

4764

А

*На правах рукописи*

КОЗЛОВА  
СВЕТЛАНА ЮРЬЕВНА

**Особенности обучения дыхательным упражнениям  
детей 8-9 лет на уроке физической культуры  
в школе**

13.00.04. – Теория и методика физического воспитания,  
спортивной тренировки, оздоровительной  
и адаптивной физической культуры



**АВТОРЕФЕРАТ**

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

**Малаховка - 2001**

А

Работа выполнена в Московской государственной академии физической культуры

Научный руководитель: - кандидат педагогических наук,  
профессор Биндусов Е.Е.

Официальные оппоненты: - доктор медицинских наук;  
профессор Фомин В.С.  
- кандидат педагогических наук,  
доцент, заслуженный работник  
физической культуры России  
Маркина Т.А.

Ведущая организация – Московский педагогический университет

Защита состоится "24" января 2002 г. в 15<sup>30</sup> часов на заседании диссертационного совета К 311.007.01 в Московской государственной академии физической культуры по адресу: 140032, Московская обл., п. Малаховка, Шоссейная ул., 33.

С диссертационной работой можно ознакомиться в библиотеке Московской государственной академии физической культуры

Автореферат разослан "14" декабря 2001 г

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат педагогических наук,  
профессор



Т 000004764

ЦОБ по ФКиС  
РГАФК

Е.Е. Биндусов

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. В условиях современной школы физическое воспитание приобрело особое значение. Двигательная активность каждого ученика в режиме учебного дня все время меняется, что в свою очередь требует и соответствующей подготовки всех функциональных систем организма школьника.

Если показатели физических качеств учащихся находятся под систематическим контролем со стороны учителя физической культуры, то системы жизнеобеспечения организма школьника, в частности функциональное состояние дыхательной системы учителем физической культуры не контролируются, и ее данные не принимаются во внимание в процессе физического воспитания детей, хотя издавна обучение дыханию считалось важной частью физического воспитания.

44802  
Многочисленными исследованиями отечественных и зарубежных авторов доказано, что развитие в комплексе произвольного управления дыханием с целенаправленной мышечной деятельностью являются мощным средством биологической стимуляции процессов формирования растущего организма, совершенствования его защитно-приспособительных механизмов, в значительной мере определяющих состояние детей и подростков [Н.А. Агаджанян, А.Ю. Катков; И.С. Бреслав; А.Г. Мастеров, С.Н. Кучкин; О.Н. Сидорова, Т.Н. Трофимова и др.]. В педагогических исследованиях рассматривались различные варианты обучения дыханию при занятии спортом, а также обучение дыханию детей с патологическими нарушениями функции дыхания [С.В. Вишнякова; Л.Н. Волгина; В.М. Грачев; Л. Захарова, Н. Иванова; И.Н. Калинин; С.Н. Кучкин; В.В. Михайлов и др.]. Однако проблема обучения дыханию детей младшего школьного возраста недостаточно изучена.

Изучение практического опыта и литературных источников показало, что обучение дыханию учащихся младших классов на уроках физической культуры в школе до сих пор основывается на общих методических положениях. Нет научно – обоснованной методики обучения дыханию детей младшего школьного возраста в процессе школьного воспитания с учетом возрастных и физиологических особенностей детей [Я.С. Вайнбаум, Е.В. Савельева, Г.С. Леонтьева; И.И. Даденко,