

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №653 с углубленным изучением иностранных
языков (хинди и английского) Калининского района Санкт-Петербурга
имени Рабиндраната Тагора

Ю.В. Филиппов

**УЧЕТ ТИПА КОНСТИТУЦИИ РЕБЕНКА ПРИ ОЦЕНКЕ
РЕЗУЛЬТАТОВ ЕГО ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Методическая разработка

Санкт-Петербург
2018

Исследователи, пытавшиеся обосновать нормативы физической подготовленности для мальчиков и девочек, вынуждены были констатировать значительные индивидуальные различия в проявлении двигательных способностей, не совпадавшие со схемой «мальчики-девочки».

Известно, отмечали авторы, что результаты во многих физических упражнениях зависят от тотальных размеров тела ребенка. Например, в метаниях имеют преимущество дети с более тяжелой массой; в прыжках в высоту – более высокие, в упражнениях, достижения в которых определяются величиной относительной силы (например, в подтягивании) лучше показатели у детей, имеющих небольшую массу. Они особо указывали на то, что совокупное влияние показателей физического развития на результативность спортивных действий порой достигает 60%.

В младшем школьном возрасте результаты двигательных тестов в большей степени зависят от типа их конституции. В области физической культуры используется традиционная для русской антропологической школы схема В.Г. Штефко и А.Д. Островского, по которой типы конституции подразделяются на астеноидный, торакальный, мышечный и дигестивный.

Астеноидный тип характеризуется тонким скелетом, длинными нижними конечностями, пониженным развитием мышечной и жировой ткани, острым эпигастральным углом, впалым или прямым животом, узкой грудной клеткой и сутулой спиной.

Для **торакального** типа характерны: развитая грудная клетка и те части лица, которые принимают участие в дыхании, большая жизненная емкость легких, нормальное ожирение, нормально развитая мускулатура. Форма спины прямая, живот прямой, эпигастральный угол прямой, форма ног нормальная.

Мышечный тип отличается высоким уровнем развития мышечной ткани и костяка, хорошо выраженным контуром мышц при нормальном или умеренно повышенном ожирении, грудной клеткой цилиндрической формы средней длины, широкими и высокими плечами, прямой спиной и эпигастральным углом, близким к прямому, округлой или квадратной формой лица.

Дигестивный тип отличается уплощенной спиной, короткой и широкой грудной клеткой конической формы, тупым эпигастральным углом, выпуклым животом, X-образными ногами, выраженными жировыми складками, развитой нижней третью лица, короткой шеей.

Исследования показали, что в каждой группе школьников, относящихся к одному типу конституции (астеноидному, торакальному, мышечному, дегестивному) результаты мальчиков действительно лучше результатов девочек. Однако эта тенденция не сохраняется когда речь идет о результатах детей разных типов конституции.

В беге 30 м результаты девочек мышечной группы лучше результатов мальчиков всех других групп.

Развитие гибкости, более чем другого двигательного качества, обусловлено морфофункциональными особенностями ребенка и влиянием педагогической среды.

У девочек отмечаются лучшие результаты, чем мальчики того же типа конституции. В то же время, среди мальчиков лучшие результаты зафиксированы у представителей мышечного типа конституции.

Прирост результатов также имеет значительные отличия у детей разных типов конституции. И у мальчиков, и у девочек самый незначительный прирост у представителей астеноидного типа, а самый большой – у представителей мышечного типа.

В упражнении «подъем туловища» в каждой конституциональной группе результаты мальчиков лучше результатов девочек. Однако во все годы девочки мышечного типа выигрывают у мальчиков дигестивного типа.

Относительно развития выносливости у мальчиков и девочек авторы также не могут прийти к единому мнению.

Исследователи считают, что способность выполнять длительное время работу без снижения эффективности у мальчиков выше, чем у девочек. Однако, ряд авторов отмечает, что у 7-9 летних девочек появляется даже некоторое превосходство над сверстниками.

Таким образом, различия по комплексу морфологических и моторных тестов между типологическими группами превышает естественные различия между половыми группами. Это подтверждает

необходимость учета типа конституции детей в оценивании их двигательных возможностей.

Тем не менее, большинство тестов, используемых в физическом воспитании школьников, не учитывает влияние особенностей телосложения человека на результат.

Литература

Воронцов И.М. Закономерности развития детей и методы его оценки: учеб.-метод. пособие. – Л., 1986. – 56 с.

Данько Ю.И., Тихвинский С.Б. Возрастная физиология мышечной деятельности // Детская спортивная медицина / Под ред. С.Б.Тихвинского и С.В.Хрущева. – М., 1991. – С. 55-72.

Каминский О.А. Индивидуальный подход в развитии двигательных способностей при обучении гимнастическим упражнениям: дисс. ... канд. пед. наук. – Л., 1971. – 237 с.

Сердюков О.Э. Обоснование модельных характеристик физического состояния младших школьников и разработка методики их достижения: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1993. – 19 с.

Усаков В.И. Программно-методическое обеспечение оздоровительного воздействия физической культуры в условиях семьи, детского сада, школы: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Омск, 2000. – 87 с.