

На правах рукописи



ЩЕПЕЛЕВ Александр Анатольевич

**МЕТОДИКА ЗАНЯТИЙ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ С ДЕТЬМИ 5–7 ЛЕТ
НА ОСНОВЕ ИНТЕГРАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОБЛАСТЕЙ
ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Тамбов – 2023

Работа выполнена в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина»

- Научный руководитель:** Правдов Дмитрий Михайлович, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры, спорта и здорового образа жизни Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный социальный университета»
- Официальные оппоненты:** Чернышенко Юрий Константинович, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры психологии Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»
Сосуновский Вадим Сергеевич, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических основ и технологий физкультурно-спортивной деятельности факультета физической культуры Федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Национальный исследовательский Томский государственный университет»
- Ведущая организация:** Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Белгородский государственный национальный исследовательский университет»

Защита состоится 16 июня 2023 года в 13.00 часов на заседании объединенного диссертационного совета 99.2.085.02 на базе ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» по адресу: 420010, г. Казань, территория Деревня Универсиады, зд. 35, ауд. D 301.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте Волгоградской государственной академии физической культуры: <http://www.vgafk.ru>

Автореферат разослан «__» _____ 2023 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук,
доцент



Стеценко Наталья Викторовна

I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. В настоящее время легкая атлетика получила новый импульс в своем развитии. Введение ВФСК ГТО, первая ступень которого охватывает детей в возрасте от 6 до 8 лет, способствовало увеличению количества соревнований в различных регионах России с участием дошкольников, представляющих не только отделения спортивно-массового направления ДЮСШ, но и детских садов. В тоже время наблюдается тенденция роста числа детских садов, культивирующих в системе дополнительного образования занятия легкой атлетикой с детьми старшего дошкольного возраста, что свидетельствует о повышающейся роли и значимости ее в физическом воспитании дошкольников. Современные требования к системе физического воспитания детей дошкольного возраста, обуславливают необходимость разработки интегративных подходов организации образовательного процесса, причем не только в рамках образовательных областей программы детского сада, но и в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности (ДОФСН) (Л.Н. Волошина 2017; Т.П. Завьялова, 2019; О.И. Иванова, 2018; М.А. Правдов, 2018; А.В. Стихилияс, 2020). Данное требование в полной мере актуально и по отношению к занятиям легкой атлетикой с детьми 5-7 лет (Р.И. Соленова, 1999; Н.В. Финогенова, 1999, 2012; А.А. Щепелев, 2018, 2020-2022).

Решение проблемы организации и проведения занятий легкоатлетическими упражнениями в системе ДОФСН с детьми 5-7 лет может быть найдено на основе научно-методического обоснования и разработки методики, базирующейся на основе учета биомеханических особенностей выполнения движений, интеграции образовательных областей программы детского сада (Е.И. Власова, 2018; Э.И. Гамирова, 2015-2016; А.А. Горелов, 2008; И.Е. Коновалов, 2014-2016, 2019; Р.И. Соленова, 1999; Н.В. Финогенова, 1999).

Степень научной разработанности темы исследования. Анализ научно-методических источников, посвященных организации и проведению занятий легкой атлетикой с детьми дошкольного возраста позволяет констатировать недостаточное количество исследований в этом направлении. При этом накоплен богатый опыт реализации методик и технологий применения отдельных средств легкой атлетики в физическом воспитании детей (А.В. Ведринцев, 1992; Р.М. Гимазов, 2019; В.Б. Зеличенко, 2000, 2015; А.С. Мартюшев, 2017; О.А. Подольская, 2015; М.А. Правдов, 2019; О.В. Сенченко, 2015; К.М. Смышнов, 2016). В ряде исследований изучались проблемы формирования устойчивой потребности у детей в двигательной активности на основе занятий спортом (Э.И. Адашквичене, 1992; Л.Н. Волошина, 2015, 2017; Э.Я. Степаненкова, 2006; В.П. Стрельцов, 2003 и др.). В поле зрения ученых и практиков постоянно находятся вопросы, связанные с формированием физических и координационных способностей у детей дошкольного возраста (В.К. Бальсевич, 1988, 1997; Г.Б. Дьяченко, 1992; А.М. Кабаева, 2018; В.И. Лях, 2016), в анализируемых работах представлены основы отбора детей для занятий спортом (М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер, 2003; под ред. Р.Н. Дорохова, 2017; В.Г. Никитушкин, 2009; Н.Т. Строшкова, 2009; Хо Мань Чыонг, 2014 и др.).

Наряду с этим значительное место в исследованиях ученых и практиков занимают проблемы модернизации системы образования старших дошкольников в аспекте взаимосвязи умственного и физического воспитания в процессе занятий игровыми видами спорта (М.А. Вершинин, 2009, 2014-2015, 2017; О.Г. Галимская, 2017; А.А. Горелов, 2013; В.М. Кравченко, 2015; М.А. Правдов, 2010; О.А. Сабуркина, 2020; Н.Т. Строшкова, 2009 и др.).

В настоящее время в рамках дополнительного образования внедряются различные физкультурно-спортивные образовательные программы, которые в основном спортивно-ориентированы, и не отвечают требованиям интегративности с содержанием основной образовательной программы дошкольных организаций

(Н.Н. Ефименко, 2014; В.С. Жолобов, 2017; А.Ю. Журавлева, 1999; О.И. Иванова, 2018; Л.П. Кузнецова, 2018; Е.В. Ситнова, 2017; Ю.М. Черничкина, 2016; Л.Н. Эйдельман, 2020). Наблюдается раннее привлечение детей к занятиям спортом. В некоторых видах отбор в группы происходит в возрасте 4-6 лет (А.Ю. Журавлева, 1999; А.М. Кабаева, 2018; Н.Т. Строшкова, 2009; Хо Мань Чыонг, 2014 и др.), а в легкой атлетике с 6-7 лет, что противоречит установленному нормативному возрасту для занятий в группе начальной подготовки (9-10 лет). Наличие имеющихся научных разработок, к сожалению, не позволяет в полной мере реализовать на практике потенциал элементов легкой атлетики как вида спортивной практики для детей старшего дошкольного возраста. В частности, остаются недостаточно разработанными вопросы организации и проведения занятий легкоатлетическими упражнениями с учетом биомеханики двигательных действий детей и применения тренировочных устройств и нестандартного оборудования для коррекции двигательных ошибок, а также обеспечивающие условия интеграции двигательной и познавательной деятельности детей в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности в детских садах.

Проблемная ситуация исследования заключается в **противоречии** между необходимостью создания условий для преемственности систем физкультурно-спортивного образования ДО и НОО, достижения детьми целевых ориентиров на выпуске из детского сада и готовности к обучению в школе и повышения уровня физической подготовленности детей к выполнению норм комплекса ВФСК ГТО – с одной стороны, и отсутствием методики проведения занятий общеразвивающей направленности по легкой атлетике в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности на основе интеграции образовательных областей основной образовательной программы ДО с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, направленной на формирование целевых ориентиров дошкольного образования – с другой стороны.

Выявленное противоречие определяет проблему исследования, которая заключается в разработке методики проведения занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет в системе дополнительного образования в детском саду на основе интеграции образовательных областей программы дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, направленной на формирование целевых ориентиров ДО, отвечающей требованиям преемственности с НОО, осуществляющая переход к формированию универсальных учебных действий в школе.

Объект исследования: физическое воспитание детей 5-7 лет в дошкольных образовательных учреждениях.

Предмет исследования: средства, методы и формы организации занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы дошкольного образовательного учреждения.

Цель исследования - теоретически разработать и экспериментально обосновать методику занятий легкой атлетикой общеразвивающей направленности с детьми 5-7 лет в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности на основе интеграции образовательных областей дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования.

Гипотеза исследования: занятия с детьми 5-7 лет легкой атлетикой в системе дополнительного образования в дошкольных образовательных учреждениях будут эффективными, если: определены основные виды легкоатлетических упражнений, адекватные их возрастным особенностям развития и физической подготовленности; выявлены мотивы к занятиям; подбор упражнений осуществляется на учете биомеханических особенностей выполнения движений в беге, прыжках и метаниях; разработана модель формирования основ легкоатлетической культуры детей старшего дошкольного возраста; разработана и обоснована методика занятий на основе

интеграции образовательных областей программы дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, направленная на формирование целевых ориентиров дошкольного образования.

Достижение поставленной цели осуществлялось решением **задач исследования:**

1. Выявить предпосылки для занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы.

2. Разработать модель формирования основ легкоатлетической культуры личности дошкольника.

3. Разработать и экспериментально обосновать методику занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей основной образовательной программы дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования.

4. Определить влияние занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на достижение целевых ориентиров дошкольного образования и переход к формированию универсальных учебных действий в начальной школе.

Для решения представленных задач использовали следующие **методы исследования:** теоретический анализ и обобщение литературных источников, нормативных документов и программ; анкетирование; экспертная оценка; педагогическое тестирование; биомеханические методы, видеоанализ движений, педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Научная новизна результатов исследования заключается в том, что:

– выявлены предпосылки для занятий легкоатлетическими упражнениями в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы детского сада;

– определены биомеханические особенности выполнения детьми легкоатлетических упражнений; раскрыты возможности легкой атлетики как вида двигательной активности, обеспечивающего интеграцию образовательных областей программы дошкольного образования в детском саду;

– разработана модель формирования основ легкоатлетической культуры личности детей 5-7 лет; разработаны тренировочные устройства и нестандартное оборудование для формирования основ техники выполнения легкоатлетических упражнений и коррекции двигательных ошибок, а также обеспечивающих условия для интеграции двигательной и познавательной деятельности детей;

– разработана и экспериментально доказана методика занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы детского сада с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, способствующая формированию целевых ориентиров дошкольного образования и переходу к формированию универсальных учебных действий в начальной школе;

– определено позитивное влияние занятий легкой атлетикой на достижение детьми целевых ориентиров дошкольного образования; получены данные, характеризующие мотивы детей к систематическим занятиям легкой атлетикой и участию их в соревнованиях.

Теоретическая значимость исследования обоснована. Заключается в дополнении и развитии теории и методики физического воспитания дошкольников, положениями и выводами диссертации, в которых:

– изложены теоретически обоснованные научные сведения о целесообразности использования упражнений легкой атлетики в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности детей старшего дошкольного возраста с учетом биомеханических особенностей выполнения

упражнений и интеграции содержания образовательных областей программы детского сада;

- получены научные данные о биомеханике бега, прыжков и метаний детей 5-7 лет и на их основе выработаны теоретические знания, обосновывающие тренировочные устройства и нестандартное оборудование для проведения занятий легкоатлетическими упражнениями;

- представлено описание содержания экспериментальной методики проведения занятий легкой атлетикой в дошкольных образовательных организациях на основе интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности детей 5-7 лет;

- объясняются пути позитивного воздействия соревновательно-игровых форм занятий легкой атлетикой общеразвивающей направленности на основе интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования на мотивацию дошкольников 5-7 лет к систематическим занятиям физической культурой;

- конкретизированы средства, методы и формы организации игровых учебно-тренировочных занятий легкой атлетикой на основе интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, обеспечивающие достижение целевых ориентиров образования в детском саду.

Разработаны теоретические положения занятий бегом, прыжками и метаниями с детьми старшего дошкольного возраста в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, которые базируются на интеграции двигательной и познавательной деятельности, связанной с освоением детьми содержания образовательных областей программы дошкольного образования. Полученные в результате исследований данные дополняют систему знаний теории и методики физического воспитания дошкольников и ее преемственности с системой подготовки в начальной школе.

Практическая значимость исследования. В результате исследования разработана эффективная методика занятий легкой атлетикой общеразвивающей направленности в системе дополнительного образования детей старшего дошкольного возраста в детском саду. Выработаны практические рекомендации по организации игровых и соревновательно-игровых форм и методов проведения учебно-тренировочных занятий с детьми 5-7 лет на основе интеграции двигательной и познавательной деятельности с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования дошкольников. Рекомендации могут быть использованы в практике работы инструкторов по физической культуре дошкольных организаций, учителей физической культуры начальной школы, педагогов-тренеров по легкой атлетике спортивно-массового направления и педагогов дополнительного образования.

Методологическую основу исследования составляют:

- на философском уровне: о телесном и духовном в воспитании ребенка (Аристотель, Платон); о гармонии физического (телесного) и духовного в физическом воспитании (П.Ф. Лесгафт); о системности работы мозга (И.П. Павлов, И.М. Сеченов); о функциональных системах (П.К. Анохин, К.В. Судаков); о принципе доминанты в обосновании системы воспитания и обучения детей дошкольного возраста (И.А. Аршавский); о «модели потребного будущего» и многоуровневой системе управления произвольными движениями (Н.А. Бернштейн); фундаментальные принципы педагогики: единства обучения, воспитания и развития, природосообразности, гуманизма (Ж. Пиаже, К.Д. Ушинский, И.Г. Песталоцци и др.); концепция об игре как ведущей деятельности дошкольника (Д.Б. Эльконин,

А.В. Запорожец); теория развивающего обучения (В.В. Давыдов); о зонах ближайшего развития (Л.С. Выготский).

– на общенаучном уровне: теории детского личностного развития (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн); положения об интегративной сущности физической культуры и спорта как социального явления и их роли в развитии личности и ее социализации (В.М. Выдрин, Ю.Ф. Курамшин, Ю.М. Николаев, Е.А. Уваров); основах интеграции в системе образования (В.В. Кузин, Б.А. Никитюк, А.Я. Данилюк); интеграции двигательной и познавательной деятельности в физическом воспитании детей (С.В. Менькова, С.Б. Шарманова, Н.Ю. Трифонова, М.А. Правдов); о системно-деятельностном подходе к организации образовательного процесса с детьми (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, Л.С. Выготский, Ю.К. Бабанский, В.П. Беспалько, П.Я. Гальперин, С.Л. Рубинштейн и др.); о личностно-ориентированном (Е.В. Бондаревская, А.В. Мудрик, В.В. Сериков и др.), индивидуальном (Д.Б. Эльконин, В.С. Мерлин, Л.И. Лубышева) и дифференцированном подходах (О.В. Козырева, Е.А. Козин и др.).

– на конкретно-научном уровне: концепция спортивно-ориентированного физического воспитания (В.К. Бальсевич); положения гуманистической концепции спортивного воспитания детей дошкольного возраста (О.В. Козырева); теория развивающего обучения (А.Н. Леонтьев, В.В. Давыдов); положения теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста о первоначальном обучении физическим упражнениям (Н.В. Финогенова; А.А. Горелов, Д.М. Правдов, Л.Н. Волошина и др.); научное понимание этапности формирования двигательных действий (А.Н. Бернштейн, П.Я. Гальперин, М.М. Боген); взгляды на физкультурную деятельность как фактор гармонизации телесного и духовного на основе идеи единства и взаимообусловленности категорий социального и биологического (В.К. Бальсевич, В.И. Столярова, Ю.М. Николаева, Л.И. Лубышева).

– на технологическом уровне: технологии проведения физкультурно-оздоровительных занятий с дошкольниками (Е.Н. Вавилова, Л.Н. Волошина, М.А. Вершинин, Г.Л. Драндров, С.О. Филиппова, В.С. Якимович, М.А. Правдов и др.).

Теоретическую основу исследования составляют: современные концепции развития дополнительного образования; научные идеи теории физического воспитания и теории спортивной тренировки (Л.П. Матвеев, Ю.Ф. Курамшин); теории и методики физического воспитания детей дошкольного возраста (А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева, Э.Я. Степаненкова, Л.Д. Глазырина, Л.Н. Волошина, И.Е. Коновалов); теории и методики детско-юношеского спорта и подготовки спортивного резерва (В.Г. Никитушкин, Ю.В. Верхошанский); научные исследования об интегральном воздействии физических упражнений на личность детей (С.О. Филиппова, М.А. Правдов, А.А. Горелов, Ю.К. Чернышенко, Л.И. Лубышева); работы об этапности физического развития в онтогенезе и зависимости средств воздействия в процессе физического воспитания и спортивной тренировки от возрастных особенностей занимающихся (И.А. Аршавский, А.А. Гужаловский, С.Б. Тихвинский); о сенситивности периода старшего дошкольного возраста для развития двигательной активности, физических и психических качеств и формирования интереса к занятиям физическими упражнениями (Н.А. Ноткина, Н.А. Гордова, Н.В. Полтавцева и др.); о системе спортизации процесса физического воспитания детей (В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева).

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Предпосылками для занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с детьми 5-7 лет в являются: требования ФГОС ДО к обеспечению условий интеграции образовательных областей программы ДО и формированию целевых ориентиров ДО; преемственности систем ДО и НОО, рост количества детей дошкольного возраста, участвующих в

соревнованиях по бегу, прыжкам и метаниям; открытие в детских садах кружков по легкой атлетике и отсутствие методик, способствующих переходу к формированию универсальных учебных действий в школе.

2. Интеграция образовательных областей программы детского сада на занятиях легкой атлетикой с детьми 5-7 лет направлена на формирование легкоатлетической культуры личности дошкольников, которая определяется, как интегративное, динамическое и многокомпонентное образование, включающее в себя: мотивационно-ценностный; двигательно-интеллектуальный; соревновательный; художественно-эстетический; социально-коммуникативный; познавательно-речевой компоненты и характеризуется стремлением детей к ведению здорового образа жизни, повышению физической подготовленности, участию в разнообразных формах физкультурно-спортивной деятельности, мотивацией к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, достижению целевых ориентиров дошкольного образования.

3. Методика занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет в дошкольных образовательных учреждениях представляет собой специально организованную деятельность в интегрированной двигательно-познавательной, предметно-пространственной среде, где содержание образовательных областей программы выступает в качестве дидактических двигательно-познавательных ориентиров и целей двигательной деятельности, направлена на формирование целевых ориентиров дошкольного образования, а учет биомеханических параметров движений обеспечивает условия формирования основ техники легкоатлетических упражнений на основе применения тренировочных устройств и нестандартного оборудования. Объем интегрированных занятий для детей 5-6 лет составляет 50 % от 36 часов на первом году обучения и 57,9 % от 38 часов, на втором году обучения для детей 6-7 лет. Методика реализуется в соревновательно-игровой и учебно-тренировочной формах работы, используются игровые двигательно-познавательные эстафеты и полосы препятствий (70-80 %).

4. Внедрение методики занятий легкой атлетикой с детьми старшего дошкольного возраста на основе интеграции образовательных областей программы детского сада способствует: повышению уровня физической подготовленности детей; формированию рациональной техники двигательных действий в беге, прыжках и метаниях; повышению мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями; достижению детьми целевых ориентиров дошкольного образования на выпуске из детского сада.

Достоверность полученных результатов обеспечена применением комплекса информативных и надежных методов исследования, широтой эмпирической базы, логикой построения и продолжительностью исследования, корректной интерпретацией полученных данных, апробацией результатов исследования на научно-методических конференциях и в естественных условиях учебно-тренировочного процесса, что подтверждено соответствующими актами внедрения.

Апробация и внедрение результатов исследования. По теме диссертации опубликовано 23 печатных работ, 8 статей представлены в рецензируемых научных изданиях (1 Scopus).

Результаты исследований были представлены на 7 международных научно-практических конференциях: «Шуйская сессия студентов, аспирантов, педагогов, молодых ученых» (г. Шуя, 2018 г.); «Приоритетные направления развития науки и образования» (г. Чебоксары, 2018 г.); «Экспериментальные и теоретические исследования в современной науке» (г. Новосибирск, 2018); «Двигательная активность. Спорт. Личность» (г. Йошкар-Ола, 2018 г.); «Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и оздоровления различных категорий населения» (г. Сургут, 2018 г.); «Медико-биологические, клинические и социальные вопросы здоровья и патологии человека» (г. Иваново,

2018 г.); «Шамовские педагогические чтения научной школы управления образовательными системами» (г. Москва, 2019 г.); на 2-х национальных конференциях: «Физическая культура и спорт: воспитание гражданина России» (г. Шуя, 2018 г.) и «Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса» (г. Шуя, 2020 г., 2021 г.).

Результаты исследования апробированы и внедрены в образовательный процесс дошкольных организаций МДОУ «ЦРР - детский сад № 2», МДОУ «ЦРР - детский сад № 6» г. Шуи, МДОУ № 29 г. Иваново, МБДОУ городского округа Ивантеевка Московской области «Детский сад общеразвивающего вида № 19 «Солнышко», о чем свидетельствуют акты внедрения.

Структура и объем диссертации. Диссертация общим объемом 222 страниц, состоит из введения, четырех глав, выводов, заключения, практических рекомендаций, списка сокращений, списка литературы, приложений. Библиографический список содержит 236 источников, из них 7 на иностранных языках. В диссертацию включены: 33 таблицы, 28 рисунков и 10 приложений, в которых представлены результаты исследования и организационно-методический материал.

II. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении обоснована актуальность работы, определены объект и предмет исследования, степень изученности темы, цель, задачи, гипотеза, научная новизна, теоретическая и практическая значимость диссертации, ее методологическая значимость, сформулированы основные положения, выносимые на защиту.

Первая глава «Теоретико-методические основы организации занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования детей старшего дошкольного возраста» посвящена анализу исследований в сфере физической культуры детей дошкольного возраста, определению условий для интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности на основе применения легкоатлетических упражнений (М.А. Правдов, 2004; Л.Н. Волошина, 2015; А.С. Мартюшев, 2017).

Во второй главе раскрыты этапы, организация и методы исследования. Представлен комплекс педагогических, биомеханических и психофизиологических методов. Обработку результатов осуществляли с применением прикладных программ STATISTICA 10.

Третья глава «Обоснование методики занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы дошкольного образования». Для обоснования базовых позиций было проведено *анкетирование* 98 специалистов по физическому воспитанию дошкольников, 38 тренеров-преподавателей и 258 родителей детей 5-7 лет. Все инструкторы физической культуры сочли возможной организацию занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет. С ними согласились 98 % тренеров и 95 % родителей, считая, что детей 5-7 лет необходимо целенаправленно обучать основам техники легкоатлетических упражнений. По мнению специалистов и родителей, для занятий легкой атлетикой подходят естественные виды локомоций (ходьба, бег, прыжки и метания). По мнению 75,4 % респондентов объема часов занятий по образовательной области «Физическое развитие» недостаточно, нужны дополнительные игровые формы занятий, интегрированные с содержанием ОО ООП дошкольного образования (88,8 %). 76,5 % указывают на необходимость научно-методического обоснования методики занятий легкой атлетикой в системе ДОФСН.

Одним из оснований для разработки методики является то, что в последние годы в рамках проекта «Бегом по «Золотому кольцу»» и «Кросс наций» проводятся официальные соревнования по бегу, в том числе с участием детей 4-7 лет, а с 6-тилетние дети выполняют нормативы ВФСК ГТО в прыжках и метаниях. Данный

факт свидетельствует о популярности среди дошкольников не только соревнований, но и упражнений, относящихся к легкой атлетике. При этом специальной программы занятий легкой атлетикой для детей дошкольного возраста нет, отсутствуют и методики их подготовки.

Определено, что 98,4 % специалистов, занимающихся с детьми в системе ДОФСН, не учитывают *особенности биомеханики* движений детей 5-7 лет в беге, прыжках и метаниях. По данным *гониометрии*, дошкольникам 5-7 лет в процессе занятий не создаются адекватные условия для полноценного использования всего потенциала амплитуды движений звеньями тела.

Особенности *ВДР разными звеньями ОДА*. С целью получения моделируемого образа двигательного действия был произведен расчет, согласно параметрам ВДР, интегрированного вклада движений отдельными звеньями ОДА в их общую структуру двигательных действий по каждому возрасту (5, 6, 7 лет) и представлена обобщенная модель. Сравнительный анализ результатов ВДР при выполнении движений звеньями рук и ногами позволил сделать вывод о том, что у детей разного возраста присутствует двигательная асимметрия в проявлении быстроты и точности движений. Обобщенная модель позволяет выстроить общие подходы к подбору средств и методов развития скоростно-силовых, скоростных и координационных способностей у дошкольников в процессе формирования двигательных умений, связанных с легкой атлетикой. Учитывая специфику легкоатлетических упражнений, в частности в прыжках в длину и в высоту с разбега, где требуется принятие особой группировки, а именно, поднятия ног к груди и встречного наклона туловищем вперед, особенности ВДР являются критерием для оценки потенциальных возможностей детей к успешному выполнению подобных упражнений. Сравнительный анализ результатов ВДР у детей 5-7 лет при метании в вертикальную цель свидетельствует о том, что двигательная задача, связанная с прицеливанием и внесением необходимых корректив в двигательную программу действия, требует от них большего времени на принятие решения и, как следствие, ведет к увеличению латентного периода ВДР. Особенно ярко это проявляется при выполнении задания недоминантной рукой. Полученные данные позволяют констатировать о необходимости постановки педагогической задачи, суть которой сводится к разработке специальной методики формирования структуры движений в метаниях с учетом особенностей ВДР отдельными звеньями ОДА.

Анализ кинематических параметров бега с помощью видеоанализа. Установлено, что при беге на скорость наибольшее количество ошибок приходится на ноги (51,4 %). Совокупность ошибок в движениях отражается на колебаниях дистальных звеньев тела: головы – у 42,4 %, стоп – у 53,7 % детей. Голова в процессе бега раскачивается из стороны в сторону у 27,1 %, сильно наклонена вперед у 31,8 %, запрокинута назад у 68,2 % детей. Туловище отклонено назад у 43,4 % детей, раскачивания из стороны в сторону наблюдаются у 24,2 % детей. Угол наклона туловища составляет $172,1 \pm 4,54^\circ$. При маховых движениях руками 37,3 % детей не разгибают их в локтевых суставах, присутствует зажатость в плечевом поясе. У 43,4 % – размашистые движения во фронтальной плоскости. Средние значения длины беговых шагов варьируются в пределах от $86,7 \pm 7,2$ до $125 \pm 8,3$ см., при этом в начале бега при наборе скорости (5-6 шагов) длина шагов нарастает от $45,8 \pm 5,2$ см до $101 \pm 6,7$ см. Скорость бега у мальчиков выше, чем у девочек ($p > 0,05$).

Прыжки в длину с разбега. Наибольшее количество ошибок приходится на ноги (64,5 %). Основные нарушения: неритмичный бег, без ускорения к прыжковой яме; отсутствие правильного выбора толчковой ноги. После отталкивания при полете у 77,8 % детей отсутствует активный мах руками вперед-вверх. В фазах отталкивания от планки отсутствует акцентированное выталкивание вперед-вверх (77,8 %); маховая нога после отталкивания не подтягивается вверх-вперед (58,1 %); в полете ноги не согнуты в тазобедренном и коленном суставах, не подтянуты к груди (68,2 %); перед приземлением ноги не подняты и не разогнуты в коленных суставах (68,2 %); при

приземлении ноги ставятся не на одном уровне (77,8 %) и рано опускаются на грунт (74,1 %).

Анализ прыжков в высоту с разбега способом «согнув ноги». 62,4 % ошибок приходится на ноги. Зафиксированы ошибки, аналогичные тем, которые допускаются при выполнении прыжка в длину с разбега. Отличительной же ошибкой является то, что 55,5 % детей не выталкиваются вверх-вперед. Неритмичный разбег наблюдается у 43,4 % детей, после отталкивания нет активного маха вверх двумя руками у 50,8 %, во время полета у многих детей они опущены вниз (43,4 %). В фазе полета маховая нога не подтянута к груди у 58,1 %.

Анализ движений при выполнении метания. При метании с места характерными являются ошибки, связанные с координацией движений рук и ног, туловища и рук. Перед замахом рука с мячом опущена ниже линии плеч, согнута в локтевом суставе (77,8 %). Левая рука опущена вниз во время выполнения броска, что ведёт к раскручиванию плеч, а также к тому, что мяч летит влево от цели (43,4 %). Нет разворота плеч вперёд, дети оставляют правую руку далеко сзади (58,1 %), метание выполняется только рукой, без включения в действие других звеньев ОДА (96,3 %). Движение метаемой рукой выполняется медленно, отсутствует хлестообразное движение (59,3 %). При **метании мяча с разбега** в большинстве случаев дети не могут целостно выполнить упражнение. Основные ошибки связаны с неритмичностью разбега и остановкой перед выполнением метания (96,3 %). 53,7 % детей неправильно удерживают мяч, у 96,3 % отсутствует скрестный шаг.

Таким образом, при разработке методики занятий легкой атлетикой в условиях интеграции содержания программного материала образовательных областей в качестве ключевых позиций для формирования структуры движений в беге, прыжках и метаниях учитывались особенности амплитуды выполнения движений и ВДР разными звеньями ОДА, а также асимметрия в их развитии. Для нивелирования ошибок в кинематике движений применялись дидактические ориентиры, располагаемые в двигательном пространстве, обеспечивающие не только рациональность и правильность выполнения двигательных действий, но и условия для интеграции двигательной и познавательной деятельности.

Анализ научных и методических источников, данные анкетирования специалистов позволили определить основные условия и направленность занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет. Они представлены в **модели формирования легкоатлетической культуры личности дошкольника** (ЛаКЛиД). Легкоатлетическая культура личности дошкольников определяется как *интегративное, динамическое и многокомпонентное образование, включающее в себя мотивационно-ценностный, двигательно-интеллектуальный, соревновательный, художественно-эстетический, социально-коммуникативный, познавательно-речевой компоненты. Она характеризуется стремлением детей к ведению здорового образа жизни, повышению физической подготовленности, участию в разнообразных формах физкультурно-спортивной деятельности, мотивацией к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, достижению целевых ориентиров дошкольного образования.*

Модель формирования ЛаКЛиД представлена четырьмя блоками: целевым, содержательным, процессуальным и оценочно-результативным. В целевом блоке модели представлена цель, обусловленная социальным заказом общества и государства, по формированию гармонично развитой личности дошкольника, в том числе Законом о ФК и спорте в РФ, ФГОС ДО и ООП ДО и нормативными требованиями ВФСК ГТО.

Основными структурными компонентами ЛаКЛиД являются: мотивационно-ценностный, двигательно-интеллектуальный, соревновательный, художественно-эстетический, социально-коммуникативный, познавательно-речевой, которые представлены в целевом блоке модели (Рисунок 1).

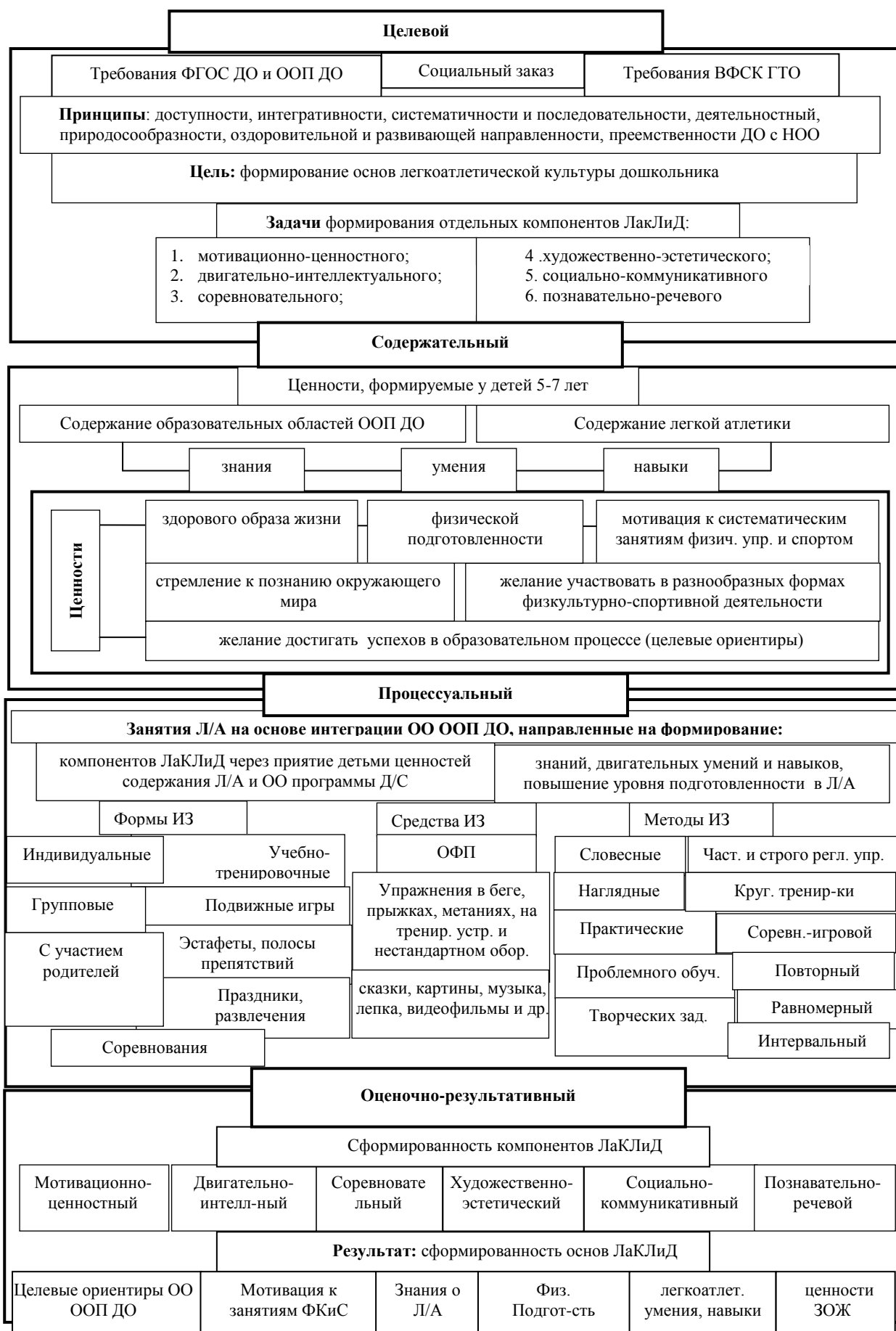


Рисунок 1 – Модель формирования легкоатлетической культуры детей 5-7 лет

Содержательный блок представлен ценностями, которые формируются у детей 5-7 лет на основе интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования с содержанием программы легкой атлетики. Процессуальный блок включает средства, формы и методы подготовки на основе интеграции ОО ООП ДО. В качестве основных форм проведения занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет выделены индивидуальные и групповые, в том числе с участием родителей в дошкольной организации. Основная часть занятий проводится в форме подвижных легкоатлетических игр и игровых тренировок. В оценочно-результативном блоке отражены основные параметры, характеризующие эффективность реализации модели формирования ЛаКЛиД, оценивается степень достижения целевых ориентиров ДО, сформированность мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Реализация модели формирования основ ЛаКЛиД достигается на основе индивидуализации образовательного процесса, проектирования индивидуальных и групповых маршрутов сопровождения детей.

Разработанная экспериментальная методика занятий ориентирована на проведение интегрированных тренировочных занятий (ИТЗ). Интеграция содержания занятий выстраивалась с учетом целевых ориентиров образования и развития детей по ООП ДО. Занятия проводились не реже трех раз в неделю (45-60 мин.) с акцентом на отдельные виды легкоатлетических упражнений. Основное внимание отводилось на ОФП и СФП (48,6 % времени – на 1-ом и 36,8 % – на 2-ом году занятий). Содержание СФП строилось на формировании у детей основ техники бега, прыжков в длину с разбега и высоту, а также метаний (32,9 % – на первом году и 21,1 % – на втором году обучения). В ходе проведения игровых занятий использовались легкоатлетические эстафеты и полосы препятствий (70-80 %). Объем экспериментальной методики на 1-ом году занятий составил 51,3 %, а на 2-ом – 32,5 % (Таблица 1).

Таблица 1 – Соотношение видов подготовки на занятиях легкой атлетики на основе интеграции ОО ООП детского сада детей 5-7 лет

Интеграция содержания		Общее количество часов (в том числе с применением методики интеграции – ИЗ)				
Образовательные области программы ДО (развитие)	Разделы подготовки по легкой атлетике	1-й год		2 год		
		Всего час. (%)	ИЗ час. (%)	Всего час. (%)	ИЗ час. (%)	
		Физическое Социально-коммуникативное Познавательное Речевое Художественно-эстетическое	Теоретическая	2 (5,6)	1 (2,8)	2 (5,3)
ОФП	8 (22,2)		4 (11,1)	6 (15,8)	3 (7,9)	
Формирование основ легкоатл. двигат. действий	Беговая		6 (16,6)	3 (8,3)	6 (15,8)	2 (5,2)
	Прыжковая		8 (22,2)	4 (11,1)	8 (21,05)	6 (15,8)
	Метательная		8 (22,2)	4 (11,1)	8 (21,05)	6 (15,8)
Соревновательно-игровая	2 (5,6)		1 (2,8)	4 (10,5)	2 (5,25)	
Контрольные испытания	2 (5,6)		1 (2,8)	4 (10,5)	2 (5,25)	
Всего		36 (100)	18 (50)	38 (100)	22 (57,9)	

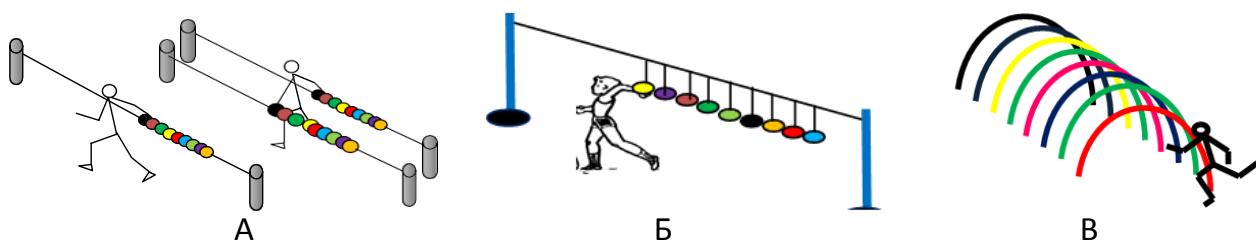
Создание интегрированного двигательного-познавательного пространства на основе применения упражнений из легкой атлетики. В качестве объектов внешней среды (познавательных ориентиров) использовался различный дидактический и сенсорный материал, который рекомендован по пяти ОО ООП дошкольного образования (Рисунок 2).



Рисунок 2 – Метание в цель мяча с проговариванием слогов и слов

Например, в процессе обучения детей метанию, в качестве цели использовали предметы и оборудование с дидактической символикой. Вариант А: ребенок выполняет бросок в кегли и называет слоги. Вариант Б – для дифференциации звуков в словах: ребенок бросает мяч в «колодец» и называет слова с буквами в начале, в середине и в конце слова. Например, «Шубка», «ка-Ша» и др.

С целью исправления ошибок и формирования техники выполнения двигательных действий в легкоатлетических упражнениях применяли нестандартные тренировочные устройства (Рисунок 3).



Примечание: А – тренировочное устройство для занятий, Б – тренировочное устройство для обучения метанию мяча, В – тренировочное устройство для формирования бегового наклона

Рисунок 3 – Тренировочные устройства формирования техники выполнения двигательных действий в легкоатлетических упражнениях

Организация занятий с применением тренировочных устройств осуществляется как индивидуально, так и в командах в форме эстафет. По окончании эстафеты дети рассказывают, что они делали и что было изображено на дидактическом материале, затем вместе с педагогом сочиняют короткую сказку. Для обучения счету на каждый шар наносится цифра от 1 до 10. Эстафета с переноской мячей проводится как для счета в прямом, так и в обратном порядке (от 10 до 1).

Для обучения метанию с разбега шары подвешиваются к шнуру на кольцах и крепятся на коротком поводке. Основной шнур поднимается выше роста ребенка, так, чтобы шары на поводке ребенок мог достать, подняв слегка согнутую вверх руку. Ребенок берет первый шар, делает 3-5 беговых шагов и бросает мяч вперед-вверх. По мере освоения движений дальний конец шнура поднимается на 0,5-1 м выше, так, чтобы он был под углом 30-35°.

Тренировочное устройство «тоннель» используется для формирования умения удерживать беговой наклон туловища и прямолинейность бега. Высота тоннеля устанавливается таким образом, чтобы ребенок, пробегая под дугами, наклонялся вперед, чтобы не задеть колокольчики, которые подвешены на них. В зависимости от задач занятия используется от 5 до 10 дуг, которые располагаются на расстоянии одного бегового шага (80-100 см) друг от друга.

Интегрированные эстафеты. Примером проведения занятий с легкоатлетическими упражнениями являются эстафеты, предполагающие не только физическое, но и художественно-эстетическое, социально-коммуникативное и речевое развитие детей (Рисунок 4). На площадке в соответствии с количеством детей на расстоянии 1 м друг от друга раскладываются кубики или мешочки с песком. На

них изображены, например, герои сказок или виды легкой атлетики. Первый ребенок бежит до 1-ой станции, которая расположена на расстоянии 5 м от линии старта, и берет одну картинку или предмет с изображением героя сказки (или вида легкой атлетики), громко называет персонажа сказки, изображенного на рисунке, и возвращается обратно. Второй ребенок бежит до следующей станции (6 м), и берет также один предмет и т.д.































Старт-финиш						
7 ст.	 Д	 Д	11 м	 Р	 С	7 ст.
6 ст.	 М	 С	10 м	 М	 С	6 ст.
5 ст.	 З	 М	9 м	 К	 М	5 ст.
4 ст.	 Л	 Б	8 м	 С	 П	4 ст.
3 ст.	 В	 Э	7 м	 В	 Б	3 ст.
2 ст.	 М	 Т	6 м	 Б	 В	2 ст.
1 ст.	 Л	 П	5 м	 Д	 М	1 ст.
 Старт-финиш 						

Рисунок 4 – Схема проведения эстафет с бегом и дальнейшим составлением сказки о легкой атлетике

Когда все картинки собраны, дети угадывают, как называется сказка (виды легкой атлетики) и рассказывают ее, играя роль каждого персонажа. В ходе проведения сказочных эстафет в сюжет включаются герои из других сказок. Таким образом, увеличивается количество станций, расстояние от станции к станции и количество участников в командах. Задача детей состоит в том, чтобы определить, кто для данной сказки лишний персонаж, а затем придумать новую сказку с новыми героями. Аналогичным образом проводятся эстафеты с метанием и прыжками, а также комбинированные, в которых присутствуют все виды двигательных действий из арсенала легкой атлетики. Интеграция содержания ОО ООП ДО в процессе занятий легкоатлетическими упражнениями способствует развитию творческих способностей детей.

Четвертая глава «Результаты педагогического эксперимента и их обсуждение». По результатам итогового тестирования физической подготовленности установлено превосходство детей экспериментальной группы (ЭГ) над дошкольниками из контрольной группы (КГ) по всем видам контрольных испытаний ($p < 0,05$) (Таблица 2).

Подтверждением эффективности занятий легкой атлетикой является то, что все дети 6-7 лет ЭГ по окончании педагогического эксперимента выполнили нормативы комплекса ВФСК ГТО I ступени. Установлено, что из 27 детей ЭГ нормативы комплекса ГТО выполнили на золотой знак 21 чел. (77,7 %) и 6 чел. (22,3 %) на серебряный. В КГ данный показатель составляет 12 чел. (44,4 %) и 5 (18,5 %) соответственно, а детей, выполнивших нормативы на бронзовый знак, – 3 чел. (11,1 %). При этом в КГ детей, не выполнивших нормативы, – 7 чел. (25,9 %).

Таблица 2 – Показатели тестирования физической подготовленности в начале и по окончании педагогического эксперимента ($X \pm m$)

Тесты		ЭГ (n=27)		КГ (n=27)		Р после
		До	После	До	После	
		5-6 лет	6-7 лет	5-6 лет	6-7 лет	
Бег 10 м с хода (с)		3,0±0,1	2,5±0,1	3,0±0,1	2,8±0,1	<0,05
Бег 20 м (с)		4,9±0,37	4,2±0,2	4,9±0,36	4,7±0,2	<0,05
Бег «змейкой» (с)		8,6±0,1	7,2±0,1	8,7±0,2	8,3±0,2	<0,05
Бег 30 м (с)		9,2±0,2	7,7±0,2	8,8±0,2	8,7±0,2	<0,05
Бег 3x10 м (с)		13,1±0,3	12,2±0,3	13,1±0,2	12,9±0,2	<0,05
Бег 300 м (с)		137±4,1	87,9±4,1	138±6,1	121,3±6,1	<0,05
Бег 500 м (с)		204,8±4,5	143,8±4,5	205,6±6,4	179±6,4	<0,05
Сила кисти правой руки (кг)		4,4±0,5	8,6±0,5	4,4±0,6	4,9±0,6	<0,05
Сила кисти левой руки (кг)		4,6±0,4	8,3±0,4	4,7±0,3	5,3±0,3	<0,05
Прыжок в длину с места (см)		99,2±2,5	143,6±2,5	99,2±2,7	108,4±2,7	<0,05
Прыжок вверх (см)		16,8±0,9	23,8±0,9	16,8±0,9	18,7±0,9	<0,05
Прыжок в длину с разбега способом		162,2±5,7	248,6±5,7	162,7±4,4	178,3±4,4	<0,05
Прыжок в высоту с разбега способом		52,6±3,1	64,5±3,1	52,6±3,2	54,2±3,2	<0,05
Наклон вперед из положения сидя (см)		3,6±1,1	7,3±1,1	3,5±1,1	4,8±1,1	<0,05
Метание (м)	наб. мяча 2-мя руками снизу	2,5±0,6	4,7±0,6	2,4±0,5	2,7±0,5	<0,05
	наб. мяча из-за головы	2,0±0,5	3,8±0,5	1,9±0,3	2,2±0,3	<0,05
	мешочка с песком пр. рукой	5,3±1,3	14,1±1,3	5,3±1,2	6,8±1,2	<0,05
	мешочка с песком лев. рукой	3,9±0,9	8,2±0,9	3,9±1,9	4,3±1,9	>0,05

Полученные данные подтверждают эффективность разработанной методики занятий легкой атлетикой в системе ДОФСН.

Анализ качества выполнения детьми легкоатлетических упражнений до и после педагогического эксперимента. В ЭГ итоговые экспертные оценки по всем пространственным характеристикам превышают показатели детей КГ. Наибольший прирост и наименьшее количество ошибок у детей ЭГ зафиксировано в прыжках в высоту и в длину с разбега (согнув ноги). Прирост в прыжках в высоту составил 250 %, а в длину с места – 104,7 %. Объяснение данному факту кроется в систематичности применения данных упражнений на тренировочных занятиях и в целенаправленном развитии координационных способностей с помощью применения специальных подводящих упражнений из арсенала легкой атлетики, в отличие от традиционной системы физического воспитания в детских садах. Значительным приростом, согласно экспертной оценке, отмечены также действия детей в беге на 10 м с хода (86,7 %), в челночном беге 3x10м (77,3 %), в беге на 30 м (68 %), в метании правой (58,6 %) и левой рукой (56 %). Подобного улучшения в действиях детей из КГ не наблюдалось.

По окончании педагогического эксперимента у детей ЭГ количество ошибок при выполнении **прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»** достоверно уменьшилось как по сравнению с началом занятий, так и по отношению к подобным результатам у детей из КГ ($p < 0,05$) (Таблица 3). Скорость разбега у детей ЭГ в среднем составляет от 2,7 м/с до 3,5 м/с. У 92,6 % дошкольников сформирован ритмичный разбег с увеличением скорости перед отталкиванием. Напротив, лишь у 18,5 % дошкольников КГ отмечен ритмичный разбег. У них наблюдается сбой темпа и ритма беговых шагов в конце разбега и уменьшение скорости (Рисунок 5, А). Кроме того, исправлены основные ошибки, совершаемые ногами, с 64,5 % до 4,2 %.

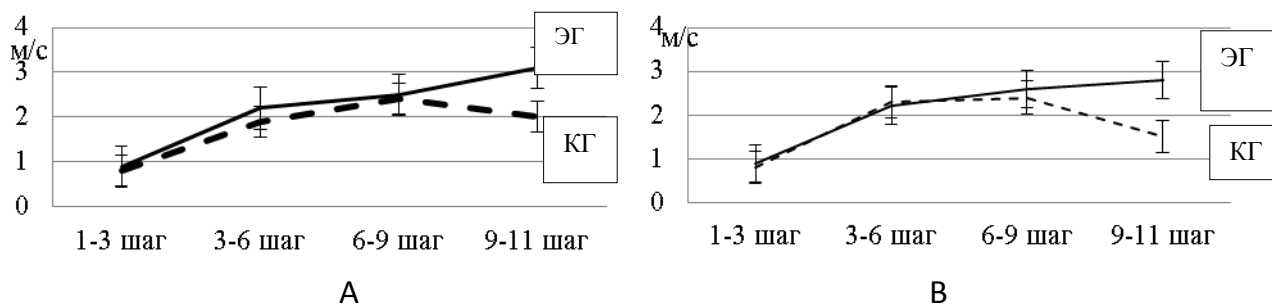


Рисунок 5 – Скорость разбега перед прыжком в длину «А» и перед прыжком в высоту «В» способом «согнув ноги» у детей КГ и ЭГ после педагогического эксперимента

Таблица 3 – Показатели кинематических параметров детей ЭГ в прыжках в длину и в высоту с разбега по окончании педагогического эксперимента

прыжок в длину	Фазы					
	отталкив.	полет				приземление
t	0,00	0,09	0,12	0,21	0,27	0,29
параметры	t_{cp} полета			V_{cp}		
ЭГ	от $0,22 \pm 0,01$ с до $0,29 \pm 0,01$ с			от $7,7 \pm 0,12$ до $8,5 \pm 0,12$ м/с		
КГ	от $0,19 \pm 0,01$ с до $0,23 \pm 0,01$ с			от $7,3 \pm 0,12$ до $8,4 \pm 0,12$ м/с		
прыжок в высоту	Фазы					
	отталкивание	полета				приземление
t	0,00	0,12				0,13
параметры	t_{cp} полета			V_{cp}		
ЭГ	от $0,11 \pm 0,01$ с до $0,14 \pm 0,01$ с			от $5,2 \pm 0,07$ до $5,4 \pm 0,06$ м/с		
КГ	от $0,08 \pm 0,01$ с до $0,12 \pm 0,01$ с			от $5,0 \pm 0,07$ до $5,2 \pm 0,06$ м/с		

Установлено, что у детей ЭГ по сравнению с дошкольниками из КГ зафиксировано достоверно значимое снижение количества ошибок при выполнении прыжка в высоту с разбега способом «согнув ноги» ($p < 0,05$) (Таблица 3). У 96,3 % дошкольников сформирован ритмичный разбег с увеличением скорости перед отталкиванием. Напротив, лишь у 51,8 % детей КГ отмечен ритмичный разбег. У них наблюдается сбой темпа и ритма беговых шагов в конце разбега и значительное уменьшение скорости до 1,5 м/с (Рисунок 5, В). Анализ видеозаписей движений детей в фазах отталкивания, полета и приземления подтверждает эти факты и позволяет констатировать позитивные изменения в кинематике двигательных действий при прыжке в высоту. Скорость разбега у детей ЭГ в среднем составляет от 2,7 м/с до 3,5 м/с.

Анализ движений при выполнении метания мяча с разбега. Установлено, что у детей ЭГ по сравнению с дошкольниками из КГ зафиксировано достоверно значимое снижение количества ошибок при выполнении метания в цель с места и на дальность с разбега ($p < 0,05$) (Таблица 4). Определено, что у большинства детей (96,3 %) ЭГ отсутствуют погрешности при выполнении движений головой, туловищем и руками в отдельных фазах метания. Средняя скорость разбега у детей ЭГ от 2,8 м/с до 3,2 м/с. У 96,3 % сформирован ритмичный разбег с увеличением скорости к середине разбега (на 5-6 шаге). Перед броском скорость бега снижается до 2,08 м/с. Данные биомеханического анализа пространственно-временных параметров у детей ЭГ достоверно различаются с результатами оценки, полученными при анализе техники движений у детей КГ ($p < 0,05$).

Таблица 4 – Показатели кинематических параметров движений детей ЭГ и КГ при выполнении метания в цель и на дальность после педагогического эксперимента

Метание в цель	Фазы						
	держание мяча и отведение мяча назад, замах				бросок		
t	0,00	00,24	0,46	0,59	0,74	0,89	1,06
параметры	t_{cp} от начала замаха до выпуска мяча в цель				V_{cp} замаха		
ЭГ	от 0,91±0,01с до 1,14±0,01с				от 0,849±0,07 до 1,125±0,06 м/с		
КГ	от 1,12±0,01с до 1,17±0,01с				от 0,669±0,07 до 0,985±0,06 м/с		
Метание на дальность	Фазы						
	отведение мяча назад			бросок			
t	0,00	0,08-0,19	0,25	0,27	0,29	0,30	0,32
параметры	t_{cp} от начала замаха до выпуска мяча				V_{cp} от замаха до выпуска мяча		
ЭГ	от 0,11±0,01с до 0,31±0,01 с				от 3,9±0,07 до 4,4±0,06 м/с		
КГ	от 0,21±0,01с до 0,42±0,01 с				от 1,9±0,07 до 2,8±0,06 м/с		

Достижение детьми целевых ориентиров дошкольного образования после педагогического эксперимента. Для определения уровня сформированности целевых ориентиров использовалась шкала в баллах: «высокий» – 5; «выше среднего» – 4; «средний» – 3; «ниже среднего» – 2; «низкий» – 1. (Т.С. Комарова, Н.Е. Вераксы; 2020). У 94 % детей ЭГ зафиксирован высокий уровень сформированности целевых ориентиров.

У детей КГ также отмечен рост сформированности целевых ориентиров (45 % имеют высокий уровень и 55 % выше среднего уровня) (Рисунок 6). Средние баллы оценки сформированности целевых ориентиров по всем образовательным областям достоверно выше у детей ЭГ ($p < 0,05$).

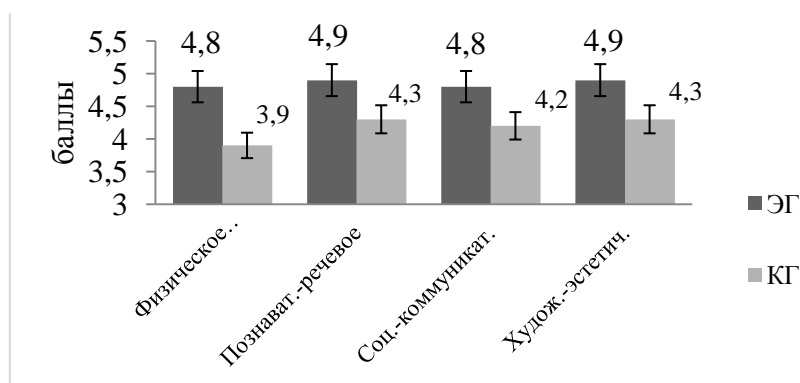


Рисунок 6 – Показатели сформированности целевых ориентиров по освоению ООП ДО детьми ЭГ и КГ по окончании педагогического эксперимента (баллы)

Подтверждением эффективности экспериментальной методики являются данные тестирования двигательного-познавательного развития детей 6-7 лет (Таблица 5).

Таблица 5 – Показатели двигательного-познавательного развития детей 6-7 лет

Двигательно-познавательные тесты	КГ	ЭГ	p
Прохождение интегрированной полосы препятствий (с)	53,4±1,7	36,7±1,8	< 0,05
Кол-во запомненных ребенком рисунков (знаков)	3,4±1,1	6,7±1,2	< 0,05
Восстановить картинку по памяти» (с)	43,9±2,8	34,2±1,7	< 0,05
Переноска картинок» (с)	64,5±2,8	50,4±1,6	< 0,05

По окончании педагогического эксперимента у детей ЭГ отмечено улучшение уровня познавательного развития по сравнению с дошкольниками из КГ. Количество детей 5 лет с высоким уровнем познавательного развития в ЭГ увеличилось на 35,4 %, детей 6 лет – на 28,9 % и 7 лет – на 31,4 %, что достоверно выше, чем в КГ.

Таким образом, при соблюдении требований к условиям реализации ООП ДО и внедрения методики занятий по легкой атлетике, основанной на интеграции содержания образовательных областей, целевые ориентиры в полной мере выступают своеобразным мостиком к формированию у детей предпосылок к учебной деятельности в школе на этапе завершения ими дошкольного образования.

Влияние экспериментальной методики на формирование у детей мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом. Занятия легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции содержания образовательных областей образовательной программы в системе ДОФСН в ДО оказали положительное влияние на формирование устойчивой мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями. На желание детей заниматься или не заниматься легкой атлетикой оказывают влияние родители, что естественно. На начальных этапах исследования установлено, что большинство родителей (189 чел. из 258 чел.) желали, чтобы их дети занимались другими видами спорта, но не легкой атлетикой.

В процессе двухгодичных занятий легкой атлетикой у детей 5-7 лет произошли позитивные сдвиги и изменения в структуре компонентов их мотивации к занятиям легкоатлетическими упражнениями. Опрос показал, что интересы детей изменяются по мере успешности выполнения тех или иных легкоатлетических упражнений. В начале педагогического эксперимента у 62,9 % детей ЭГ и 66,6 % дошкольников КГ доминирующим к систематическим занятиям физической культурой и спортом выступает игровой мотив, затем идет соревновательный (59,3 % – ЭГ и 51,9 % – КГ) и мотив удовлетворения желания родителей (59,3 % – ЭГ и 55,5 % – КГ). Более трети опрошенных и проинтервьюированных детей (37 % – ЭГ и 33,3 % – КГ) указали на желание заниматься легкой атлетикой с целью укрепления своего здоровья. После педагогического эксперимента в ЭГ выросло количество детей и количество мотивов, которые отметили дети. Дети ЭГ уже не отмечали мотив «Удовлетворение желания родителей» как важный (на 51,8 % меньше, чем до эксперимента). Желание понравиться и удовлетворить потребность родителей в занятиях спортом кристаллизовалось в собственный мотив заниматься систематически упражнениями из легкой атлетики. Увеличилось количество детей, которые выделили мотив «Престиж и самоутверждение» (85,2 %) как приоритетный. Увеличилось также количество детей, отметивших двигательные (74,1 %); познавательные (70,4 %) и психологические (70,3 %) мотивы. Прирост оценки творческих и воспитательных мотивов составил по 59,2 %. У детей КГ подобной динамики не зафиксировано. Родители детей ЭГ (РД ЭГ) отметили, что у всех детей возникло стремление побеждать на соревнованиях. Лишь 51,8 % родителей детей КГ отметили данный мотив. 92,6 % РД ЭГ и 55,5 % РД КГ считают, что занятия легкой атлетикой способствуют развитию чувства красоты и эстетическому воспитанию ребенка.

После педагогического эксперимента РД ЭГ указали на сформированность у детей мотивов, связанных с желанием систематически заниматься физической культурой и спортом (100% РД ЭГ и 62,9 % РД КГ). РД ЭГ считают, что у детей сформировались мотивы, выраженные в желании ребенка быть в коллективе (92,6 %), потребность в получении новых знаний о своем организме и его возможностях (100 %), желание творчески самовыражаться в движениях и придумывать новые двигательные действия (96,3 %). Они указали на то, что занятия легкой атлетикой способствовали нейтрализации у детей отрицательных эмоций (100 %), способствовали развитию волевых качеств (92,6 %), терпению (100 %), настойчивости в достижении результатов (88,8 %), целеустремленности (92,6 %), дисциплинированности (96,3 %), ответственности к поручениям (96,3 %),

самоконтролю за своим поведением и действиями (96,3 %), а также развитию внимания, памяти и мышления (88,8 %). Они отметили также, что наряду с игровой формой занятий детей привлекают познавательные-игровые и соревновательно-игровые тренировки (96,3 %).

Результаты педагогического эксперимента показали, что применение методики занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы дошкольного образования в системе ДОФСН обеспечивает существенное повышение физической подготовленности, качественное освоение основ техники выполнения бега, прыжков и метаний, достижение целевых ориентиров образования на выпуске из детского сада по образовательным областям программы дошкольной организации.

Перспективы дальнейших исследований в области применения средств легкой атлетики с детьми дошкольного возраста обусловлены приоритетными направлениями, обозначенными в Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. В частности, это касается проблем формирования спортивного резерва, синхронизации программ занятий физической культурой и спортом с нормативами ВФСК ГТО и обновления методик проведения занятий физической культурой и спортом в дошкольном образовании и начальном общем образовании.

ВЫВОДЫ

Результаты проведенных исследований подтвердили правомерность выдвинутой гипотезы и позволили сформулировать основные выводы:

1. Основными предпосылками занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей программы являются: требования государственных стандартов, предусматривающие преемственность в системах физического воспитания старших дошкольников и младших школьников; низкий и средний уровень физической подготовленности у 85,6 % старших дошкольников; рост числа детей 4-7 лет, участвующих в соревнованиях по бегу, проводимые в рамках проекта «Бегом по Золотому кольцу», Всероссийского дня бега «Кросс нации», а также в сдаче нормативов ВФСК ГТО; мнение специалистов о необходимости дополнительных занятий легкой атлетикой физкультурно-спортивной направленности при реализации образовательных областей программы дошкольного образования.

2. Модель формирования легкоатлетической культуры личности дошкольников представляет собой интегративное, динамическое и многокомпонентное образование, включающее мотивационно-ценностный, двигательный-интеллектуальный, соревновательный, художественно-эстетический, социально-коммуникативный, познавательный-речевой компоненты, объединенные в четыре взаимосвязанных блока: целеполагания, содержательный, процессуальный и оценочно-результативный. Целью модели является формирование у детей стремления к повышению уровня индивидуального физического развития, физической подготовленности в различных видах легкой атлетики, активного участия в разнообразных формах физкультурно-спортивной двигательной деятельности, ведения здорового образа жизни, мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, а также достижения целевых ориентиров дошкольного образования.

3. Основу методики занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей основной образовательной программы дошкольного образования составляют сложно-координационные двигательные действия: прыжки в длину с разбега (до 30 % времени); метание мяча на точность и на дальность (до 25 % времени); прыжки с разбега вверх (до 20 %); а также бег на скорость (до 15 %); бег на выносливость (10 %). При этом для развития выносливости выделяются отдельные дни в графике тренировочных занятий. Содержание занятий легкоатлетическими упражнениями направлено на общефизическую подготовку детей, формирование у них основ техники двигательных действий. Все занятия

проводятся в соревновательно-игровой форме с использованием игровых двигательно-познавательных эстафет и полос-препятствий (до 70-80 % от всего времени) и базируются на индивидуальном, дифференцированном и личностно-ориентированном подходах организации интегрированных занятий.

4. Ключевой особенностью разработанной методики занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с детьми 5-7 лет является использование специальных тренировочных устройств и нестандартного оборудования с дидактическим оснащением, отражающим содержание образовательных областей программы дошкольного образования, которые обеспечивают условия для интеграции содержания образовательных областей программы дошкольного образования. Объем времени, отводимых на занятия на основе интеграции образовательных областей с применением тренировочных устройств и нестандартного оборудования, на первом году составляет 30,5 %, а на втором году соответственно 36,8 %. На занятиях легкой атлетикой программный материал содержания образовательных областей соотнесен с темами недели образовательной программы дошкольной организации. На каждом занятии содержание образовательной области «Физическое развитие», представленное легкоатлетическими упражнениями, интегрируется не более, чем с тремя другими образовательными областями, отводя на это по 20 % времени на каждую.

5. Разработанная методика занятий легкой атлетикой с детьми 5-7 лет на основе интеграции образовательных областей основной образовательной программы дошкольного образования реализуется в течение двух лет, занятия проводятся два раза в неделю по 20 минут. Объем интегрированных занятий легкой атлетикой на первом году составляет не 50 %, а на втором году – 57,9 % от их общего количества часов (36 и 38 соответственно).

6. Результаты педагогического эксперимента подтвердили эффективность разработанной методики занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности в детском саду с детьми 5-7 лет. После педагогического эксперимента у детей экспериментальной группы результаты в тестах по физической подготовленности стали статистически достоверно лучше, чем в контрольной группе ($p < 0,05$). Детей, отнесенных к группе со «средним» уровнем физической подготовленности в экспериментальной группе стало меньше по сравнению с началом занятий легкой атлетикой. При этом количество дошкольников с высоким уровнем выросло в 3,17 раза. Подобной, позитивной динамики в контрольной группе не наблюдалось. Сравнение результатов тестирования физической подготовленности детей двух групп, отнесенных к «среднему» и «высокому» уровню подготовленности, свидетельствует о достоверной разнице в пользу дошкольников, занимавшихся легкой атлетикой по специальной методике ($p < 0,05$). После педагогического эксперимента, дошкольников, отнесенных ранее к «низкому» уровню физической подготовленности, в экспериментальной группе после педагогического эксперимента не зафиксировано. Напротив, в контрольной группе данный показатель остался на прежнем уровне.

7. После педагогического эксперимента у детей, занимавшихся по разработанной методике, количество ошибок в технике бега снизилось по сравнению с началом занятий, а также и по отношению к аналогичным данным у детей из контрольной группы. В частности это касается таких ошибок, которые удалось полностью нивелировать, как излишний наклон головы вперед-вниз, прыжковые и широкие шаги, а также бег на полусогнутых в коленных суставах ногах. По окончании педагогического эксперимента у детей экспериментальной группы количество ошибок при выполнении прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» достоверно уменьшилось и снизилось, как по сравнению с началом занятий, так и по отношению к подобным результатам у детей из контрольной группы ($p < 0,05$). В ходе педагогического эксперимента были исправлены основные ошибки, связанные с движениями, совершаемыми ногами с 64,5 % до 34,2 %.

8. У детей экспериментальной группы по сравнению с дошкольниками из контрольной группы, зафиксировано достоверно значимое снижение количества

ошибок при выполнении прыжка в высоту с разбега способом «согнув ноги» ($p < 0,05$). У дошкольников экспериментальной группы нивелировались такие ошибки, как чрезмерное стопорящее движение перед отталкиванием, отсутствие активного маха руками вперед-вверх после отталкивания, в полете тело отклоняется в сторону или назад, а голова закинута назад, либо наклонена вправо, руки во время полета внизу и падение вместо приземления на ноги. У 96,3 % дошкольников сформирован ритмичный разбег с увеличением скорости перед отталкиванием. Напротив, лишь у 51,8 % детей контрольной группы отмечен ритмичный разбег. У них наблюдается сбой темпа и ритма беговых шагов в конце разбега и значительное уменьшение скорости.

9. В ходе педагогического эксперимента у детей произошли значительные изменения в структуре метаний. После педагогического эксперимента зафиксирована положительная динамика изменения кинематических параметров движений отдельными звеньями опорно-двигательного аппарата. Установлено, что у детей экспериментальной группы по сравнению с дошкольниками из контрольной группы зафиксировано достоверно значимое снижение количества ошибок при выполнении метания в цель с места и на дальность с разбега ($p < 0,05$). Значительные коррективы в метании произошли в таких компонентах, как движения ногами. У 96,3 % дошкольников экспериментальной группы при метании в цель ноги «включены» в процесс метания при финальном усилии. Напротив, у дошкольников контрольной группы при выполнении финального усилия одна нога согнута в коленном суставе (62,9 %) и у 70,4 % обе ноги не «включены» в работу при выпуске снаряда. Определено, что у большинства детей (96,3 %) экспериментальной группы отсутствуют погрешности при выполнении движений головой, туловищем и руками в отдельных фазах метания.

10. После педагогического эксперимента, все дети экспериментальной группы выполнили нормативы комплекса ВФСК ГТО I ступени: на золотой знак 77,7 % и 22,3 % на серебряный знак. В контрольной группе данный показатель составляет 44,4 % и 18,5 % соответственно, а детей, выполнивших нормативы на бронзовый знак 11,1 %. При этом детей контрольной группы, не выполнивших нормативы - 25,9 %. У 94 % детей экспериментальной группы зафиксирован высокий уровень сформированности целевых ориентиров, а у детей контрольной группы этот показатель зафиксирован у 45 %. Средние значения оценки сформированности целевых ориентиров по всем образовательным областям у них достоверно выше, чем в контрольной группе ($p < 0,05$): по образовательной области «Физическое развитие» 4,9 и 3,9 балла; по образовательным областям «Познавательное развитие», «Речевое развитие» и «Художественно-эстетическое развитие» по 4,9 и 4,3 балла; по образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» – 4,8 и 4,2 балла соответственно группам дошкольников. Данный факт свидетельствует о благотворном влиянии занятий легкой атлетикой на основе интеграции содержания образовательных областей на формирование не только целевых ориентиров образования, но и способствует преемственности при переходе к формированию универсальных учебных действий в начальной школе.

11. Занятия легкой атлетикой на основе интеграции содержания образовательных областей программы способствовали формированию у детей комплекса мотивов, обуславливающих желание дошкольников к систематическим занятиям физической культурой и спортом. После педагогического эксперимента у 96,3 % детей экспериментальной группы выросли показатели мотивов к коммуникации. Для 92,6 % детей мотивы «Престижа и самоутверждения», «Двигательные», а для 77,8 % – «Познавательные» и для 66,6 % – «Творческие» стали приоритетными. Данные показатели достоверно выше, чем у дошкольников в контрольной группе ($p < 0,05$).

СПИСОК ОСНОВНЫХ НАУЧНЫХ РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Статьи в ведущих научных журналах, входящих в перечень рецензируемых научных изданий

1. Щепелев А.А. Проблемы и перспективы совершенствования технической подготовки легкоатлетов-спринтеров в беге по виражу / А.А. Щепелев, Ю.В. Тихомиров, М.А. Правдов, Д.М. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – №1(155). – С. 279-283 (авт. – 0,07 п.л.).
2. Щепелев А.А. Анализ временных параметров движений в структуре легкоатлетических упражнений у детей старшего дошкольного возраста / А.А. Щепелев, М.А. Правдов, Д.М. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – №9(163). – С. 315-320 (авт. – 0,12 п.л.).
3. Щепелев А.А. Анализ участия детей дошкольного возраста в соревнованиях по легкой атлетике / А.А. Щепелев, М.А. Правдов, Д.М. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – №5(183). – С. 483-487 (авт. – 0,16 п.л.).
4. Щепелев А.А. Организация тренировочного процесса с детьми 5-7 лет на основе интеграции двигательно-познавательной деятельности / Д.М. Правдов, М.А. Правдов, А.В. Жалилов, А.А. Щепелев // Человек. Спорт. Медицина. – 2020. – Т. 20. – №S2. – С. 84-89. (авт. – 0,07 п.л.).
5. Щепелев А.А., Методика занятий игровой легкой атлетикой с детьми 5-7 лет в системе дополнительного образования в детском саду / А.А. Щепелев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – №3(193). С. 503-507.
6. Щепелев А.А., Правдов Д.М. Интеграция содержания образовательных областей дошкольного образования на занятиях легкой атлетикой в детском саду // Современный ученый. – 2021. – №1. – С. 162-166 (авт. – 0,15 п.л.).
7. Щепелев, А.А. Формирование двигательных умений в метании у детей старшего дошкольного возраста на основе учета биомеханических параметров движений / А.А. Щепелев Д.М. Правдов, М.А. Правдов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – №9(211). – С. 513-519 (авт. – 0,14 п.л.).
8. Щепелев, А.А. Модель формирования легкоатлетической культуры личности дошкольника / А.А. Щепелев Д.М. Правдов, М.А. Правдов // Обзор педагогических исследований. – 2022. – Т.4. – №3. – С. 179-186 (авт. – 0,17 п.л.).

*Статьи в сборниках международных и всероссийских конференций,
другие научные труды:*

9. Щепелев, А.А. Занятия легкой атлетикой с детьми старшего дошкольного возраста / А.А. Щепелев // Шуйская сессия студентов, педагогов, молодых ученых: материалы XI международной научной конференции (Шуя, 05-06 июля 2018 г.); отв. ред. А.А. Червова. – Шуя, 2018. – С. 136-137.
10. Щепелев, А.А. Совершенствование системы физического воспитания в дошкольных образовательных организациях на основе реализации технологии занятий легкой атлетикой / А.А. Щепелев, М.А. Правдов, Д.М. Правдов // Совершенствование системы физического воспитания, спортивной тренировки, туризма и оздоровления различных категорий населения: материалы XVII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Сургут, 16-17 ноября 2018 г.); под ред. С.И. Логинова, Ж.И. Бушевой. – Сургут, 2018. – С. 175-179.
11. Щепелев, А.А. Физическая подготовка детей к выполнению норм комплекса ГТО первой ступени / Т.И. Сафронова, М.А. Правдов, А.А. Щепелев // Медико-биологические, клинические и социальные вопросы здоровья и патологии человека: материалы IV Всероссийской научной конференции студентов и молодых ученых с международным участием XIV областной фестиваль «Молодые ученые – развитию Ивановской области» (Иваново, 09-12 апреля 2018 г.). – Иваново, 2018. – С. 424-426.
12. Щепелев, А.А. Легкая атлетика в системе дополнительного образования дошкольников / М.А. Правдов, А.А. Щепелев, Д.М. Правдов // Приоритетные направления развития науки и образования: материалы международной научно-практической конференции (Чебоксары, 13 августа 2018 г.). – Чебоксары, 2018. – С. 70-71.
13. Щепелев, А.А. Анализ выступления детей дошкольного возраста на Всероссийских соревнованиях по легкой атлетике / А.А. Щепелев, М.А. Правдов, Д.М. Правдов, Н.А. Климов // Физическая культура и спорт: воспитание гражданина России:

материалы научной (национальной) конференции (Шуя, 23 октября 2018 г.); отв. ред. М.А. Правдов. – Шуя, 2018. – С. 95-98.

14. Щепелев, А.А. Кинематика движений рук у детей старшего дошкольного возраста при выполнении легкоатлетических упражнений / А.А. Щепелев, М.А. Правдов, Д.М. Правдов // Экспериментальные и теоретические исследования в современной науке: материалы XXIV международной научно-практической конференции (Новосибирск, 22 сентября 2018 г.). – Новосибирск, 2018. – №15 (23) – С. 30-33.

15. Щепелев, А.А. Анализ диссертационных исследований в области физического воспитания детей дошкольного возраста / А.А. Щепелев // Научный поиск. – 2018. – №4. – С. 11-17.

16. Щепелев, А.А. Легкоатлетические упражнения в системе занятий с дошкольниками в контексте реализации требований ВФСК ГТО / М.А. Правдов, Д.М. Правдов, А.А. Щепелев // Двигательная активность. Спорт. Личность: материалы Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции (Йошкар-Ола, 13-14 декабря 2018 г.). – Йошкар-Ола, 2019. – С. 128-132.

17. Щепелев, А.А. От калейдоскопа движений к системе здоровьесберегающих двигательных действий ребенка / А.А. Щепелев, Д.М. Правдов, М.А. Правдов // Современные векторы развития образования: актуальные проблемы и перспективные решения: материалы XI Международной научно-практической конференции (Москва, 25 января 2019 г.). В 2-х частях. – Москва, 2019. – С. 169-172.

18. Щепелев, А.А. Участие дошкольников в соревнованиях по бегу: проблемы подготовки и перспективы развития / А.А. Щепелев // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: материалы национальной научно-практической конференции (Шуя, 13 мая 2020 г.). – Шуя, 2020. – С. 195-197.

19. Щепелев, А.А. Педагогические условия организации занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования детей старшего дошкольного возраста / А.А. Щепелев, М.А. Правдов // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: материалов национальной научно-практической конференции (Шуя, 13 мая 2020 г.). – Шуя, 2020. – С. 30-33.

20. Щепелев, А.А. Взаимодействие семьи и детского сада в физкультурно-спортивной деятельности дошкольников / М.А. Правдов, Ю.Б. Никифоров, Д.М. Правдов, А.А. Щепелев // Приоритетные направления развития науки и образования: монография / Под общ. ред. Г.Ю. Гуляева – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». – 2020. – 272 с.

21. Щепелев, А.А. Организация занятий легкой атлетикой в системе дополнительного образования детей дошкольного возраста / М.А. Правдов, А.А. Щепелев, Д.М. Правдов // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: материалы Всероссийской научно-практической конференции (Санкт-Петербург, 22 апреля 2020 г.). – Санкт-Петербург, 2020. – С. 411-418.

22. Щепелев, А.А. Биомеханические параметры бега на скорость детей старшего дошкольного возраста / М.А. Правдов, А.А. Щепелев, Д.М. Правдов // Труды кафедры биомеханики университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2020. – №14. – С. 26-31.

23. Щепелев, А.А. Мнения специалистов и родителей детей дошкольного возраста о целесообразности организации занятий бегом спортивно-оздоровительной направленности с детьми 3-6 лет / Д.М. Правдов, М.Ю. Лаврентьев, М.А. Правдов, А.А. Щепелев // Физическое воспитание в условиях современного образовательного процесса: материалы национальной научно-практической конференции с международным участием (Шуя, 17 февраля 2021 г.). – Шуя, 2021. – С. 32-37.

Подписано в печать _____ 2023 г.

Формат 60x84 1/16. Усл. печ. л. 1,5

Тираж 100 экз. Заказ № _____

Издательство _____