

3
УДК 5527
3

Развитие двигательных способностей средствами акробатики у детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем

Федотова Татьяна Дмитриевна^{ABCD}

старший преподаватель,

Филиал Филиал Ставропольского государственного педагогического института,

г.Ессентуки, Россия, E-mail: Tatyana1960fedotova@mail.ru

Федотов Виктор Иванович^{ABCD}

старший преподаватель,

Филиал Ставропольского государственного педагогического института, г.Ессентуки,

Россия, E-mail: Vik-fedo@yandex.ru

Стороженко Татьяна Николаевна^{ABD}

Преподаватель, Ессентукский филиал ФГБОУ ВО

Ставропольский государственный медицинский университет, Россия, E-mail:

roman1rom@mail.ru

Следует цитировать / Citation:

Федотова Т. Д., Федотов В. И., Стороженко Т. Н. Развитие двигательных способностей средствами акробатики у детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2020. 3 (19), 133-144. URL: <http://journal.asu.ru/zosh> DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

Fedotova T. D., Fedotov V. I., Storozhenko T. N. (2020). Development of motor abilities by means of acrobatics in children of primary school age with poor health. Health, Physical Culture and Sports, 3 (19), 133-144. (in Russian). Available from: <http://journal.asu.ru/zosh> DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

Поступило в редакцию / Submitted 23.07.2020

Принято к публикации / Accepted 9.08.2020

Аннотация.

Процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста имеет оздоровительную направленность и решает вопросы обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей детей. Уроки акробатики в начальной школе, улучшают состояние осанки, укрепляют мышечную систему. В школьный период увеличивается нагрузка на ребёнка. Обучающиеся начинают меньше двигаться, значительное время сидят, это ведет к дефициту мышечной деятельности, больше становится статические напряжения. Акробатических упражнений, например, «кувырок назад» или «три кувырка вперёд ситно». Считаются сложными, но они составляют основу в комплексах упражнений и способствуют развитию двигательных способностей у детей младшего школьного возраста. Одним из главных условий для правильной постановки

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

физического воспитания на уроках физической культуры в школе является хорошо организованный медицинский контроль за обучающимися, состоящими в специальной медицинской группе. Основное предназначение медицинского обследования в том, чтобы определить состояние здоровья учащихся и распределить их по группам: основной, подготовительной, специальной. Распределение по группам проводится после комплексного осмотра специалистами: хирургом, невропатологом, стоматологом, окулистом, урологом и др. Методика проведения занятий по физической культуре для детей с ослабленным здоровьем или с нарушениями здоровья отличается от работы со здоровыми детьми тем, что необходим индивидуальный подход. К упражнениям лечебной направленности относятся естественные факторы природы и особый двигательный режим, связанный с протеканием болезни. С лечебной целью применяются в первую очередь гимнастические упражнения без отягощения, на тренажерах с облегчением тяжестей и уменьшением сопротивления. Дыхательные упражнения динамического характера, направленные на координацию движений, помогают учащимся с отдельными отклонениями в здоровье, в качестве средств лечения заболеваний и восстановления функций организма, нарушенных или утраченных вследствие заболеваний, травм, переутомления и других причин. Состояние здоровья, низкий уровень физической подготовленности, а также психологические особенности школьников с ослабленным здоровьем предъявляют повышенные требования к соблюдению дидактических принципов в обучении физическим упражнениям. Педагогические исследования проведенные показали низкий уровень развития двигательных способностей детей младшего школьного возраста с этой целью были даны рекомендации к занятиям физическими и акробатическими упражнениями и составлены комплексы акробатических упражнений. На каждом занятии необходимо обращать внимание и создавать благоприятную обстановку, уверенность, что средствами физической культуры школьники могут восстановить свое здоровье. Учащиеся должны знать, с какой целью дается то или иное упражнение, тогда они сознательнее и активнее будут выполнять все задания на уроке и в домашних условиях.

Ключевые слова. Физическое воспитание. Двигательные способности. Акробатические упражнения. Школьники с ослабленным здоровьем.

The development of motor abilities by means of acrobatics in primary school children with poor health

Fedotova Tatiana Dmitrievna^{ABCD}

Senior Lecturer,

Branch Branch of the Stavropol State Pedagogical Institute, Essentuki, Russia, E-mail:

Tatyana1960fedotova@mail.ru

Fedotov Victor Ivanovich^{ABCD}

Senior Lecturer, Branch of the Stavropol State Pedagogical Institute, Essentuki, Russia, E-mail:

Vik-fedo@yandex.ru

Storozhenko Tatiana Nikolaevna^{ABD}

Lecturer, Essentuki branch of Stavropol State Medical University, Russia, E-mail:

roman1rom@mail.ru

Abstracts.

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

The process of physical education of children of primary school age has a health-improving orientation and solves the issues of teaching motor actions and the development of motor abilities of children. Acrobatics lessons in elementary school, improve posture, strengthen the muscular system. During the school period, the load on the child increases. Students begin to move less, sit for a considerable time, this leads to a deficit in muscle activity, and static stress becomes more. Acrobatic exercises, for example, "roll back" or "three rolls forward sitno". They are considered difficult, but they form the basis in sets of exercises and contribute to the development of motor abilities in children of primary school age. One of the main conditions for the correct formulation of physical education in physical education lessons at school is a well-organized medical supervision of students who are in a special medical group. The main purpose of a medical examination is to determine the state of health of students and distribute them into groups: basic, preparatory, special. The distribution into groups is carried out after a comprehensive examination by specialists: a surgeon, a neuropathologist, a dentist, an ophthalmologist, a urologist, etc. The methodology for conducting physical education classes for children with weakened health or health disorders differs from working with healthy children in that an individual approach is required. Exercises of a therapeutic orientation include natural factors of nature and a special motor regime associated with the course of the disease. For therapeutic purposes, gymnastic exercises are primarily used without weights, on simulators with the relief of weights and a decrease in resistance. Breathing exercises of a dynamic nature, aimed at coordinating movements, help students with individual deviations in health, as a means of treating diseases and restoring body functions, impaired or lost due to illness, injury, overwork and other reasons. The state of health, the low level of physical fitness, as well as the psychological characteristics of schoolchildren with weakened health make increased demands on the observance of didactic principles in teaching physical exercises. Pedagogical studies carried out showed a low level of development of motor abilities of children of primary school age for this purpose, recommendations were given for physical and acrobatic exercises and complexes of acrobatic exercises were drawn up. At each lesson, it is necessary to pay attention and create a favorable environment, confidence that by means of physical culture, schoolchildren can restore your health. Students should know for what purpose this or that exercise is given, then they will more consciously and more actively perform all tasks in the lesson and at home

Keywords. Physical education. Motor abilities. Acrobatic exercises. Schoolchildren with poor health.

Введение

В новых условиях современной системы образования требуются новые инновационные методы проведения занятий по физической культуре особенно необходимо обратить внимание на школьников с ослабленным здоровьем. Так как именно в этом возрасте формируется потребность к занятиям физическими упражнениями развиваются

физические качества, организм интенсивно растет и развивается (Евсеева, Евсеев, 2016, с.84).

Данные научных исследований Т.Е. Виленской (2018), а также анализ результатов Всероссийской диспансеризации детей 2019 года подтвердили отрицательные тенденции в состоянии здоровья детей, низкий уровень

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

их физической подготовленности, днегармоничность физического развития (Виленская, 2018).

Большое значение в процессе физического воспитания детей младшего школьного возраста приобретают методики гимнастических элементов и элементов акробатики, которые решают вопросы обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей детей.

Анализ нормативных документов по физическому воспитанию в начальной школе и методической литературы Э.Г. Булич; В.К. Велитченко; В.Н.Касаткина; В.А.Нестеров, показал, что в большинстве начальных школ отсутствует необходимое программно-методическое обеспечение процесса физического воспитания детей различных групп здоровья. Проведенные исследования по физическому воспитанию младших школьников с ослабленным здоровьем указывают на то, что методика преподавания раздела спортивной гимнастики с применением элементов акробатики в начальной школе также недостаточно представлена (Журавин, 2001, с.46).

Необходимость решения этой проблемы определяет цель нашего исследования: теоретически и экспериментально обосновать методику развития двигательных способностей таких как координационные способности, общая выносливость, силовые способности и гибкость для детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем необходима

В настоящее время многие ученые и специалисты в области физического воспитания обеспокоены снижением интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом. Для решения этой проблемы в физическом воспитании детей младшего школьного

возраста с ослабленным здоровьем могут применяться средства акробатики.

Уроки акробатики в начальной школе, улучшают состояние осанки, укрепляют мышечную систему.

Особенно это заметно в выполнении наиболее сложных для усвоения в этом возрасте акробатических упражнений, например, «кувырка назад» или «трёх кувырков вперёд слитно».

В школьный период увеличивается нагрузка на ребёнка. Обучающиеся начинают меньше двигаться, значительное время сидят, это ведет к дефициту мышечной деятельности, больше становится статические напряжения.

Цель исследования: изучить развитие двигательных способностей детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем средствами акробатики.

Объект исследования: процесс физического воспитания детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем.

Предмет исследования: средства и методы воспитания двигательных способностей на занятиях по акробатике детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем

Гипотеза. Предполагается, что многие школьники младшего возраста имеют низкий уровень развития двигательных способностей что, требует включения в содержание занятий по акробатике упражнений с элементами акробатики.

Задачи исследования.

1. Анализ литературных источников по теме исследования.
2. Экспериментально оценить уровень физической подготовленности.
3. Разработать комплексы упражнений по акробатике для детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем.

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

Особенности проведения уроков физической культуры с детьми с ослабленным здоровьем младшего школьного возраста являются следующие.

Одним из главных условий для правильной постановки физического воспитания на уроках физической культуры в школе является хорошо организованный медицинский контроль за учениками, состоящими в специальной медицинской группе.

Все учащиеся должны, ежегодно должны проходить врачебно-медицинское обследование. Основное предназначение медицинского обследования в том, чтобы определить состояние здоровья учащихся и распределить их по группам: основной, подготовительной, специальной. Распределение по группам проводится после комплексного осмотра специалистами: хирургом, невропатологом, стоматологом, окулистом, урологом и др. Медицинскую группу для занятий физкультурой определяет врач терапевт (Гимнастика, 2002, с.48).

Физическое воспитание школьников с ослабленным здоровьем должно быть направлено на решение определенной группы задач.

- 1) Выработка компенсаторных факторов для ликвидации нарушений вызванных болезнью.
- 2) Физического и функционального развития показателей здоровья
- 3) Изучение тренировки важных движений, умений, навыков;
- 4) Тренировка адаптационной системы организма к воздействию физических нагрузок.
- 5) Улучшение функциональных возможностей физиологических систем организма.
- 6) Развивать навыки правильного дыхания при выполнении упражнений

статического характера (Борисов, 2005, с. 85].

Методика преподавания физической культуры детям с ослабленным здоровьем или с нарушениями здоровья отличается от работы со здоровыми детьми тем, что необходим индивидуальный подход. К упражнениям лечебной направленности относятся естественные факторы природы и особый двигательный режим, связанный с протеканием болезни.

С лечебной целью применяются в первую очередь гимнастические упражнения без отягощения, на тренажерах с облегчением тяжестей и уменьшением сопротивления.

Дыхательные упражнения динамического характера, направленные на координацию движений, помогают ликвидировать застойные явления улучшить дыхательную способность легких а также способствуют восстановлению функций организма.

Состояние здоровья, низкий уровень физической подготовленности, а также психологические особенности школьников с ослабленным здоровьем предъявляют повышенные требования к соблюдению дидактических принципов в обучении физическим упражнениям. Педагогический процесс в этих условиях требует со стороны учителя особой чуткости, внимания, такта, полной осведомленности о педагогической и врачебной характеристике каждого школьника. На каждом занятии учителю следует создавать благоприятную обстановку, уверенность, что средствами физической культуры школьники могут восстановить свое здоровье. Учащиеся должны знать, с какой целью дается то или иное упражнение, тогда они сознательнее и активнее будут выполнять все задания на уроке и в домашних условиях (Железняк, 2013, с.44).

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

На основе анализа литературных источников по теме исследования была изучена методика развития двигательных способностей средствами акробатики у детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем

В программу занятий были включены упражнения акробатики для детей младшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья

Педагогический эксперимент проводился в апреле-мае 2020 г. на базе МБОУ СОШ № 10г. Эссентуки Ставропольского края. В исследовании приняли участие 2 девочки и 1 мальчик учащиеся 3 классов с ослабленным здоровьем

Для исследования влияния акробатических упражнений на развитие двигательных способностей детей младшего школьного возраста мы использовали упражнения для тестирования.

Тест1 Для оценки уровня выносливости. 6-минутная ходьба в среднем темпе (80-100 шагов в минуту).

Тесты2 Для оценки уровня силы. Силу мышц рук и плечевого пояса оценивали с помощью сгибания и разгибания рук в упоре стоя на коленях.

*Тест3.*Для оценки уровня координационных способностей. Прыжки через скакалку на двух ногах за 30 сек.

Тест4. Для оценки уровня гибкости. Применялся наклон вперед из положения сидя. в сантиметрах. Все тесты проводились с учетом противопоказаний.

В школьной программе физического воспитания большое внимание уделяется освоению сравнительно несложных акробатических упражнений. Количество этих упражнений небольшое, но благодаря своей динамичности и эмоциональности они широко используются на занятиях и

являются эффективным средством физического воспитания детей.

Обучение акробатическим упражнениям следует начать с ознакомления с гимнастической терминологией. Здесь используется словесный метод и метод показа.

Затем на втором этапе происходит разучивание акробатических упражнений. При выполнении первых попыток учитель корректирует двигательное действие уточняет ощущения. Для этого он применяет подводящие упражнения, помогающие обучаемому ощутить правильное выполнение двигательного действия

Параллельно с обучением акробатическим упражнениям происходит развитие физических качеств они связаны с процессом создания двигательных навыков. К числу эффективных упражнений для развития силы относятся упражнения с собственным весом, что и обеспечивают акробатические упражнения.

Акробатические упражнения способствуют развитию гибкости в тазобедренных суставах и позвоночного столба в различных направлениях, «Мост» из положения лёжа на спине и наклоном назад; пружинящие приседания из положения выпада вперед, сторону, маховые движения ногами (Акробатика, 2001, с.28).

Акробатические упражнения влияют на организм разносторонне повышая уровень развития всех физических качеств тем не менее они доступны в выполнении эмоциональны.

На основе анализа литературных источников по теме была изучена методика развития двигательных способностей средствами акробатики у детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

В программу занятий были включены упражнения акробатики для детей младшего школьного возраста с отклонениями в состоянии здоровья

Тестирование проводилось в феврале 2020 г. на базе МБОУ СОШ № 10 г. Эссентуки Ставропольского края. В тестировании приняла участие 1 девочка 3 класса с ослабленным здоровьем

Для определения уровня развития двигательных способностей мы использовали упражнения для тестирования.

Тест 1. Для оценки уровня выносливости. Для оценки общей выносливости применялся 6-минутная ходьба в среднем темпе (80-100 шагов в минуту). Тест выполнялся на стадионе школы. Результатом теста являлось расстояние, пройденное обучающимися.

Тесты 2. Для оценки уровня силы. Силу мышц рук и плечевого пояса оценивали с помощью сгибания и разгибания рук в упоре стоя на коленях. Выполняя упражнения, обучающаяся опиралась на выпрямленные в локтях руки и колени (во время сгибания рук живот не должен касаться пола). Засчитывалось количество выполненных упражнений (девочки) Сгибание и разгибание рук в упоре от

гимнастической скамейки засчитывалось количество выполненных упражнений (мальчики).

Тест 3. Для оценки уровня координационных способностей. Прыжки через скакалку на двух ногах применялись для оценки координационных способностей. Засчитывалось количество прыжков, выполненных за 30 сек.

Тест 4. Для оценки уровня гибкости. Для оценки гибкости применялся наклон вперед из положения сидя. Испытуемые из положения седа ноги врозь выполняли наклон вперед и фиксировали положение в течение 3 сек. Измерялось расстояние между пятками и пальцами рук в сантиметрах. Все тесты проводились с учетом противопоказаний.

Оценка уровня развития двигательных способностей средствами акробатики у детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем

Результаты тестирования уровня развития физических способностей обучающихся проводилось представлены в таблице 1,

Результаты тестирования Анны Н. – (9 лет) представлены в таблице 1 и на диаграмме (рис. 1,2,3)

Таблица 1– Оценка уровня развития физических способностей обучающегося младших классов.

Наименование тестов	Анны Н
6-минутная ходьба в среднем темпе (м)	640
Сгибания и разгибания рук в упоре стоя на коленях (кол-во раз)	4
Прыжки через скакалку на двух ногах (30сек)	23
Наклон вперед из положения сидя (см)	4

Результат Анны Н. в первом тесте «6-минутная ходьба в среднем темпе» составил 640 метров.

Во втором тесте «Сгибания и разгибания рук в упоре стоя на коленях» (кол-во раз) результат составил 4раз.

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

В третьем тесте «Прыжки через скакалку на двух ногах» (30сек) результат 23раза.

В четвертом тесте «Наклон вперед из положения сидя (см), результат составил 4см.

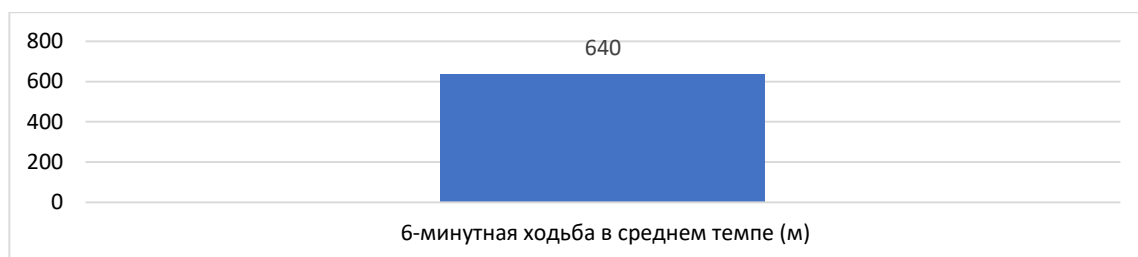


Рисунок 1 – Уровень развития общей выносливости Анны Н. по тесту «6-минутная ходьба»

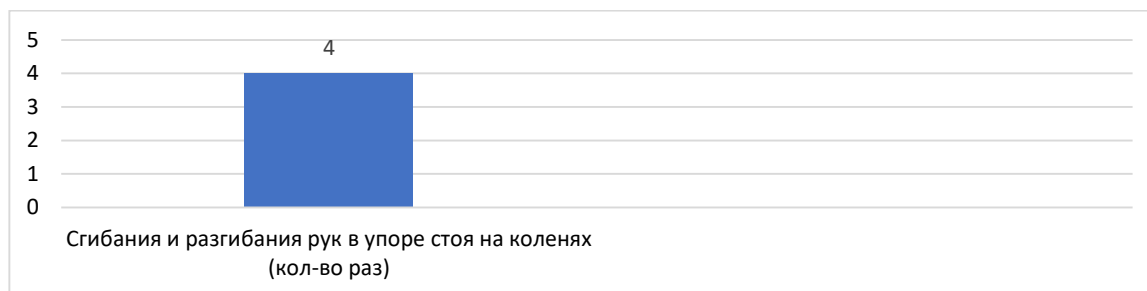


Рисунок2– Уровень развития силовых способностей Анны Н. по результатам теста «Сгибание и разгибание рук в упоре стоя на коленях»

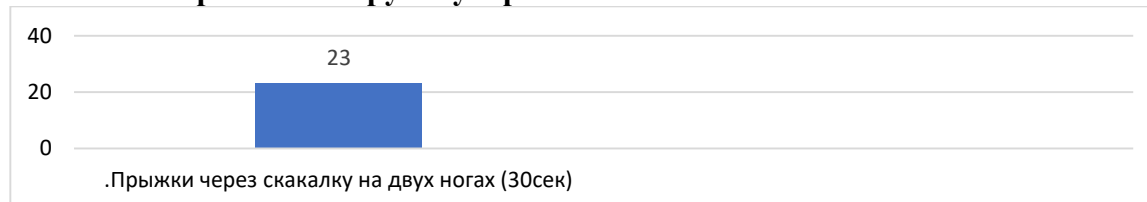


Рисунок 3 – Уровень развития силовой выносливости Анны Н. по результатам теста «Прыжки через скакалку на двух ногах»



Рисунок 4 – Уровень развития гибкости Анны Н. по результату теста «Наклон вперед из положения сидя»

Результат Анны Н. в первом тесте «6-минутная ходьба в среднем темпе» составил 640 метров.

Во втором тесте «Сгибания и разгибания рук в упоре стоя на коленях» (кол-во раз) результат составил 4раз.

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

В третьем тесте «Прыжки через скакалку на двух ногах» (30сек) результат 23раза.

В четвертом тесте «Наклон вперед из положения сидя (см), результат составил 4см.

Разработаны комплексы акробатических упражнений рекомендуются для детей младшего школьного возраста с ослабленным здоровьем и направлены на развития

физических способностей детей младшего школьного возраста.

Таким образом, при тестировании двух девочек и одного мальчика 3-х классов с ослабленным здоровьем, мы наблюдали низкий уровень физического развития с этой целью для повышения уровня развития физических способностей были разработаны комплексы акробатических упражнений.

Библиографический список

Акробатика: учеб. пособие / С. В. Новожилова, Л. Е. Малахова, А. В. Трофимов, А. В. Борисов, Яросл. гос. ун-т им. П. Г. Демидова. Ярославль : ЯрГУ, 2011. URL: [https://lib.rucont.ru/efd/238115\(10.02.2020\)](https://lib.rucont.ru/efd/238115(10.02.2020)) (11.04. 2020).

Блинова Н.Г., Кошко Н.Н., Борисов П.С., Рудюк А.А. Индивидуально-дифференцированный подход на уроках физической культуры // Материалы II международной научно-практической конференции «Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики». – Ставрополь, 2005. С. 19-22.

Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе / И.П. Борисова // Справочник руководителя образовательного учреждения. 2005. №10. С. 84-92.

Виленская Т.Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста: учебное пособие / Т.Е. Виленская. М.: Издательство Юрайт, 2018. URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vozpitanija-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-424770>.

Виленская Т.Е. Теория и методика физического воспитания: оздоровительные технологии физического воспитания младших школьников: учебное пособие для СПО / Т.Е. Виленская. М. 2-е изд. Испр. И доп. : Издательство Юрайт, 2018. (Серия: профессиональное образование). URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vozpitanija-ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vozpitanija-mladshih-shkolnikov-429583>.

Волков С.Р., Волкова М.М.. Здоровый человек и его окружение.-Москва: Авторская Академия, 2012. 640с.

Гавердовский Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики. Издательство «Советский спорт», 2014. 368 с. – ISBN: 978-5-9718-0679-0. – Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/109462?category_pk=4775#authors

Гимнастика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / М.Л. Журавина, Н.К. Миншикова. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. 448 с. – ISBN 5-7695-1197-4

Глазырина Л.Д.: Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл. Moscow: Владос, 2004. 216с.

Евсеева О.Э., Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: учебник. Издательство: Издательство «Спорт-Человек», 2016. (Серия: Бакалавриат, Магистратура). URL: https://e.lanbook.com/book/109462?category_pk=4775#authors

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ю.Д. Железняк, П.К. Петров. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. 288 с.

Журавин М.Л. Гимнастика: Учеб. для студ. пед. учеб. заведений / М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н. В. Казакевич и др.; под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. 448 с.

Здоровый человек и его окружение : учеб. пособие / Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса; под ред. Б.В. Кабарухина. — Изд. 15-е. — Ростов н/Д : Феникс, 2016. 474 с.

Козлов, В.В. Акробатика для всех [Электронный ресурс]: лекция по теории и методике спортивной акробатики / В.В. Козлов. — М. : РГУФКСМиТ, 2017. 39 с. URL: <https://lib.rucont.ru/efd/637420>

Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования. М.: Издательский центр «Академия», 2012. 416 с.

Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физического воспитания: Учебник для институтов физ.культ.-М.:Академия,2005.305с.

Лемешева С. Г. Гимнастика. Ч. 1: учебное пособие. Хабаровск : ДВГАФК, 2004. URL: [https://lib.rucont.ru/efd/284488\(7.01.2020\)](https://lib.rucont.ru/efd/284488(7.01.2020))

Павлова М. М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения. URL: <http://health.best-host.ru> - (01.05. 2020).

Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.

Шлемин А.М. Гимнастика. Учебник для ин-тов физ. культ. – Изд. 2-е / Под ред. А.М. Шлемина и А.Т. Брыкина. – М.: Физкультура и спорт, 2007. 215 с.

Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. 480 с.

References

Akrobatika: ucheb. posobie . Edit. by S. V. Novozhilova, L. E. Malahova, A. V. Trofimov, A. V. Borisov, Jarosl. gos. un-t im. P. G. Demidova. Jaroslavl' : JarGU, 2011. URL: [https://lib.rucont.ru/efd/238115\(10.02.2020\)](https://lib.rucont.ru/efd/238115(10.02.2020)) (11.04. 2020).

Blinova, N.G., Koshko, N.N., Borisov, P.S., Rudjuk A.A. (2005). Individual'no-differencirovannyj podhod na urokah fizicheskoj kul'tury . *Materialy II mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii* «Fizicheskaja kul'tura i sport: integracija nauki i praktiki». Stavropol', 19-22.

Borisova I.P. (2005). Obespechenie zdorov'esberegajushhih tehnologij v shkole. Edit. by I.P. Borisova. *Spravochnik rukovoditelja obrazovatel'nogo uchrezhdenija*, 10, 84-92.

Vilenskaja, T.E. (2018). Ozdorovitel'nye tehnologii fizicheskogo vospitanija detej mladshego shkol'nogo vozrasta: uchebnoe posobie . Edit. by T.E. Vilenskaja. M.: Izdatel'stvo Jurajt, URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vospitaniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-424770>.

Vilenskaja, T.E.(2018). Teorija i metodika fizicheskogo vospitanija: ozdorovitel'nye tehnologii fizicheskogo vospitanija mladshih shkol'nikov: uchebnoe posobie dlja SPO . Edit. by T.E. Vilenskaja. Moscow. 2-e izd. Ispr. I dop. : Izdatel'stvo Jurajt. (Serija: professional'noe

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

obrazovanie). URL: <https://www.biblio-online.ru/viewer/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-ozdorovitelnye-tehnologii-fizicheskogo-vospitaniya-mladshih-shkolnikov-429583>.

Volkov, S.R., Volkova, M.M. (2012). *Zdorovyj chelovek i ego okruzenie*. Moskva: Avtorskaja Akademija, 640s.

Gaverdovskij, Ju.K. (2014). *Teoriya i metodika sportivnoj gimnastiki*. Izdatel'stvo «Sovetskij sport» Rezhim dostupa:

https://e.lanbook.com/book/109462?category_pk=4775#authors

Gimnastika: ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij . Edit. by M.L. Zhuravina, N.K. Men'shikova. M.: Izdatel'skij centr «Akademija», 2002.

Glazyrina L.D. (2004). *Metodika prepodavaniya fizicheskoj kul'tury: 1-4 kl.* Moscow: Vlados.

Evseeva, O.Je., Evseev S.P. (2016). *Tehnologii fizkul'turno-sportivnoj dejatel'nosti v adaptivnoj fizicheskoj kul'ture: uchebnik*. Izdatel'stvo: Izdatel'stvo «Sport-Chelovek», (Serija: Bakalavriat, Magistratura). URL:

https://e.lanbook.com/book/109462?category_pk=4775#authors

Zheleznjak, Ju.D. (2013). *Osnovy nauchno-metodicheskoj dejatel'nosti v fizicheskoj kul'ture i sporte: uchebnik dlja stud. uchrezhdenij vyssh. prof. obrazovaniya / Ju.D. Zheleznjak, P.K. Petrov. – M.: Izdatel'skij centr «Akademija».*

Zhuravin, M.L. *Gimnastika: Ucheb. dlja stud. ped. ucheb. zavedenij . M.L. Zhuravin, O.V. Zagrijadskaja, N. V. Kazakevich i dr.; pod red. M.L. Zhuravina, N.K. Men'shikova.* Moscow: Izdatel'skij centr «Akademija», 2001.448s.

Zdorovyj chelovek i ego okruzenie : ucheb. posobie ю D.A, Krju-kova, L.A. Lysak, O.V. Fursa; pod red. B.V. Kabaruhina. Rostov n/D : Feniks, 2016.

Kozlov, V.V. (2017). *Akrobatika dlja vseh :lekcija po teorii i metodike sportivnoj akrobatiki / V.V. Kozlov . Moscow : RGUFKSMiT.* URL: <https://lib.rucont.ru/efd/637420>

Kuznecov, V.S. (2012). *Teoriya i metodika fizicheskoj kul'tury: uchebnik dlja stud. uchrezhdenij vyssh. prof. Obrazovaniya.* Moscow: Izdatel'-skij centr «Akademija», 416 s.

Kuramshin Ju.F. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya: Uchebnik dlja institutov fiz.kul't.-M.:Akademija,2005.305s.*

Lemesheva S. G. *Gimnastika. Ch. 1: uchebnoe posobie.* Habarovsk : DVGAFK, 2004. URL: [https://lib.rucont.ru/efd/284488\(7.01.2020\)](https://lib.rucont.ru/efd/284488(7.01.2020))

Pavlova, M. M. *Metodicheskie rekomendacii po integracii programmy «Osnovy zdorovogo obraza zhizni» v uchebno-vospitatel'nyj process obrazovatel'nogo uchrezhdenija.* URL: <http://health.best-host.ru> - (01.05. 2020).

Petrov, P.K. *Metodika prepodavaniya gimnastiki v shkole: Ucheb. dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij.* Moscow: Gumanit. izd. centr VLADOS, 2003.

Shlemin , A.M. *Gimnastika. Uchebnik dlja in-tov fiz. kul't. – Izd. 2-e / Pod red. A.M. Shlemina i A.T. Brykina.* Moscow: Fizkul'tura i sport, 2007.

Holodov, Zh. K. (2004). *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta: Ucheb. posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij / Zh. K. Holodov, V. S. Kuznecov.* Moscow: Izdatel'skij centr «Akademija».

ISSN 2414-0244

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2020. - № 3 (19).

Health, Physical Culture and Sports. 2020, 3(19)

Раздел IV. Научные статьи по итогам Международной конференции

Section IV. Scientific Articles Following the International Conference

DOI [https://doi.org/10.14258/zosh\(2020\)3.13](https://doi.org/10.14258/zosh(2020)3.13)

Вклад каждого автора

- A. Федотова Т.Д.-Разработка концепции , изучение проблемы, оформление рукописи
- B. Федотов В.И.- Проведение математических вычислений и графическое оформление
- C. Стороженко Т.Н.- Проведение экспериментов или сбор данных
- D- Подготовка, создание и оформление рукописи

Authors Contribution:

- A-Concept Development or design of methodology; creation of models to study the problem
- B-Application of statistical, mathematical, computational, or other studies
- C-conducting research, in particular conducting experiments or collecting data
- D-Preparation, creation and registration of the manuscript