

Министерство сельского хозяйства Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Самарская государственная сельскохозяйственная академия»

**С. Н. Блинков, С. П. Левушкин**

**СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ  
В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЫ НА ОСНОВЕ УЧЕТА  
ИНДИВИДУАЛЬНО-ТИПОЛОГИЧЕСКИХ  
ОСОБЕННОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ**

**Монография**

Кинель 2016

*Рецензенты:*

д-р пед. наук, проф., зав. кафедрой физического воспитания  
Северо-Восточного федерального университета

*И. А. Черкашин;*

д-р мед. наук, проф. кафедры спортивной медицины ФГБОУ ВО  
«Российский государственный университет физической культуры,  
спорта, молодежи и туризма»

*С. А. Полиевский*

**Блинков, С. Н.**

**Б69** Совершенствование физкультурно-оздоровительной работы в условиях сельской школы на основе учета индивидуально-типологических особенностей учащихся : монография / С. Н. Блинков, С. П. Левушкин. – Кинель : РИЦ СГСХА, 2016. – 390 с.

**ISBN 978-5-88575-427-9**

Монография посвящена актуальной проблеме модернизации физкультурно-оздоровительной работы в условиях сельской школы на основе учета индивидуально-типологических особенностей учащихся. В работе представлены результаты широкомаштабных исследований морфофункционального развития и физической подготовленности сельских школьников Ульяновской области. Кроме того, в монографии показаны результаты многолетних лонгитудинальных обследований различных компонентов физического состояния учащихся 7-17 лет МОУ Октябрьской средней общеобразовательной школы. В ходе исследования разработана и реализована технология системы физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе на основе учета типов телосложения, структуры моторики и сенситивных периодов в развитии двигательных качеств и влияние этой системы на физиометрические показатели физического развития, двигательную подготовленность, физическую работоспособность, функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и заболеваемость учащихся. Вместе с тем, в работе представлена организация и содержание системы физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе в различных формах физического воспитания с учащимися. В основе данной системы лежит многолетний опыт практической исследовательской и экспериментальной работы в условиях муниципального общеобразовательного учреждения «Октябрьская средняя общеобразовательная школа». Работа содержит описание компьютерных программ, позволяющих оценивать различные компоненты физического состояния и давать рекомендации по их коррекции.

Монография адресована учителям физической культуры, врачам-педиатрам, детским тренерам, руководителям общеобразовательных учреждений, работникам управления образованием, студентам педагогических образовательных учреждений, а также научным работникам, изучающим вопросы организации и содержания физического воспитания в общеобразовательной школе и занимающимся изучением вопросов адаптации организма школьников к физическим нагрузкам и проблемы возрастной физиологии.

© Блинков С. Н., Левушкин С. П., 2016

© ФГБОУ ВО Самарская ГСХА, 2016

# ОГЛАВЛЕНИЕ

СПИСОК СОКРАЩЕНИЙ.....	7
ВВЕДЕНИЕ.....	8
1. ПРОБЛЕМА ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЕ.....	13
1.1. Состояние здоровья и физическая подготовленность сельских школьников в Российской Федерации.....	13
1.2. Проблемы физкультурно-оздоровительной работы с детьми школьного возраста в общеобразовательных учреждениях.....	21
1.3. Особенности организации и содержания физкультурно- оздоровительной работы в сельской школе.....	32
1.3.1. Организация, содержание и особенности различных форм физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе.....	34
1.3.2. Особенности организации урочной работы по физической культуре в сельской школе.....	37
1.3.3. Особенности организации внеклассной и внешкольной работы в сельской школе.....	39
1.4. Особенности физкультурно-оздоровительной работы с учащимися малочисленной сельской школы.....	42
1.5. Особенности организации занятий физической культурой в специальной медицинской группе.....	51
1.6. Тенденции и пути совершенствования физкультурно- оздоровительной работы с учащимися сельской школы.....	56
1.7. Индивидуально-типологический подход в физическом воспитании..	71
1.7.1. Индивидуальный подход и проблема типологизации в физическом воспитании.....	71
1.7.2. Методики развития двигательных качеств школьников.....	75
1.7.3. Проблема учета сенситивных периодов при развитии физических качеств учащихся общеобразовательных школ.....	75
1.8. Система физкультурно-оздоровительной работы с учащимися сельской школы.....	77
1.9. Анализ организационно-методических условий реализации оздоровительной направленности физического воспитания в общеобразовательных учреждениях.....	81
2. МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ.....	89
2.1. Характеристика понятия «мониторинг» и научные основы педагогического мониторинга.....	89
2.2. Концепция системного мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.....	95