

(ознакомительный фрагмент)

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

УДК 615.8+796.012.424.6:611.728.3(043)

Ван Лиин

КОРРЕКЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ПОСРЕДСТВОМ ИГРЫ В БАДМИНТОН
(НА ПРИМЕРЕ КИТАЙСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ)

**Автореферат диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук**

**по специальности 13.00.04 – теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической
культуры**

Минск, 2022

Научная работа выполнена в учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Научный руководитель: **Михеев Александр Анатольевич**,
доктор педагогических наук, доктор биологических наук, профессор, профессор кафедры технологий фитнеса учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Официальные оппоненты: **Коледа Виктор Антонович**,
доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физического воспитания и спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

Сазонова Ася Владимировна,
кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и экономики спорта учреждения образования «Белорусский государственный экономический университет»

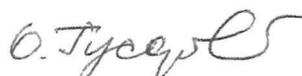
Оппонирующая организация: учреждение образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»

Защита состоится 22 июня 2022 года в 14.00 часов на заседании совета по защите диссертаций К 23.01.01 при учреждении образования «Белорусский государственный университет физической культуры» по адресу: 220020, г. Минск, проспект Победителей, 105, e-mail: nir@sportedu.by, тел.: 307 67 45.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры».

Автореферат разослан 20 мая 2022 года

Ученый секретарь совета по защите диссертаций,
кандидат педагогических наук, доцент



О.А.Гусарова

Введение

Социологические исследования показали, что около половины школьников младших классов в КНР предпочитают игру в бадминтон другим видам спорта (Цзя Цзечень, 2011), поэтому появление этой спортивной дисциплины в образовательной программе младших классов не только создаст базу для развития бадминтона как вида спорта и будет способствовать формированию резервного запаса талантливых спортсменов, но также предоставит в распоряжение преподавателей физической культуры средство, позволяющее эффективно корректировать физическое развитие и физическую подготовленность школьников младших классов (Чэнь Ючжун, 2007). В связи с этим актуальной является проблема разработки методики коррекции показателей физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста посредством внедрения факультативных занятий с использованием средств, характерных для игры в бадминтон, что помогло бы развитию системы внеклассных тренировок, способствовало бы улучшению физического развития и физической подготовленности школьников и заложило бы прочную основу для достижения главной цели, обозначенной руководством КНР, – вовлеченности граждан в занятия физической культурой и спортом в течение всей жизни, определяющей важную составляющую здоровья нации.

Общая характеристика работы

Связь работы с крупными научными программами (проектами) и темами

Диссертационная работа выполнялась в соответствии с планом научно-исследовательской работы учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (БГУФК) на 2016–2020 годы в рамках темы 3.2.1 кафедры оздоровительной физической культуры «Программирование занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью для различного контингента занимающихся», а также планом научно-исследовательской и инновационной деятельности БГУФК на 2021–2025 годы в рамках темы НИР 3.3 кафедры технологий фитнеса «Традиционные и инновационные фитнес-технологии в системе двигательной активности лиц различного возраста».

Цель и задачи исследования

Цель исследования – определение воздействия игры в бадминтон на организм детей младшего школьного возраста и экспериментальное обоснование методики коррекции физического развития и физической подготовленности

школьников 7–8 лет, основанной на применении упражнений повышенной интенсивности.

Задачи исследования:

1. Определить воздействие игры в бадминтон на физическое состояние детей 7–8 лет.

2. Выявить взаимосвязи показателей физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста КНР для обоснования экспериментальной методики на основе игры в бадминтон с использованием упражнений повышенной интенсивности.

3. Разработать и экспериментально обосновать методику коррекции физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста (7–8 лет) в КНР посредством игры в бадминтон.

Научная новизна заключается в следующем:

на основе теоретического материала и практических исследований обоснована необходимость разработки методики коррекции физического развития школьников 7–8 лет в КНР; определены теоретические основы и практические пути интенсификации физической подготовки, повышения уровня физической подготовленности и физического развития школьников младших классов, определены роль и место интенсивных методов подготовки на основе применения упражнений, характерных для игры в бадминтон;

оценка качества жизни детей на основе проведенного анкетного опроса, включающего физический, эмоциональный, социальный и школьный (средовый) аспекты, свидетельствовала о существовании различий в оценке качества жизни детьми с различным индексом массы тела и необходимости дифференцированного подхода к физическому воспитанию детей с повышенным и высоким индексом массы тела;

разработана методика повышения уровня физической подготовленности и физического развития школьников 7–8 лет в КНР на основе игры в бадминтон;

выявлена и подтверждена эмпирическими данными возможность использования упражнений из практики бадминтона для интенсивного развития физических качеств, улучшения показателей физического развития и физической подготовленности мальчиков и девочек младшего школьного возраста;

определено, что в уровнях физического развития и физической подготовленности мальчиков и девочек начальных классов средней школы (7–8 лет) в КНР отсутствуют достоверные различия;

сделан вывод о возможности проведения учебно-тренировочных занятий школьников младших классов без дифференцирования по половому признаку;

подтверждена возможность коррекции физического развития детей 7–8 лет с помощью методик, основанных на использовании видов спорта, занятия которыми

характеризуются повышенной физической и эмоциональной интенсивностью, в частности, с помощью игры в бадминтон.

Разработанная методика, направленная на реализацию сопряженного воздействия средств различной двигательной-координационной направленности в бадминтоне, позволяет раскрывать индивидуальные резервные возможности детей и тем самым существенно повышать эффективность физического развития и физической подготовленности младших школьников в учреждениях общего среднего образования КНР.

Положения, выносимые на защиту

1. Бадминтон, являясь популярным и широко распространенным видом спорта, служит средством активизации развития физических и психических способностей, а также функционального состояния детей младшего возраста. Содержание уроков физической культуры в младших классах средней школы КНР соответствует требованиям таких государственных директивных документов, как «Универсальная программа развития физической культуры среди населения», «Мнение Центрального комитета КПК и Госсовета по усилению культуры физического воспитания среди подростков для укрепления физического здоровья», «Национальный стандарт здоровья учащихся» и ориентировано на общую физическую подготовку и такие виды спорта, как футбол, баскетбол, гимнастика и ушу. Изучение бадминтона как вида спорта, несмотря на его популярность, в средней школе представлено недостаточно, поэтому появление этой спортивной дисциплины в образовательной программе младших классов не только создает базу для развития бадминтона как вида спорта и способствует формированию резервного запаса талантливых спортсменов, но также предоставляет в распоряжение учителей физической культуры дополнительный инструмент, позволяющий эффективно корректировать физическое развитие и физическую подготовленность учащихся.

2. В физическом развитии и физической подготовленности мальчиков и девочек начальных классов средней школы (7–8 лет) КНР отсутствуют существенные различия. По антропометрическим показателям и жизненной емкости легких (ЖЕЛ) мальчики и девочки младшего школьного возраста не имеют статистически значимых различий, что допускает организационно-методическое построение занятий без дифференцирования класса по половому признаку. Показатели массы тела и индекса массы тела (ИМТ) детей младшего школьного возраста имеют одинаково сильно выраженную статистически значимую корреляционную связь с показателями физической подготовленности. Отсюда следует возможность коррекции массы тела с помощью методик, основанных на использовании видов спорта, отличающихся повышенной физической и эмоциональной интенсивностью. Для реализации программы физического воспитания в недельном расписании учебных занятий программой

средней школы предусмотрены 2 урока физической культуры, поэтому внедрение средств, присущих игре в бадминтон, при увеличении общего объема и доли упражнений повышенной интенсивности в рамках одного дополнительного факультативного занятия в неделю повысит эффективность процесса физического воспитания.

3. Экспериментальная методика с использованием игры в бадминтон, направленная на повышение уровня физического развития и физической подготовленности младших школьников, предполагает увеличение на 50 % объема и на 21 % интенсивности нормированной двигательной активности детей в режиме дня при сохранении общей структуры двигательного режима, предусмотренного школьной программой КНР, за счет использования упражнений повышенной интенсивности на факультативных занятиях. Методика регламентируется следующими параметрами: общая продолжительность – 9 месяцев (сентябрь – май). Количество факультативных занятий – 32. Общий объем физической нагрузки составляет 64 часа, объем дополнительной нагрузки 21,3 часа, объем нагрузки повышенной интенсивности – 13,3 часа. Распределение физической нагрузки на каждом 40-минутном факультативном занятии производится следующим образом: общеподготовительные упражнения (ОПУ) – 25 % (разминка, беговые упражнения, общеразвивающие упражнения, подводящие упражнения), специально-подготовительные (СПУ) – 62,5 % (специально-подготовительные упражнения в структуре технических элементов бадминтона), заминка, упражнения на расслабление, подведение итогов занятия – 12,5 %. Применение экспериментальной методики на основе игры в бадминтон приводит к улучшению показателей физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста, обучающихся в учреждениях общего среднего образования КНР.

Личный вклад соискателя ученой степени

Соискателем выявлена и изучена проблема развития психофизических способностей детей младшего школьного возраста в КНР в процессе их физического воспитания, проведены исследования проблемы оптимизации физической подготовки школьников: выполнено обобщение литературных данных, организован и проведен формирующий педагогический эксперимент, осуществлена математико-статистическая обработка, анализ и обобщение полученных данных. В результате научно-исследовательской работы соискателем выполнено теоретико-экспериментальное обоснование методики улучшения физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста в КНР, основанной на игре в бадминтон.

Апробация диссертации и информация об использовании ее результатов

Результаты диссертации докладывались и обсуждались на Международном олимпийском студенческом форуме «Олимпийское движение, студенческий спорт коммуникаций и образования» (Минск, 22 ноября 2018 г.); Международной научно-практической конференции «Картина мира через призму Китайской и Белорусской культур» (Минск, 14 декабря 2018 г.); Всероссийской научно-методической конференции «Актуальные проблемы физического воспитания и спорта в вузе» (Москва, 30 января 2019 г.); Международной научно-практической конференции «Картина мира через призму Китайской и Белорусской культур», (Минск, 6 декабря 2019 г.); Республиканской студенческой научно-практической конференции факультета оздоровительной физической культуры и туризма «Научный поиск: я начинаю путь» (Минск, 15 апреля 2020 г.); Международной научно-практической конференции «Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: инновационные технологии и здоровьесбережение личности» (Минск, 14 ноября 2021 г.). Результаты работы внедрены в образовательный процесс средней школы г. Чжаньцзян, провинция Гуандун, КНР, акт внедрения от 12.11.2021 г.

Опубликование результатов диссертации

По результатам диссертационного исследования опубликовано 12 работ (1,10 авторского листа): 4 статьи в изданиях, рекомендованных ВАК Республики Беларусь (0,55 авторского листа), 8 публикаций в материалах научных конференций (0,55 авторского листа).

Структура и объем диссертации

Работа содержит введение, общую характеристику, 3 главы, заключение, библиографический список, приложения. Полный объем диссертации составляет 124 страницы. Основное содержание работы изложено на 98 страницах, иллюстрировано 29 таблицами. Библиографический список изложен на 16 страницах (180 наименований, в том числе 134 работы на иностранных языках), 3 приложения представлены на 6 страницах.

Список публикаций соискателя ученой степени

Статьи в журналах и сборниках, включенных в перечень научных изданий Республики Беларусь для опубликования диссертационных исследований

1. Ван, Лиин. Предпосылки повышения двигательной активности школьников КНР средствами бадминтона / Ван Лиин, А. А. Михеев // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры : сб. науч. тр. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.) [и др.]. – 2020. – Вып. 23. – С. 249–253.

2. Ван, Лиин. Оценка физического развития детей младшего школьного возраста в Китайской Народной Республике / Ван Лиин, А. А. Михеев // Мир спорта. – 2021 – № 4 (85). – С. 90–94.

3. Ван, Лиин. Оценка качества жизни детьми младшего школьного возраста в Китайской Народной Республике с различным уровнем индекса массы тела / Ван Лиин // Ученые записки Белорусского государственного университета физической культуры : сб. науч. тр. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: С. Б. Репкин (гл. ред.) [и др.]. – 2021. – Вып. 24. – С. 196–201.

4. Ван, Лиин. Коррекция показателей физического развития детей младшего школьного возраста посредством игры в бадминтон на примере Китайской Народной Республики / Ван Лиин // Мир спорта. – 2022 – № 1 (86). – С. 77–81.

Статьи в научных журналах и сборниках

5. Ван, Лиин. Корреляционный анализ показателей физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста КНР / Ван Лиин // Вестник набережночелновского государственного педагогического университета. – 2021. – № 6 (35). – С. 29–32.

Материалы конференций

6. Ван, Лиин. Олимпийские ценности и их продвижение в Китайской Народной Республике / Ван Лиин // Олимпийское движение, студенческий спорт, коммуникации и образование : материалы Междунар. олимп. студ. форума, Минск, 22 нояб. 2018 г. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол. : Т. А. Морозевич-Шилюк (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2018. – С. 34–35.

7. Ван, Лиин. Базовые гуманистические ценности олимпийского движения и их реализация / Ван Лиин // Олимпийское движение, студенческий спорт

коммуникаций и образования : материалы Междунар. олимп. студ. форума, Минск, 22 нояб. 2018 г. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Т. А. Морозевич-Шилюк (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2018. – С. 35–36.

8. Ван, Лиин. Игра в бадминтон в современном образовательном пространстве Китая и Беларуси / Ван Лиин // Картина мира через призму Китайской и Белорусской культур : сб. ст. междунар. науч.-практ. конф., Минск, 14 дек. 2018 г. / М-во образования Респ. Беларусь [и др.], редкол.: М. В. Мишкевич (науч. ред.) [и др.]. – Минск : БГАТУ, 2019. – С. 260–264.

9. Ван, Лиин. Мониторинг телосложения студентов колледжа с целью изменения их физической формы с помощью бадминтон / Ван Лиин // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта в вузе : материалы Всерос. науч.-метод. конф., посвящ. 90-летию введения физ. культуры как обязат. дисциплины в высшем образ., Москва, 30 янв. – 1 февр. 2019 г. / Рос. гос. ун-т нефти и газа (НИУ) им. И. М. Губкина [и др.] ; редкол.: А. О. Егорычев [и др.]. – М. : Издательский центр РГУ нефти и газа (НИУ) имени И. М. Губкина, 2019. – С. 142–144.

10. Ван, Лиин. Изучение влияния тренировок по бадминтону на физическую форму детей младшего школьного возраста на основе игры в бадминтон в Китае и Беларуси / Ван Лиин // Картина мира через призму Китайской и Белорусской культур : сб. ст. междунар. науч.-практ. конф., Минск, 6 дек. 2019 г. / М-во образования Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры, Респ. ин-т китаеведения им. Конфуция Белорус. гос. ун-та ; редкол.: М. В. Мишкевич (науч. ред.) [и др.]. – Минск : БГАТУ, 2020. – С. 336–339.

11. Ван, Лиин. Показатели физического развития и физической подготовленности детей младшего школьного возраста / Ван Лиин // Научный поиск: я начинаю путь : материалы Респ. студен. науч.-практ. конф. фак. оздоровит. физ. культуры и туризма, Минск, 15 апр. 2020 г. / М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Н. М. Машарская [и др.]. – Минск : БГУФК, 2020. – С. 88–91.

12. Ван, Лиин. Состояние здоровья детей и уровня их двигательной активности в ходе получения школьного образования / Ван Лиин // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: инновационные технологии и здоровьесбережение личности. Педагогические чтения : сб. науч. ст. / редкол.: А. Р. Борисевич (отв. ред.) [и др.]. – Минск : РИВШ, 2021. – С. 30–32.

РЭЗІЮМЭ

ВАН Ліін

КАРЭКЦЫЯ ПАКАЗАЛЬНІКАЎ ФІЗІЧНАГА РАЗВІЦЦЯ ДЗЯЦЕЙ МАЛОДШАГА ШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ ПАСРОДКАМ ГУЛЬНІ Ў БАДМІНТОН

Ключавыя словы: малодшы школьны ўзрост, фізічнае развіццё, развіццё фізічных якасцей, фізічная падрыхтаванасць, функцыянальны стан, трэніроўка, бадмінтон.

Мэта даследавання – распрацаваць і эксперыментальна абгрунтаваць методыку карэкцыі фізічнага развіцця дзяцей малодшага школьнага ўзросту (7–8 гадоў) з дапамогай гульні ў бадмінтон.

Метады даследавання: аналіз і абагульненне літаратурных дадзеных, анкетаванне, педагагічны эксперымент, педагагічнае тэсціраванне; саматаметрычныя, фізіяметрычныя метады даследавання: антрапаметрыя, дынамаметрыя; метады матэматычнай статыстыкі.

Атрыманыя вынікі і іх навізна. Тэарэтычна абгрунтавана неабходнасць распрацоўкі метаду карэкцыі фізічнага развіцця школьнікаў 7–8 гадоў у Кітайскай Народнай Рэспубліцы; вызначаны тэарэтычныя асновы і практычныя шляхі інтэнсіфікацыі фізічнай падрыхтоўкі, павышэння ўзроўню фізічнай падрыхтаванасці і фізічнага развіцця школьнікаў малодшых класаў, вызначаны роля і месца інтэнсіўных метадаў падрыхтоўкі на аснове прымянення практыкаванняў, характэрных для гульні ў бадмінтон; выяўлена і пацверджана эмпірычным матэрыялам магчымасць выкарыстання практыкаванняў з практыкі бадмінтона для інтэнсіўнага развіцця фізічных якасцей, паляпшэння паказчыкаў фізічнага развіцця і фізічнай падрыхтаванасці хлопчыкаў і дзяўчынак малодшага школьнага ўзросту; зроблена выснова аб магчымасці правядзення вучэбна-трэніровачных заняткаў школьнікаў малодшых класаў без дыферэнцыявання па палавой прыкмеце; пацверджана магчымасць карэкцыі фізічнага развіцця дзяцей 7–8 гадоў з дапамогай метадык, заснаваных на выкарыстанні відаў спорту, якія характарызуюцца павышанай фізічнай і эмацыйнай інтэнсіўнасцю вучэбна-трэніровачных заняткаў, у прыватнасці, з дапамогай гульні ў бадмінтон.

Ступень выкарыстання. Вынікі даследавання ўкаранёны ў адукацыйны працэс сярэдняй школы г. Чжаньцзян, правінцыя Гуандун, КНР.

Вобласць ужывання. Адукацыйны працэс у пачатковых класах сярэдніх школ.

РЕЗЮМЕ

ВАН Лиин

КОРРЕКЦИЯ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ИГРЫ В БАДМИНТОН

Ключевые слова: младший школьный возраст, физическое развитие, развитие физических качеств, физическая подготовленность, функциональное состояние, тренировка, бадминтон.

Цель исследования – разработать и экспериментально обосновать методику коррекции физического развития детей младшего школьного возраста (7–8 лет) посредством игры в бадминтон.

Методы исследования: анализ и обобщение литературных данных, анкетирование, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование; соматометрические, физиометрические методы исследования: антропометрия, динамометрия; методы математической статистики.

Полученные результаты и их новизна. Теоретически обоснована необходимость разработки метода коррекции физического развития школьников 7–8 лет в Китайской Народной Республике; определены теоретические основы и практические пути интенсификации физической подготовки, повышения уровня физической подготовленности и физического развития школьников младших классов, определены роль и место интенсивных методов подготовки на основе применения упражнений, характерных для игры в бадминтон; выявлена и подтверждена эмпирическим материалом возможность использования упражнений из практики бадминтона для интенсивного развития физических качеств, улучшения показателей физического развития и физической подготовленности мальчиков и девочек младшего школьного возраста; сделан вывод о возможности проведения учебно-тренировочных занятий школьников младших классов без дифференцирования по половому признаку; подтверждена возможность коррекции физического развития детей 7–8 лет с помощью методик, основанных на использовании видов спорта, характеризующихся повышенной физической и эмоциональной интенсивностью учебно-тренировочных занятий, в частности, с помощью игры в бадминтон.

Степень использования. Результаты исследования внедрены в образовательный процесс средней школы г. Чжаныцзян, провинция Гуандун, КНР.

Область применения. Образовательный процесс в начальных классах средних школ.

SUMMARY

WANG Liying

CORRECTION OF INDICATORS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF YOUNG SCHOOL AGE BY PLAYING BADMINTON

Key words: primary school age, physical development, development of physical qualities, physical fitness, functional state, training, badminton.

The purpose of the research is to develop and experimentally substantiate a methodology for correcting the physical development of children of primary school age (7–8 years old) through playing badminton.

Research methods: analysis and generalization of literary data, questionnaires, pedagogical experiment, pedagogical testing; somatometric, physiometric research methods: anthropometry, dynamometry; methods of mathematical statistics.

The results obtained and their novelty. The need to develop a method for correcting the physical development of 7–8 year old schoolchildren in the People's Republic of China has been theoretically substantiated; the theoretical foundations and practical ways of intensifying physical training, increasing the level of physical fitness and physical development of junior schoolchildren have been determined, the role and place of intensive training methods based on the use of exercises characteristic of playing badminton have been determined; revealed and confirmed by empirical material the possibility of using exercises from the practice of badminton for the intensive development of physical qualities, improving the indicators of physical development and physical fitness of boys and girls of primary school age; the conclusion was made about the possibility of conducting educational and training sessions for primary school students without differentiation by sex; the possibility of correcting the physical development of 7-8 years old children with the help of methods based on the use of sports characterized by increased physical and emotional intensity of educational and training sessions, in particular, with the help of playing badminton, was confirmed.

The degree of use. The results of the study were introduced into the educational process of a secondary school in Zhanjiang, Guangdong province, China.

Application area. The educational process in the primary grades of secondary schools.



Подписано в печать 16.05.2022. Формат 60×84/16. Бумага офсетная.
Ризография. Усл. печ. л. 1,51. Уч.-изд. л. 1,50. Тираж 60 экз. Заказ 28.

Отпечатано с готового оригинал-макета в редакционно-издательском отделе
учреждения образования
«Белорусский государственный университет физической культуры».
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий
№ 1/153 от 24.01.2014.
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.