школы / А.А. Русаков, О.В. Кулешова // Педагогический имидж. – 2018. – № 3 (40). – С. 119–125
3. Silva P. et al. (2014), "Physical Activity in High School during 'Free-Time'", *Periods. European Physical Education Review*, vol. 21 (2), pp. 135–148.

REFERENCES

1. Kuzekevich, V.R. and Rusakov, A.A. (2017), *Practicum on the discipline "Theory and methodology of teaching team-game sports and mobile games" (games for the development of attention and intelligence)*, Educational and methodical manual, Reprocenter A-1, Irkutsk.
2. Rusakov A. A. and Kuleshova O. V., (2018), "Monitoring and evaluation of performance in physical education in high school secondary schools", *Pedagogical image*, No.. 3 (40), pp. 119–125
3. Silva P. et al. (2014), "Physical Activity in High School during 'Free-Time'", *Periods. European Physical Education Review*, vol. 21 (2), pp. 135–148.

Контактная информация: irkrucarov@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 13.03.2023

УДК 796.011

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В УСЛОВИЯХ ГОРНОЙ МЕСТНОСТИ

Вадим Дмитриевич Кузнецов, помощник командира полка по физической подготовке – начальник физической подготовки воинской части, Воздушно-десантные войска, Псков; Ярослав Сергеевич Козиков, кандидат педагогических наук, доцент Сибирский государственный университет путей сообщения, Новосибирск; Алексей Сергеевич Галуни, преподаватель, Военный ордена Жукова университета радиоэлектроники, Череповец; Сергей Александрович Елисеев, кандидат педагогических наук, Новосибирск; Андрей Леонидович Шаповаленко, начальник курса, Военный институт физической культуры, Санкт-Петербург

Аннотация

В статье отражены результаты педагогического сравнительного эксперимента в условиях высокогорья направленные на совершенствование адаптационных возможностей военнослужащих средствами физической подготовки в условиях горной местности на основе оценки и анализа функционального состояния. Для оценки функционального состояния организма военнослужащих изучалась частота сердечных сокращений, пульсоксиметрия, анализ вариабельности сердечного ритма военнослужащих на разных этапах проведения исследования (на равнине, в первый день в условиях высокогорья и каждый последующий третий день по двенадцатый). Установлено, что для повышения адаптационных возможностей организма военнослужащих и качественного выполнения мероприятий боевой подготовки целесообразно их совершенствовать средствами физической подготовки, при этом необходимо учитывать анализ вариабельности сердечного ритма. Полученные в ходе исследования результаты могут использоваться в научно-исследовательских целях для совершенствования боевого обучения военнослужащих в условиях горной местности, а также в практике работы специалистов физической и горной подготовки силовых структур.

Ключевые слова: адаптация, военнослужащие, высокогорье, десантно-штурмовые подразделения, боевая подготовка, вариабельность сердечного ритма.