

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Д. Г. Рагулева (ГПК МГУ имени А. А. Кулешова)
Науч. рук. *С. А. Якубовская*,
преподаватель

Двигательная активность – это необходимость детского организма постоянно совершать движения. Если ребенок ограничивается в выполнении этой естественной потребности, это сказывается на состоянии здоровья детей, которое напрямую зависит от объема выполненных ими движений, что также приводит к значительным морфологическим, функциональным и двигательным изменениям в детском организме.

Под двигательной активностью следует понимать количественную потребность в движении, которая выполняется человеком в процессе жизнедеятельности. У младших школьников двигательная активность выполняется на уроках физической культуры, во время получения знаний, при выполнении общественной трудовой деятельности, а также в свободное время [1, с. 152].

Основными показателями двигательной активности младших школьников нужно считать: выполненный объем двигательной активности детей, её продолжительность, разнообразие использования форм и видов. Двигательная активность реализуется при использовании различных форм и условий. В данном случае её можно рассматривать в системе урочной формы. В учебной программе школы двигательная активность представлена такими формами и разделами, как утренняя гимнастика, физкультминутки на уроках, динамические перемены, занятия по легкой атлетике, гимнастика, плавание, подвижные игры [2, с. 43].

Таким образом, для повышения уровня ДА необходимо применение общеобразовательных программ, педагогических технологий, которые соответствуют интересам, природным данным, потребностям школьников.

Литература

1. Вайнбаум, Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Я.С. Вайнбаум. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 240 с.
2. Глазырина, Л.Д., Лопатик Т.А. Физическая культура и здоровье: Progr. и тематическое планир. занятий по физ. воспитанию уча-ся нач. шк. / Л.Д. Глазырина, Т.А. Лопатик. – Мн.: БГПУ, 2004. – 74 с.