

ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ЛИЦЕЮ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ РУКОПАШНОГО БОЮ

Коваленко Ю.О.

69600 Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66, Україна

visnik_znu@ukr.net

Наведено результати дослідження особливостей фізичної підготовки юнаків засобами рукопашного бою відповідно їх віковим і психофізіологічним особливостями, які навчаються в лицей-інтернаті з посиленою військово-фізичною підготовкою. З'ясовано вплив експериментальної методики на показники силових і координаційних здібностей юнаків 16-17 років засобами рукопашного бою. Встановлено, що наприкінці дослідження зросли і мали достовірний приріст показники координаційних здібностей. Особливо істотних змін зазнав показник здатності адекватного вирішення рухового завдання, він мав найвищий відносний приріст. Також достатньо високий відносний приріст відбувся за тестами «Рівновага» і «Складна сенсомоторна дія». Встановлено більш суттєві зміни в силових показниках юнаків, вони істотно зросли наприкінці дослідження. Найбільший приріст зафіксовано за двома тестами (у кидках партнера і підйомах партнера заднім поясом за 20 с, підйом партнера заднім поясом за 20с). Визначено шляхи оптимізації навчально-тренувального процесу юнаків засобами рукопашного бою.

Ключові слова: військовий лицей, фізичне виховання, учні, засоби, рукопашний бій, силові здібності, координаційні здібності.

ОПТИМИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ ЛИЦЕЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ РУКОПАШНОГО БОЯ

Коваленко Ю.А.

69600 Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66, Украина

visnik_znu@ukr.net

Приведены результаты исследования использования средств рукопашного боя в физической подготовке юношей, которые учатся в лицее-интернате с усиленной военно-физической подготовкой в соответствии с их возрастными и психофизиологическими особенностями. Выявлено влияние экспериментальной методики на показатели силовых и координационных способностей юношей 16-17 лет средствами рукопашного боя. Установлено, что в конце исследования возросли и имели достоверный прирост показатели координационных способностей. Особенно существенным изменениям подвергся показатель способности адекватного решения двигательной задачи, он имел самый высокий относительный прирост. Также достаточно высокий относительный прирост составил по тестам «Равновесие» и «Сложное сенсомоторное действие». Установлены более существенные изменения в силовых показателях юношей, они существенно возросли в конце исследования. Наибольший прирост зафиксирован по двум тестам (в бросках партнера и подъемах партнера задним поясом за 20 с, подъем партнера задним поясом за 20с). Определены пути оптимизации учебно-тренировочного процесса юношей средствами рукопашного боя.

Ключевые слова: военный лицей, физическое воспитание, учащиеся, рукопашный бой, оценка, силовые способности, координационные способности.

OPTIMIZATION OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS OF THE SPECIALIZED SCHOOL WITH THE USE OF HAND COMBAT

Kovalenko J.

69600 Zaporizhzhya National University, Zhukovsky str., 66, Ukraine

visnik_znu@ukr.net

The results of the study of physical fitness characteristics of young men by means of unarmed combat according to their age and physiological characteristics of studying in a boarding high school for intensive military and physical training. The influence of experimental techniques for performance power and coordination abilities of boys 16-17 years by means of unarmed combat. It is established that at the end of the study and had increased growth rates accurate coordination abilities. Especially significant changes undergone indicator adequately address the ability of the motor task, he had the highest relative increase. Also high enough relative increase was for tests "Equilibrium" and "Complicated sensomotor action" Established a significant change in power performance of boys, they increased significantly at the end of the study. The largest increase was recorded in two tests (throwing partner and partner climbs back belt for 20 s, back belt lifting partner for 20 s). The ways of optimizing the training process of young men by means of unarmed combat.

Key words: special school, physical education, students, martial arts, assessment, power capacity, coordination abilities.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ І АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ

В основі фізичного виховання тих, хто навчається в ліцях з посиленою військово-фізичною підготовкою, лежить тісний зв'язок між руховою активністю та їхнім фізичним та психічним станом. Складовою фізичного виховання ліцеїстів є професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП). Прикладна фізична підготовка в ліцях з посиленою військово-фізичною підготовкою поряд із вирішенням основних завдань на уроках фізичної культури повинна забезпечувати якісну підготовку ліцеїстів до навчання у вищих навчальних закладах Єдиної системи військової освіти, виховання в них вольових і командирських навичок та якостей. А основними завданнями прикладної фізичної підготовки є розвиток і постійне вдосконалення витривалості, сили, швидкості та спритності; оволодіння навичками в пересуванні по пересіченій місцевості в пішому порядку, подоланні перешкод, рукопашному бою, військово-прикладному плаванні; покращення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я і підвищення стійкості організму до дії несприятливих факторів військово-професійної діяльності.

Отже, аналізуючи сучасний стан організації процесу фізичного виховання в навчально-виховних закладах типу ліцеїв, слід констатувати, що він реалізується, на жаль, ще за традиційними підходами без використання інноваційних технологій у професійно-прикладній фізичній підготовці, що не сприяє якості навчання та виховання стійкої мотивації до здорового способу життя [1].

Проблема оптимізації процесу фізичного виховання учнів ліцеїв залишається актуальною і потребує подальшого наукового обґрунтування насамперед у пошуку найбільш дієвих засобів, методів занять професійно-прикладної спрямованості.

Найважливішою проблемою сучасної теорії та методики навчання в спорті [1] є пошук оптимальних засобів і методів підвищення майстерності людей, що на думку фахівців [2-5], можливо здійснити двома шляхами: індивідуалізуючи роботу з ними та удосконалюючи самі заняття. Усе це вимагає обґрунтованого та своєчасного використання тих методів та видів занять, які при вирішенні конкретних завдань можуть дати максимальний ефект [2], а при самовдосконаленні особистої майстерності – сформулювати індивідуальний почерк, активно розвинути фізичні та психічні здібності. У зв'язку з цим важливим є ступінь базової (початкової) готовності людини до занять бойовими мистецтвами.

У цьому аспекті ми розглядали бойові мистецтва як складову спорту школярів, який, на думку фахівців [2], являє собою узагальнену категорію діяльності школярів у формі змагання і підготовки до нього з метою досягнення високих результатів у обраній спортивній спеціалізації. У науковій та методичній літературі [1], присвяченій єдиноборствам, багато уваги приділено історичним та етнографічним матеріалам про становлення та розвиток багатьох шкіл бойових мистецтв. У цих літературних джерелах [1-5] наводяться різні прийоми самозахисту, розглядаються формальні комплекси вправ. Безумовно, ці дані будуть корисними для людей, які хочуть займатися бойовими мистецтвами, проте методика навчання, яка є ключем для засвоєння базової техніки, відображена недостатньо. Пошуки методики викладання, вирішення проблем оптимізації навантажень тривають.

Поєдинки з рукопашного бою характеризуються високою щільністю, різноманітним комбінацій ударів і захисних дій, уклонів, обманних рухів, що мають складнокоординаційну структуру. Спаринги відбуваються в умовах, що постійно змінюються, коли існує дефіцит часу для сприйняття й аналізу ситуацій, прийняття й реалізації рішень, за активної протидії супротивників. Досягнення перемоги в поєдинку багато в чому залежить від сприйняття спортсменом ситуації та швидкості його реагування на дії супротивника. Інакше кажучи, перемога спортсмена залежить від рівня його техніко-тактичної підготовки, що комплексно виявляється в оперативній розумовій діяльності, яка забезпечує аналіз ситуації, вибір і реалізацію оптимального рішення з ряду альтернативних [1, 5].

ФОРМУЛЮВАННЯ МЕТИ І ЗАВДАНЬ ДОСЛІДЖЕННЯ

Мета дослідження – дослідити ступінь впливу завдань з техніко-тактичних дій на показники технічної і фізичної підготовленості школярів, які займаються рукопашним боєм.

У зв'язку з метою дослідження перед роботою були поставлені такі завдання:

1. Узагальнити і конкретизувати особливості фізичної підготовки юнаків засобами рукопашного бою відповідно до їхніх вікових і психофізіологічних особливостей під час теоретичного аналізу спеціальної наукової літератури.
2. Експериментально перевірити ефективність методики підготовки юнаків 16-17 років засобами рукопашного бою на основі вивчення змін показників їхньої технічної підготовленості, розвитку координаційних та силових здібностей у динаміці навчального року.
3. Визначити шляхи оптимізації навчально-тренувального процесу юнаків засобами рукопашного бою.

У ході дослідження здійснювали: аналіз та узагальнення літературних джерел із теми дослідження; аналіз сильних та слабких компонентів техніко-тактичної підготовки спортсменів, які займаються рукопашним боєм та іншими одноборствами, а також співвідношення застосування бойових засобів у кожному конкретному виді спорту; педагогічні спостереження за навчально-тренувальним процесом юнаків з рукопашного бою; педагогічний експеримент; тестування рівня розвитку координаційних і силових здібностей спортсменів; обробку результатів за допомогою стандартних методів математичної статистики (\bar{X} , δ , m , t).

Педагогічний експеримент складався з чотирьох етапів. Концептуальним положенням педагогічного експерименту була перевірка розробленої власної експериментальної методики підготовки юнаків засобами рукопашного бою. Особливостями методики було використання різноспрямованого змісту занять на основі техніко-тактичних завдань з урахуванням особливостей ведення боїв з рукопашного бою, боксу, кікбоксингу, самбо

Враховуючи індивідуальні особливості кожного спортсмена у ході навчально-тренувальних занять застосовувалися розроблені завдання техніко-тактичних дій спарингу із супротивниками. Також заняття з юнаками проводилися в обмеженому просторі, в умовах, що раптово змінюються. У навчальному процесі були апробовані завдання, що включали засоби й методи фізичної підготовки у різних нестандартних ситуаціях.

Тестування рівня спеціальної силової підготовленості здійснили за допомогою таких тестів.

Силові здібності: кидки чучела вагою 20 кг, кількість разів протягом 20с; забігання кругом голови 30 с, кількість разів; кидки партнера 20 с, кількість разів; підйом партнера заднім поясом за 20с, кількість разів.

Координаційні здібності: рівновага, «стійка на одній нозі», с. Виконується тест з вихідного положення стійки на одній нозі, друга нога зігнута в коліні і максимально розвернута назовні; вестибулярна стійкість, градуси. Визначається за результатами стрибка з поворотом на максимально можливі градуси з вихідного положення стоячи, руки на поясі; реагування, см. Визначається за допомогою пронумерованої гімнастичної палиці; складна сенсомоторна дія, с. Визначається за допомогою оцінки часу проходження учнем дистанції 15 м за допомогою перекидів уперед з обов'язковою зупинкою у відповідному місці з похибкою не більше 1 м; перебудова і погодженість рухів, с. Визначається за часом проходження полоси перешкод «змійка»; адекватне вирішення рухового завдання, кількість перемог (%). Визначається за допомогою розрахунку проценту успішного виконання атак від їх загальної кількості, що виконувалися учнями.

Тестування було проведено у вересні 2012 року та жовтні 2013 року. Математичні розрахунки виконувалися на комп'ютері з використанням стандартних програм Microsoft Office Excel 2003.

Дослідження проводилися в декілька етапів з вересня 2013 р. по травень 2014 р.

У дослідженні брали участь 17 юнаків 16-17 років, які займаються в секції з рукопашного бою при Запорізькому обласному ліцеї-інтернаті з посиленою військово-фізичною підготовкою «Захисник».

На першому етапі (вересень 2013 року) визначався загальний напрям роботи, формувалися і уточнювалися мета, завдання і гіпотеза дослідження. Вивчалися літературні джерела, які висвітлюють стан проблеми підготовки юнаків засобами рукопашного бою. Враховувалися особливості поєднання засобів і методів у тренувальних мікроциклах і мезоциклах у навчально-тренувальному процесі спортсменів з рукопашного бою, техніка бійців різних видів одноборств.

На другому етапі дослідження (жовтень 2013 р.) були підібрані і проведені тести для оцінки силової і координаційної підготовленості юнаків. Добір тестів здійснювали на основі змагальної діяльності спортсменів з різних видів одноборств. Тестування здійснили за допомогою 10 тестів.

На третьому етапі дослідження вивчався вплив експериментальної методики за показниками силової і координаційної підготовленості.

На четвертому етапі дослідження з метою перевірки ефективності навчально-тренувального процесу юнаків у процесі занять з рукопашного бою провели повторне тестування рівня силової і координаційної підготовленості за вищезазначеними тестами.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

У ході теоретичного аналізу проблеми встановлено, що прикладна фізична підготовка в ліцеях з посиленою військово-фізичною підготовкою поряд із вирішенням основних завдань на уроках фізичної культури повинна забезпечувати якісну підготовку ліцеїстів до навчання у вищих навчальних закладах Єдиної системи військової освіти, виховання в них вольових і командирських навичок та якостей

Основою особливістю підготовки спортсменів з рукопашного бою є формування в них техніко-тактичних дій у поєдинку із супротивником, використовуючи сильні й слабкі компоненти кожного стилю, яким володіє спортсмен. А техніко-тактичні завдання повинні мати індивідуальний характер, отже, враховувати вид одноборств, який найбільш придатний для окремого спортсмена.

У сучасних умовах не викликає сумніву думка, що без глибокого знання динамічної структури основних техніко-тактичних дій рукопашного бою, цілеспрямованого розвитку психомоторики й адаптації спортсмена до екстремальних чинників поєдинків з рукопашного бою неможлива ефективна побудова сучасного навчально-тренувального процесу.

Отже, під час дослідження ми з'ясували вплив експериментальної методики на показники силових і координаційних здібностей юнаків.

Усі показники координаційних здібностей юнаків наприкінці дослідження зросли і мали достовірний приріст (таблиця 1).

Особливо істотних змін зазнав показник здатності адекватного рішення рухового завдання. Відносний приріст за цим тестом склав 54,9%. Також достатньо високий відносний приріст склав за тестами «Рівновага» (37,7%) і «Складна сенсомоторна дія» (21,9%) (таблиця 2, рисунок 1).

Отримані результати досліджень свідчать про ефективність використаних під час навчально-тренувальних занять завдань техніко-тактичної підготовки, а також урахування індивідуальних особливостей кожного спортсмена.

Таблиця 1 – Результати тестування координаційних здібностей юнаків на різних етапах дослідження ($M \pm m$)

Тести	Початок дослідження	t	Кінець дослідження
Рівновага, с	3,77 \pm 0,23	5,81	5,19 \pm 0,34
Вестибулярна стійкість, градуси	227 \pm 5,29	7,86	247 \pm 5,89
Реагування, см	16,00 \pm 0,48	6,97	13,53 \pm 0,32
Складна сенсомоторна дія, с	13,33 \pm 0,64	6,92	10,40 \pm 0,48
Перебудова і погодженість рухів, с	12,93 \pm 0,40	6,79	10,73 \pm 0,24
Адекватне вирішення рухового завдання, кількість перемог (%)	4,73 \pm 0,43	8,78	7,33 \pm 0,52

Таблиця 2 – Відносний приріст показників координаційної підготовленості юнаків наприкінці дослідження (%)

№	Тести	%
1	Рівновага	37,7
2	Вестибулярна стійкість	8,8
3	Реагування	15,4
4	Складна сенсомоторна дія	21,9
5	Перебудова і погодженість рухів	17,0
6	Адекватне вирішення рухового завдання	54,9

Аналізуючи показники силових здібностей юнаків, слід зазначити, що вони також зросли наприкінці дослідження. Достовірний приріст зафіксовано за всіма тестами (таблиця 3).

Відповідно до таблиць 3, 4 і рисунка 2 найбільший приріст показників, більше 40,0%, зафіксовано за двома тестами. У кидках партнера 20 с і підйомах партнера заднім поясом 46,0% і 42,7%, відповідно.

Таблиця 3 – Порівняльна характеристика показників силової підготовленості юнаків на початку і наприкінці дослідження ($M \pm m$)

№	Тести	Початок дослідження	t	Кінець дослідження
1	Кидки чучела вагою 20 кг за 20с, кількість разів	18,5 \pm 2,1	2,3	21,3 \pm 2,1
2	Забігання кругом голови 30 с, кількість разів	15,7 \pm 0,7	2,1	20,1 \pm 0,1
3	Кидки партнера 20 с, кількість разів	10,0 \pm 2,5	3,2	14,6 \pm 1,5
4	Підйом партнера заднім поясом за 20с, кількість разів	8,2 \pm 3,5	3,8	11,7 \pm 2,9

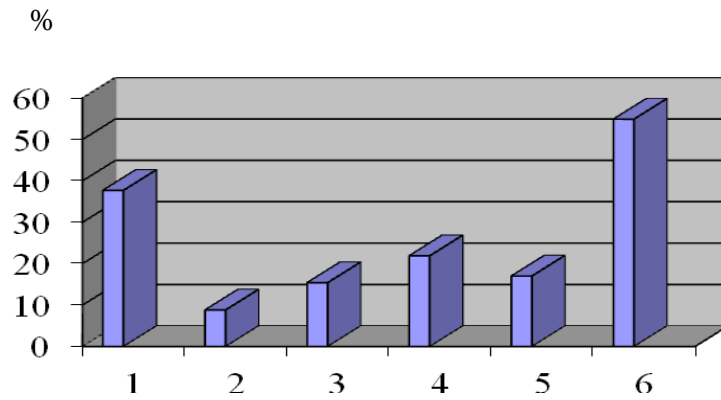


Рис. 1 Відносний приріст показників юнаків наприкінці дослідження (%)

Примітка: 1 – рівновага;

2 – вестибулярна стійкість;

3 – реагування;

4 – складна сенсомоторна дія;

5 – перебудова і погодженість рухів;

6 – адекватне вирішення рухового завдання.

Найбільший приріст зафіксовано в тесті «Кидки партнера 20 с». За цим тестом відносний приріст склав 46,0%. Також достатньо високий приріст зафіксовано в тесті «Підйом партнера заднім поясом за 20с» (42,7%).

Таблиця 4 – Відносний приріст показників силової підготовленості наприкінці дослідження (%)

№	Тести	%
1	Кидки чучела вагою 20 кг за 20с	15,0
2	Забігання кругом голови 30 с	28,2
3	Кидки партнера 20 с	46,0
4	Підйом партнера заднім поясом за 20с	42,7

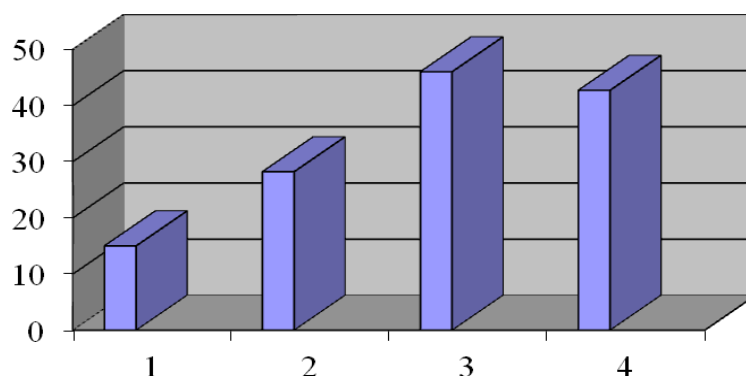


Рис. 2 Відносний приріст показників силових здібностей юнаків наприкінці дослідження (%)

Примітка: 1 – кидки чучела вагою 20 кг за 20с;

2 – забігання кругом голови 30 с;

3 – кидки партнера 20 с;

4 – підйом партнера заднім поясом за 20с.

Відносний приріст показників за іншими тестами склав більше ніж 15%.

Отже, ми підтверджуємо думку фахівців і вважаємо, що на практичних заняттях з рукопашного бою слід використовувати спеціальні завдання, які моделюють фрагментів поєдинку з боксером, борцем і бійцями інших стилів східних єдиноборств. А також слід враховувати індивідуальні особливості ведення бою кожного спортсмена, виявлення його сильних і слабких сторін.

Розроблені техніко-тактичні завдання дозволяють відпрацювати найефективніші комбінації рукопашного бою та створюють спеціальне екстремально-психофізичне середовище, багатократне перебування у якому сприяє формуванню розуміння шляхів досягнення перемоги над супротивником конкретного стилю.

На наш погляд, шляхи оптимізації навчально-тренувального процесу юнаків засобами рукопашного бою є:

- виявлення оптимальних варіантів реалізації техніко-тактичного арсеналу спортсмена;
- виявлення стратегічної лінії поведінки спортсменів і манери ведення бою з урахуванням індивідуальних особливостей юнаків та суперників;
- ведення бою оптимально-індивідуальним варіантом, як найбільш ефективним;
- контроль за розвитком координаційних здібностей спортсменів.

ВИСНОВКИ

Доведено ефективність експериментальної методики на основі використання техніко-тактичних завдань з метою підвищення рівня силової і координаційної підготовленості юнаків, які займаються рукопашним боєм. Показники координаційних і силових здібностей юнаків наприкінці дослідження зросли і мали достовірний приріст. Особливо істотних змін зазнав показник здатності адекватного рішення рухового завдання. Відносний приріст за цим тестом склав 54,9%. Також достатньо високий відносний приріст склав за тестами «Рівновага» (37,7%) і «Складна сенсомоторна дія» (21,9%). Найбільший приріст силових показників, більше ніж 40,0%, зафіксовано за двома тестами (у кидках партнера 20 с і підйомах партнера заднім поясом 46,0% і 42,7%).

Подальші дослідження передбачаємо провести в напрямку вивчення впливу різних рівнів інтенсивності фізичного навантаження в процесі розвитку фізичних якостей у юнаків-ліцеїстів засобами рукопашного бою.

ЛІТЕРАТУРА

1. Буданов А.В. Обучение сотрудников правоохранительных органов тактике и приемам личной безопасности при решении профессиональных задач (на опыте США) / А.В.Буданов. – М. : Академия МВД России, 1996. – С. 80–85.
2. Буданов А.В. Педагогика личной безопасности сотрудников ОВД: учеб.-метод.пособ. / А.В.Буданов. – М. : РИО МВД, 1996. – С. 42.
3. Білоус В.Т. Типові дії працівника податкової поліції (міліції) [Білоус В.Т., Шамрай В.О., Чабан В.П., Жарікова О.Ю., Кочетов В.І., Проценко Т.О. та ін.]. – К. : Логос, 1997. – 123 с.
4. Закон України „Про фізичну культуру і спорт” // Перелік документів, що регламентують організацію навчально-виховного процесу і пізнавальної роботи з фізичного виховання у вищих навчальних закладах освіти I, II, III та IV рівнів акредитації. – К., 1999. – С. 3–4.
5. Закони України про охорону здоров'я : зб. нормативно-правових актів / За ред. В.Ф. Москаленка, В.В. Костицького. – К. : 2000. – 454 с.

REFERENCES

1. Budanov A.V. Obucheniye sotrudnikov pravookhranitel'nykh organov taktike i priyemam lichnoy bezopasnosti pri reshenii professional'nykh zadach (na opyte SSHA) / A.V.Budanov. – M. : Akademiya MVD Rossii, 1996. – S. 80–85.
2. Budanov A.V. Pedagogika lichnoy bezopasnosti sotrudnikov OVD: Ucheb.-metod. posob. / A.V.Budanov. – M.: RIO MVD, 1996. – S. 42.
3. Bilous V.T. Tipoví díř pratsívnika podatkoví polítsíř (mílítsíř) [Bílous V.T., Shamray V.O., Chaban V.P., Zharíkova O.YU., Kochetov V.Í., Protsenko T.O.]. – K. : Logos, 1997. – 123 s.
4. Zakon Ukraíni „Pro fizichnu kul'turu í sport” // Perelík dokumentív, shcho reglamentuyut' organizatsiyu navchal'no-vikhovnogo protsesu í píznava-l'noí roboti z fizichnogo vikhovannya u vishchikh navchal'nikh zakladakh osvítí Í, ÍÍ, ÍÍÍ ta IV rívnív akreditatsíř. – K., 1999. – S. 3–4.
5. Zakoni Ukraíni pro okhoronu zdorov'ya : zb. normativno-pravovikh aktív / Za red. V.F. Moskalenka, V.V. Kostits'kogo. – K.: 2000. – 454 s.

УДК 37.037.1

ОСОБЛИВОСТІ ЗАНЯТЬ З ЕЛЕМЕНТАМИ ТУРИЗМУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

Омельяненко Г.А.

69600 Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66, Україна

znutmfkit@gmail.com

Розглянуто проблему фізичного виховання дошкільників, вплив занять з елементами туризму на фізичне виховання дітей дошкільного віку, оцінку ступеня впливу занять з елементами туризму на фізичний розвиток, фізичну підготовленість та здоров'я дітей дошкільного віку. Проведено аналіз впливу занять з елементами туризму на фізичне виховання дітей дошкільного віку. Доведено ефективність застосування елементів туризму в роботі з дошкільниками. Зазначено, що до основних засобів туризму в роботі з дітьми дошкільного віку належать: фізичні вправи з максимальним використанням природного і соціального оточення, спрямовані на розвиток фізичних якостей, координаційних здібностей, раціональне подолання природних перешкод і оволодіння технікою руху під час пішохідних прогулянок; спеціальні рухові завдання для розвитку орієнтування у просторі; рухливі ігри з пошуковими ситуаціями в приміщенні і на місцевості; доступні для дошкільників туристські вправи прикладного багатоборства (в'язання вузлів, укладання рюкзака тощо); безпосередньо туристська діяльність, через яку формуються моральні якості дітей, пізнається навколишній світ. З'ясовано, що доступні форми туризму застосовуються в дошкільних навчальних закладах найчастіше з пізнавальною і виховною метою; активізація рухового режиму з використанням засобів туризму дозволяє не тільки вдосконалювати рухову сферу дитини, але й формувати її особистісні якості, а також поширювати інформацію про навколишнє середовище.

Ключові слова: діти дошкільного віку, фізичне виховання, туризм, фізичний розвиток, фізкультурно-оздоровлювальна робота

ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТУРИЗМА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Омельяненко Г.А.

69600 Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66, Украина

znutmfkit@gmail.com

Рассмотрена проблема физического воспитания дошкольников, влияния занятий с элементами туризма на физическое воспитание детей дошкольного возраста, оценка степени влияния занятий с элементами туризма на физическое развитие, физическую подготовленность и здоровье детей дошкольного возраста. Проведен анализ