

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2024. - № 34 (2)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)2.06](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)2.06)

УДК 372.879.6

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА КАК ФАКТОР АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Мартirosян Эрик Завенович

Доцент кафедры циклических видов спорта, Государственный институт физической культуры и спорта Армении, Ереван Армения.

E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am, ORSID: 0009-0002-5171-1761

Казарян Фрунзик Габриелович

Профессор кафедры теории и методики физического воспитания и адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, Государственный институт физической культуры и спорта Армении, Ереван, Армения.

Email: frunz.ghazaryan@sportedu.am, ORSID: 0009-0000-7370-9238

PHYSICAL TRAINING AS A FACTOR OF CHILDREN'S ADJUSTMENT TO SCHOOL

Erik Zaven Martirosyan

Associate Professor of the Chair of Cyclic Sports, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia.

E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am , ORSID: 0009-0002-5171-1761

Frunzik Gabriel Ghazaryan

Professor of the Chair of Theory and Methodology of Physical Education and Adaptive Physical Culture, Doctor of Pedagogical Sciences, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia.

Email: frunz.ghazaryan@sportedu.am, ORSID: 0009-0000-7370-9238

Следует цитировать / Citation:

Мартirosян Э.З., Казарян Ф.Г. Физическая подготовка как фактор адаптации детей к обучению в школе // // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2024. №2 (34). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)2.06](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)2.06)

Erik Z.M., Frunzik Gabriel.Ghazaryan. (2024) Physical training as a factor of children's adjustment to school. // Health, physical culture and sports, 2(34). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>. DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)2.06](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)2.06)

Поступило в редакцию / Submitted 2024

Принято к публикации / Accepted. 2024

Аннотация. Во все времена у всех народов проблема готовности детей к школьному обучению остается актуальной. Этот процесс, помимо всего, должен быть направлен на укрепление здоровья, повышение уровня двигательной подготовленности и работоспособности. Решение этих вопросов имеет научно-прикладное значение. Основной целью работы являлись рассмотрение и обсуждение качественной подготовки детей к обучению в школе с учетом уровня их двигательной подготовленности. В качестве методов исследования использовались историко-теоретический и логический анализ, обобщение педагогического опыта, эмпирические методы анализа, сопоставления, аналогии.

Результаты исследования рассмотрены и обсуждены в трех направлениях. Первое - о важности и необходимости двигательной подготовленности детей, поступающих в школу. Известные специалисты справедливо отмечают, что для поступления в школу с 6,5 лет ребенок должен быть, во-первых, готов физически, чтобы не уставать, и, во-вторых, - психологически, эмоционально, интеллектуально. Второе - говоря о важности двигательной подготовленности, необходимо отметить, что в современном обществе отмечается прогрессирующая интеллектуализация практической деятельности, что равносильно и для сферы физического воспитания и спортивной тренировки. Поэтому уже с начала школьного обучения необходимо осуществлять взаимосвязь двигательного и интеллектуального развития школьников. Третье-одним из основных вопросов подготовки детей к школьному обучению является более эффективное и предметное использование возможностей физического воспитания. В этом отношении даны конкретные рекомендации.

Успешность школьного обучения зависит от различных сторон подготовленности детей к школе-интеллектуальной, психологической, функциональной и особенно двигательной. Недостаточно подготовленные в этом отношении дети очень трудно адаптируются к школьному обучению и испытывают определенные трудности. На сегодняшний день эту проблему нельзя назвать решенной, что требует проведения дополнительных исследований.

Ключевые слова: укрепление здоровья, физическая подготовка, дошкольники, объем двигательной активности, функциональное состояние.

Abstract. At all times and among all peoples, the problem of child preparation for school remains relevant. This process, among other things, should be aimed at improving health, increasing the level of physical fitness and efficiency. The major purpose of the work was to review and discuss the quality of child preparation for school, taking into consideration the level of the motor readiness. Historical, theoretical and logical analysis, generalization of pedagogical experience, empirical methods of analysis, comparison, and analogy were used as research methods.

The results of the research are reviewed and discussed in three directions. The first is about the importance and necessity of motor readiness of children entering school. Outstanding specialists do correctly point out that to enter school at the age of 6.5, a child must, firstly, be physically ready so as not to get tired, and, secondly, be psychologically, emotionally, and intellectually ready. Second, speaking about the importance of physical fitness, it should be noted that in modern society there is a progressive intellectualization of practical activity, which is equal to the sphere of physical education and sport training. Therefore, since the very beginning of school education, it is necessary to have relationship between the motor and intellectual development of schoolchildren. Third, one of

the main issues of preparing children for school is a more effective and meaningful use of physical education opportunities. In this regard, specific recommendations have been made.

The success of school education depends on various aspects of children's readiness for school -intellectual, psychological, functional and especially motor. Children who are not sufficiently prepared in this regard find it very difficult to adapt to school and experience certain difficulties. Today, this problem cannot be called settled and requires further research.

Key words: health improvement, physical fitness, preschool children, amount of motor activity, functional state.

Введение. Проблема готовности детей к обучению в школе всегда была и остаётся актуальной. Это обусловлено увеличением количества детей неготовых к обучению и определёнными трудностями этого процесса. Не секрет, что первый класс — это критический период в жизни ребёнка, от которого очень сильно зависит его будущее. Поэтому вопрос готовностей детей к школе является важным для перехода от дошкольного к школьному возрасту, о смене игровой деятельности к учебной. Имеются данные о том, что дети 6,0-6,5 лет не готовы к школьному обучению (Писарева, 2013, Чижова, 2019, Безруких, 2019 Mischenko, 2023, Romanova, 2022 и др.). Они имеют те или иные отклонения опорно-двигательного аппарата, не обладают достаточным уровнем зрелости тех функций, которые несут основную нагрузку при обучении, имеют неблагоприятные тенденции образа жизни, низкую двигательную активность, слабую приверженность к здоровому образу жизни (Качанова, 2016, Лашнева, 2019, Mischenko, 2020, Vocharin, 2023 и др.). Поэтому становится понятным, почему школьное обучение надо начинать не раньше, чем в 7 лет.

С другой стороны, эксперименты по изучению вопросов раннего обучения в школе свидетельствуют о негативном влиянии учебной деятельности на организм ребёнка, его здоровье, уровень двигательной подготовленности. У них в два раза чаще, чем в детском саду наблюдаются невротические реакции, нарушение зрения, бронхиальная астма, высокий уровень школьной тревожности, заболевания пищеварительной системы (Комс. пр., 2000). В связи с насыщенностью и сложностью учебных программ с первого класса до окончания школы объём двигательной активности школьников уменьшается на 50 % (Смирнова, 2009; Андреева, 2014), до 82-85 %дневного времени большинство школьников проводят сидя (Богатырева, 2012). Это говорит о том, что уже при поступлении в школу необходимо формировать у них привычки сохранения здоровья и объёма двигательной деятельности. Поэтому подготовка ребёнка к школе, помимо всего, должна быть направлена на укрепление здоровья, воспитание основных двигательных способностей, повышение работоспособности.

Но в то же время, к сожалению, родители и воспитатели дошкольных образовательных учреждений особо стремятся научить детей писать и считать, зачастую недооценивая значение их физической подготовленности. Положительное решение этих вопросов имеет исключительно актуальное значение.

Материал и методы. Рассмотрены вопросы качественной подготовки детей к обучению в школе сквозь призму оценки двигательных возможностей. Используются методы изучения и обобщения педагогического опыта и литературных источников, анализа и синтеза, сопоставления и аналогии.

Анализ результатов исследования. Результаты исследования обсуждены в трех направлениях.

Первое направление. О важности и необходимости физической подготовленности дошкольников, поступающих в школу. В научно-методической литературе традиционно выделяются ряд показателей школьной зрелости-эмоциональный, интеллектуальный, речевой, психологический, умственный, физиологический, гендерный (Выготский, 1956, Кравцова, 1991, Поляков, 2004, Гусева, 2005, Екжанова, 2012, Безруких, 2019, Боген, 2021, Shevtsiv, 2007, Snezhitsky, 2022, Гуткина 2010) справедливо отмечает, что для поступления в школу с 6,5 лет ребёнок должен, во – первых, быть готовым физически, то есть выносливым, чтобы не устать, и во – вторых, психологически, эмоционально, интеллектуально. Во втором случае имеются серьезные достижения и рекомендации, чего нельзя сказать о физической готовности детей к началу обучения.

Научить ребенка читать, писать, выполнять простые арифметические действия – ещё не самое главное, важно не забывать о здоровье и двигательной подготовленности детей перед школой. Мало кто утверждает значимость физического развития для начала школьного обучения. Эти показатели не являются второстепенными, а наряду с психофизиологическими определяют степень готовности ребёнка к обучению в школе. К сожалению, современная система дошкольного образования заменила игру обучением. Но практика и наблюдения показывают, что детям интереснее играть, чем учиться. Многие родители, зачастую и воспитатели дошкольных образовательных учреждений чрезмерно увлекаются обучением детей чтению, математике, иностранным языкам и оставляют вне внимания расширение объема двигательной активности, обучение разнообразным движениям, простейшим элементам доступных видов спорта.

Многолетние наблюдения и опыт работы свидетельствуют о том, что одной из главных причин неподготовленности детей 6,0-6,5 лет и нередко 7-летних, поступивших на обучение в школу, является крайне низкий уровень развития моторных признаков, то есть двигательной подготовленности. Многие из них, к сожалению, не могут быстро бегать, точно метать в цель, далеко прыгать, сохранять равновесие, дифференцировать мышечные усилия, в полной мере владеть телом, управлять своими движениями. Именно по этой причине физическое воспитание детей 6,0-6,5 лет не обеспечивает должный уровень двигательной подготовленности и улучшения функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

Понятно одно, что недостаточно подготовленные к школе дети, и особенно в двигательном отношении, очень трудно адаптируются к школьному обучению, они менее работоспособны, с трудом справляются с разнообразными двигательными заданиями на уроках физической культуры. Расчёты показывают, что в начальных классах уроки физической культуры занимают 1-3% дневного времени (2-3 урока в неделю), игры только 16-19%.

Чтобы ребёнок был здоров, не нужно его заставлять только сидеть и решать задачки, читать и писать. Хорошо, если он будет ещё бегать, прыгать, если есть возможность плавать.

Таким образом, среди многочисленных факторов, влияющих на процесс адаптации первоклассников к учебной деятельности, определяющее значение имеет и уровень

физического развития, и двигательной подготовленности. Они имеют особое значение и в связи со снижением возраста систематического обучения.

Второе направление. Говоря о важности двигательной подготовленности, необходимо отметить, что в современном обществе отмечается прогрессирующая интеллектуализация практической деятельности. Это в равной мере относится и к сфере физического воспитания. Так, в последнее время часто используются термины «двигательный интеллект», «интеллектуализация процесса физического воспитания» и т.п. В современной школе интеллектуальный компонент преобладает над двигательным (Правдов, 2003, Киреев, 2010; Парфёнова, 2013, Mischenko, 2020). Такое недопустимо признать объективным.

Что касается физического воспитания, то практика показывает, что отсутствие у школьников теоретических знаний резко снижает эффективность обучения и воспитания, уменьшает интерес к занятиям физическими упражнениями. Поэтому учителя физической культуры уже с начала школьного обучения должны своей деятельностью доказать необходимость взаимосвязи двигательного и интеллектуального развития при изучении данной дисциплины.

Третье направление. Изложенное позволяет отметить, что одним из основных вопросов подготовки детей к школьному обучению является более эффективное использование возможностей физического воспитания, специалисты разных стран с целью подготовки и адаптации детей старшего дошкольного возраста к школьному обучению в качестве эффективных средств предлагают использовать художественную гимнастику, доступные спортивные игры, плавание, элементы аэробики, танцы.

Содержание физического воспитания в первых двух классах общеобразовательной школы должно соответствовать следующим требованиям: строгий учёт возрастных гендерных особенностей, соответствие двигательному, функциональному и психическому уровню развития, целевой и предметный подбор физических упражнений. Целесообразно также здесь особое внимание уделять внеклассным физкультурно-оздоровительным мероприятиям, использовать вариант удлинённых перемен, где около 60 % времени отводить подвижным играм со средней двигательной активностью, больше использовать упражнения на развитие мелкой моторики, координации движений, подвижности во всех суставах.

Учащимся в начальной школе нецелесообразно заниматься не больше, чем в двух кружках, причём один должен быть спортивным по выбору ученика, а время занятий не должно превышать 45-60 мин. Интенсификация процесса физического воспитания должна обеспечиваться не за счёт увеличения нагрузки вообще, а расширения средств комплексного влияния на организм.

Нельзя забывать, что увеличение ежедневной двигательной активности младших школьников положительно сказывается на сохранении у них умственной работоспособности в течении учебного года.

Ещё одно. Недопустимо, чтобы физкультурные занятия в детских садах проводили воспитатели, преподаватели рисования, музыки, а урок физической культуры в 1-4 классах – учителя начальных классов. Это прерогатива и обязанность специалистов с высшим физкультурным образованием.

Желательно, как это принято, чтобы классные руководители с начала учебного года завели бы на каждого ученика так называемую «карту развития», где следуют отмечать

динамику развития различных способностей ребенка, например, концентрировать внимание, умение мыслить, воспринимать учебную информацию, степень изменения показателей силы мышц, быстроты движений, ловкости, координации и т.п.

Таким образом, воспитательные возможности физического воспитания являются эффективным средством подготовки и адаптации детей к систематическому обучению в общеобразовательной школе. Для этого средства физического воспитания должны в большом объеме включены в систему дошкольных образовательных учреждений и семейного воспитания.

Выводы и практические рекомендации. На основании изложенного можно отметить, что успешность школьного обучения зависит от различных сторон подготовленности детей к школе-интеллектуальной, психологической, функциональной и особенно двигательной. Недостаточно подготовленные в этом отношении дети очень трудно адаптируются к школьному обучению и испытывают определенные трудности. На сегодняшний день эту проблему нельзя назвать уже решенной.

Переход к более раннему обучению детей в школе выдвигает вопросы совершенствования их физического воспитания в число важнейших педагогических, психологических, медико-биологических проблем. Для повышения эффективности процесса физического воспитания урок физической культуры уже с первого класса должен решать образовательные задачи, разностороннюю двигательную подготовку. Такой подход будет способствовать умению детей укреплять здоровье, формированию способности управлять движениями своего тела и в последующие годы онтогенеза.

О готовности ребенка к школьному обучению, помимо врача и психолога, необходимо и заключение специалиста по физическому воспитанию. Диктуется необходимость пересмотреть критерии физической готовности детей к поступлению в школу.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Андреева Е. Инновационные технологии в физическом воспитании учащихся младших классов. - Материал межд. научного конгресса. - Алматы; 2014. - т. 2. - с. 46-49

Безруких М.М. Половина первоклассников не созрела до учёбы // А и Ф - Здоровы. - 2019. № 18. С. 3

Богатырева Н. Больше двигаться // А и Ф - Здоровы. - 2012. № 16. С. 8

Боген М.М., Боген М. В. Ваш ребенок идет в школу: Психологическая и физическая подготовка: Книга для родителей будущего первоклассника. - М.: 2021. - 190 с.

Выготский Л. С. Обучение и развитие в дошкольном возрасте. - Избранные психологические исследования. - Наука. - 1956. - С. 429-433

Гусева Т.А. Возможности оздоровительно-спортивной гимнастики в подготовке детей старшего дошкольного возраста к обучению в школе: Автореферат дис. к. п. н., Тюмень, 2005, 27 с.

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2024. - № 34 (2)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2024\)2.06](https://doi.org/10.14258/zosh(2024)2.06)

Гуткина Н. Почему первоклассники не хотят ходить в школу // А и Ф - Здоровы. - 2010. № 38. - С. 21

Екжанова Е.А. Мониторинговые исследования в технологии деятельности школьного консилиума // Педагогика. - 2012. - № 10. - С. 40-49.

Качанова Л.А. Приверженность первоклассников к здоровому образу жизни. - Тезисы междунар. конференции. - М.: 2016. - С. 45

Киреев В. Новые подходы к преподаванию теоретических знаний по физической культуре. // Физическая культура в школе. - 2010. - № 7. - С. 10-11.

Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. - М.: // Педагогика. - 1991. - 150 с.

Кто пожалеет наших шестилеток: письмо министру образования // Комсомольская правда. - 2000. - 4 мая, С. 14

Лашнева И. Пора в школу // А и Ф - Здоровы. - 2019. № 10. - С. 8

Парфенова Л.А. Основные направления интеллектуализации физического воспитания школьников, // Физическая культура: В. О. Т.- 2013. - № 6. - С. 14-19

Писарева Л.И. Дошкольная ступень в системе образования: европейский опыт развития // Педагогика. - 2013. - № 10. - С. 100 - 105.

Полянков В.М. Динамика межполушарной асимметрии как показатель адаптации детей к школьному обучению // Новые исследования. - М.: Вердена. - 2004ю- № 1-2. - С. 314-315

Правдов М.А. Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей на физкультурных занятиях в дошкольных образовательных учреждениях: Автореферат дис. д. п. н., Шуя, 2003, 54 с.

Смирнова И.А. Физическая подготовка ребенка к школе // Физическая культура в школе. - 2009. - № 5, С. 51-53

Чижова А. Вундеркинды редко вырастают счастливыми; интервью с главным неврологом Москвы Т. Багышевой // А и Ф – Здоровы. - 2019. № 20. - С. 3

Additional physical training for children over five years old / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2021. – Vol. 21, No. 3. – P. 1444-1454. – DOI 10.7752/jpes.2021.03184.

Case technologies of universal learning actions in physical education of junior schoolchildren / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, M. Tyrina [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 3. – P. 589-595. – DOI 10.7752/jpes.2023.03073.

Complex pedagogical diagnostics of personal motor activity / P. V. Snezhitsky, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2681-2687. – DOI 10.7752/jpes.2022.11341.

Comprehensive program for flat foot and posture disorders prevention by means of physical education in 6-year-old children / E. Romanova, M. Kolokoltsev, A. Vorozheikin [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2655-2662. – DOI 10.7752/jpes.2022.11337.

Instrumental control of functional indicators in students with health deviation / I. Bocharin, M. Guryanov, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 5. – P. 1096-1102. – DOI 10.7752/jpes.2023.05137.

Pilates program use for high school girls' additional physical education / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2020. – Vol. 20, No. 6. – P. 3485-3490. – DOI 10.7752/jpes.2020.06470.

Shevtsiv U.S. Motyvy vidviduvannia stazhoklasnytsiamy shkienykh uzokiv fizkultury ta stavlennia do yikh zmistu. - Molodishnyi nankovyt visnyk.- Lutsk\$ YNO.- 2007.- №1.- 33-37 p.

REFERENCES

Andreeva E. Innovative technologies in physical education of primary school students. - Material of the int. scientific congress. - Almaty; 2014. - v. 2. - pp. 46-49

Bezrukikh M.M. Half of first-graders are not ready for school // A and F - Healthy. - 2019. No. 18. P. 3

Bogatyreva N. Move more // A and F - Healthy. - 2012. No. 16. P. 8

Bogen M.M., Bogen M.V. Your child is going to school: Psychological and physical preparation: A book for parents of a future first-grader. - M.: 2021. - 190 p.

Vygotsky L.S. Learning and development in preschool age. - Selected psychological studies. - Science. - 1956. - P. 429-433

Guseva T.A. Possibilities of health-improving and sports gymnastics in preparing senior preschool children for school: Abstract of dis. candidate of pedagogical sciences, Tyumen, 2005, 27 p.

Gutkina N. Why first-graders do not want to go to school // A and F - Healthy. - 2010. No. 38. - P. 21

Ekzhanova E.A. Monitoring studies in the technology of school council activities // Pedagogy. - 2012. - No. 10. - P. 40-49.

Kachanova L.A. Commitment of first-graders to a healthy lifestyle. - Abstracts of the international. conference. - M.: 2016. - P. 45

Kireev V. New approaches to teaching theoretical knowledge in physical education. // Physical Education at School. - 2010. - No. 7. - P. 10-11.

Kravtsova E.E. Psychological Problems of Children's Readiness for School. - M.: // Pedagogy. - 1991. - 150 p.

Who Will Take Pity on Our Six-Year-Olds: Letter to the Minister of Education // Komsomolskaya Pravda. - 2000. - May 4, P. 14

Lashneva I. Time to Go to School // A and F - Healthy. - 2019. No. 10. - P. 8

Parfenova L.A. Main Directions of Intellectualization of Physical Education of Schoolchildren, // Physical Education: V. O. T. - 2013. - No. 6. - P. 14-19

Pisareva L.I. Pre-school Stage in the Education System: European Experience of Development // Pedagogy. - 2013. - No. 10. - P. 100 - 105.

Polyankov V.M. Dynamics of interhemispheric asymmetry as an indicator of children's adaptation to school education // New studies. - M.: Verdena. - 2004- No. 1-2. - P. 314-315

Pravdov M.A. Integration of motor and cognitive activity of children in physical education classes in preschool educational institutions: Abstract of dis. Doctor of Pedagogical Sciences, Shuya, 2003, 54 p.

Smirnova I.A. Physical preparation of a child for school // Physical education at school. - 2009. - No. 5, P. 51-53

Chizhova A. Child prodigies rarely grow up happy; interview with the chief neurologist of Moscow T. Bagysheva // A and F - Healthy. - 2019. No. 20. - P. 3

Additional physical training for children over five years old / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2021. – Vol. 21, No. 3. – P. 1444-1454. – DOI 10.7752/jpes.2021.03184.

Case technologies of universal learning actions in physical education of junior schoolchildren / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, M. Tyrina [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 3. – P. 589-595. – DOI 10.7752/jpes.2023.03073.

Complex pedagogical diagnostics of personal motor activity / P. V. Snezhitsky, E. Romanova, M. Kolokoltsev [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2681-2687. – DOI 10.7752/jpes.2022.11341.

Comprehensive program for flat foot and posture disorders prevention by means of physical education in 6-year-old children / E. Romanova, M. Kolokoltsev, A. Vorozheikin [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2022. – Vol. 22, No. 11. – P. 2655-2662. – DOI 10.7752/jpes.2022.11337.

Instrumental control of functional indicators in students with health deviation / I. Bocharin, M. Guryanov, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2023. – Vol. 23, No. 5. – P. 1096-1102. – DOI 10.7752/jpes.2023.05137.

Pilates program use for high school girls' additional physical education / N. Mischenko, M. Kolokoltsev, E. Romanova [et al.] // Journal of Physical Education and Sport. – 2020. – Vol. 20, No. 6. – P. 3485-3490. – DOI 10.7752/jpes.2020.06470.

Shevtsiv U.S. Motyvy vidviduvannia stazshoklasnytsiamy shkienykh uzokiv fizkultury ta stavlennia do yikh zmistu. - Molodishnyi nankovyt visnyk.- Lutsk\$ YNO.- 2007.- №1.- 33-37 p.

Сведения об авторах

Мартirosян Эрик Завенович

Доцент кафедры циклических видов спорта, Государственный институт физической культуры и спорта Армении, Ереван Армения

E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am, ORSID: 0009-0002-5171-1761

Казарян Фрунзик Габриелович

Профессор кафедры теории и методики физического воспитания и адаптивной физической культуры, доктор педагогических наук, Государственный институт физической культуры и спорта Армении, Ереван, Армения.

Email: frunz.ghazaryan@sportedu.am, ORSID: 0009-0000-7370-9238

Erik Zaven Martirosyan

Associate Professor of the Chair of Cyclic Sports, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia

E-mail: erik.martirosyan@sportedu.am , ORSID: 0009-0002-5171-1761

Frunzik Gabriel Ghazaryan

Professor of the Chair of Theory and Methodology of Physical Education and Adaptive Physical Culture, Doctor of Pedagogical Sciences, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, Yerevan, Armenia

Email: frunz.ghazaryan@sportedu.am, ORSID: 0009-0000-7370-9238