

УДК 796.015

**ОЦЕНКА ГАРМОНИЧНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ
СПОРТИВНОЙ ОРИЕНТАЦИИ**

А. С. Журавлева

(Сургутский государственный университет, Сургут, Россия)

В исследовании рассматривается вопрос влияния гармоничности физического развития и типа телосложения старшего дошкольника на предрасположенность к видам спорта при организации процесса спортивной ориентации. Проведена оценка физического развития, определены ведущие типы телосложения и предложены рекомендации по видам спорта.

Ключевые слова: оценка физического развития, дошкольники, гармоничность, тип телосложения, виды спорта, спортивная ориентация.

Актуальность. Огромное значение при выборе вида спорта имеет гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста. Данные, представленные в различных публикациях, значительно разнятся, однако большинство авторов отмечают негативную тенденцию увеличения числа детей с недостатками в физическом развитии и ухудшением здоровья. В настоящее время отмечается тревожная тенденция прогрессивного ухудшения состояния здоровья детей. Очень важен принцип разумного подхода, чтобы не причинить вред развивающемуся организму ребенка.

Спортивная ориентация затрагивает оценку индивидуальных способностей каждого человека, на основе которой происходит выбор наиболее подходящей спортивной деятельности. Многие ученые отмечают положительный эффект в ранней спортивной специализации.

Однако, сдвиг начала занятий многими видами спорта в более ранний возраст усложняет процесс спортивной ориентации и требует изменения принципов подхода к этой проблеме. В таком юном возрасте (5-7 лет) невозможно определить важные физические качества, соответствующие моделям спортсменов, так как они еще оптимально не сформированы в организме детей.

Организация спортивной ориентации детей на ранних этапах требует ответственного подхода. Оценка двигательных способностей является чрезвычайно важной при первичном отборе детей в 7 лет для занятий спортом. В этой связи была разработана система мониторинга, включающая:

- оценку физического развития (совместно с врачом);
- оценку физической подготовки (по нормативам ВФСК ГТО);
- определение типа темперамента ребенка (совместно с педагогом-психологом).

Проведение этого мониторинга позволяет выявить основные, вспомогательные и второстепенные качества каждого дошкольника. Полученные результаты позволяют определить вид спорта, подходящий ребенку в данном возрасте [1].

Организация мониторинга в рамках спортивной ориентации позволяет выявить перспективных воспитанников, подобрать вид спорта согласно морфологическому, физическому и психологическому состоянию детей [2].

Цель исследования. Определение гармоничности физического развития и типа темперамента детей дошкольного возраста.

Методы и организация исследования. Исследование было проведено на базе государственного бюджетного образовательного учреждения детского сада № 93 Красносельского района г. Санкт-Петербурга. Испытуемыми являлись дети подготовительной к школе группы в возрасте 6-7 лет, в количестве 26 мальчиков и 24 девочки. Для оценки гармоничности физического развития использовались индекс массы тела (ИМТ), индекс Пинье, индекс пропорциональности развития грудной клетки Эрисмана, индекс гармоничности морфофункционального развития (ИГМР). Использовали такое оборудование, как ростомер, напольные весы, сантиметровая лента. Исследования проводились в утренние часы, натощак.

Результаты и обсуждение исследования. На основании полученных морфологических измерений (рост, вес, обхват грудной клетки), нами был произведен расчет индексов различных показателей по общепринятым формулам, позволяющим определить гармоничность физического развития детей дошкольного возраста, полученные результаты представлена в таблице.

**Оценка гармоничности физического развития
детей дошкольного возраста по общепринятым индексам**

Индексы	Интерпретация результата	Мальчики %	Девочки %
Индекс массы тела (ИМТ)	очень низкий	-	-
	низкий	7	-
	ниже среднего	20	-
	средний	46	47
	выше среднего	27	33
	высокий	-	20
	очень высокий	-	-
Индекс Пинье (тип телосложения по М. В. Черноруцкий)	астеник	75	67
	нормостеник	20	33
	гиперстеник	5	-
Индекс пропорциональности развития грудной клетки Эрисмана	слабое	-	-
	среднее	100	100
	хорошее	-	-
	очень хорошее	-	-
Индекс гармоничности морфофункционального развития (ИГМР)	резко дисгармоничное	13	16
	дисгармоничное	52	42
	гармоничное	35	42

Анализируя показатели индекса массы тела дошкольников, можно с уверенностью заявить, что половина воспитанников имеют средний уровень ИМТ, что говорит о гармоничном соотношении развития роста и веса. Остальные мальчики имеют дефицит массы тела, а девочки наоборот незначительный переизбыток. Это может быть связано с преобладающей двигательной активностью мальчиков над девочками. При организации оптимальной физической нагрузки на организм показатели индекса массы тела улучшатся у второй половины дошкольников.

Индекс Пинье позволил нам определить показатель крепости телосложения. М.В. Черноуцкий величины этого индекса использовал для определения типа телосложения. Согласно его классификации, у нормостеников индекс Пинье равен 10–30, астеников – больше 30, гиперстеников – меньше 10. Результаты распределились следующим образом: большая часть мальчиков – 75% имеет астенический тип телосложения, 25% обладают нормостеническим типом и 5% – гиперстеническим (наблюдаются признаки ожирения). Среди девочек не оказалось ни одной с гиперстеническим типом, 33% – с нормостеническим, и преобладающим типом также является астенический – 67%.

По результатам индекса пропорциональности развития грудной клетки Эрисмана все дошкольники имеют среднее развитие.

Половина мальчиков старшего дошкольного возраста – 52% имеют дисгармоничное морфофункциональное развитие по результатам индекса гармоничности морфофункционального развития (ИГМР) и только 35% развиваются гармонично. У девочек того же возраста похожая ситуация: 42% имеют дисгармоничное развитие и 42% гармоничное. Относительно небольшой процент воспитанников как среди мальчиков, так и среди девочек имеет резко дисгармоничное развитие, на этот показатель несомненно нужно обратить внимание.

Заключение. Благодаря объемной оценке гармоничности физического развития детей дошкольного возраста намечены пути корректировки и обновления средств, форм и методов физического воспитания для оптимизации полученных показателей.

Результаты распределения детей по типу телосложения, имеющаяся оценка физического развития и типа темперамента позволяют грамотно организовать спортивную ориентацию и подобрать вид спорта для каждого ребенка.

Рекомендуется с родителями провести семинар-практикум по вопросам организации правильного питания у детей дошкольного возраста.

Список использованной литературы

1. Доскин, В. А. Морфофункциональные константы детского организма: справочник / В. А. Доскин, Х. Келлер. – М.: Медицина, 1997. – 288 с.
2. Изаак, С. И. Дошкольник: рост, развитие, индивидуальность / С. И. Изаак. – СПб.: Арден, 2005. – 210 с.

Электронный архив библиотеки МГУ имени А. А. Кулешова