

74.200.54я73  
В 44

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС

Т. Е. Виленская

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2-е издание



СООТВЕТСТВУЕТ  
ПРОГРАММАМ  
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ШКОЛ

**Юрайт**  
издательство  
biblio-online.ru

УДК 796  
ББК 75  
В44

**Автор:**

**Виленская Татьяна Евгеньевна** — доктор педагогических наук, директор  
Ейского полипрофильного колледжа.

**Рецензенты:**

**Шестаков М. М.** — професор, доктор педагогических наук, профессор кафе-  
дры теории, методики и истории физической культуры Кубанского государствен-  
ного университета физической культуры, спорта и туризма;

**Трембач А. Б.** — доктор биологических наук, профессор, заведующий кафе-  
дрой адаптивной и оздоровительной физической культуры Кубанского государ-  
ственного университета физической культуры, спорта и туризма.

**Виленская, Т. Е.**

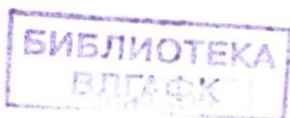
В44 Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего  
школьного возраста : учеб. пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. —  
М. : Издательство Юрайт, 2018. — 285 с. — (Серия : Образовательный процесс).

ISBN 978-5-534-08305-7

Учебное пособие посвящено вопросам организации физического воспитания  
детей младшего школьного возраста. В нем показаны особенности программного  
обеспечения физического воспитания в России и за рубежом, рассмотрены про-  
граммы физического воспитания детей, отнесенных к специальной медицинской  
группе, а также изложена теоретико-методологическая концепция оздоровитель-  
ного физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных  
школ.

*Для студентов высших учебных заведений и практикующих специалистов.*

УДК 796  
ББК 75



Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.  
Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».

ISBN 978-5-534-08305-7

© Виленская Т. Е., 2009  
© Виленская Т. Е., 2017, с изменениями  
© ООО «Издательство Юрайт», 2018

## Оглавление

<b>Введение</b> .....	<b>5</b>
<b>Глава 1. Отечественный и зарубежный опыт организации физического воспитания учащихся 7—10 лет</b> .....	<b>8</b>
1.1. Здоровье школьников и анализ работы по его сохранению в общеобразовательных школах.....	8
1.2. Особенности программного обеспечения физического воспитания в России и за рубежом.....	17
1.3. Урок как форма организации оздоровления младших школьников.....	24
1.4. Инновационные технологии физического воспитания — перспективный путь активного оздоровления в общеобразовательной школе.....	28
<i>Резюме</i> .....	38
<b>Глава 2. Эффективность обновления процесса физического воспитания детей младшего школьного возраста</b> .....	<b>41</b>
2.1. Предпосылки.....	41
2.2. Педагогическое обоснование стимулированного развития выносливости, силы и координационных способностей детей младшего школьного возраста.....	43
2.3. Характеристика программы дифференцированной физической подготовки детей младшего школьного возраста.....	56
2.4. Экспериментальное обоснование программы дифференцированной физической подготовки детей младшего школьного возраста.....	63
<i>Резюме</i> .....	76
<b>Глава 3. Физическое воспитание с детьми, отнесенными к специальной медицинской группе</b> .....	<b>83</b>
3.1. Предпосылка.....	83
3.2. Программа физического воспитания для детей, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.....	83
3.3. Экспериментальное обоснование программы физического воспитания для детей, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.....	88
3.4. Программа повышения квалификации учителей физической культуры по медико-биологическим знаниям.....	93
<i>Резюме</i> .....	95

<b>Глава 4. Теоретико-методологическая концепция оздоровительного физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных школ</b> .....	<b>104</b>
4.1. Актуальные детерминанты совершенствования процесса физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных школ .....	104
4.2. Основное содержание концепции .....	111
<b>Заключение</b> .....	<b>135</b>
<b>Практические рекомендации</b> .....	<b>146</b>
<b>Литература</b> .....	<b>151</b>
<b>Новые издания по дисциплине «Педагогика физической культуры» и смежным дисциплинам</b> .....	<b>175</b>
<b>Приложения</b> .....	<b>177</b>
Приложение 1 .....	177
Приложение 2 .....	179
Приложение 3 .....	199
Приложение 4 .....	207
Приложение 5 .....	210
Приложение 6 .....	213
Приложение 7 .....	216
Приложение 8 .....	221
Приложение 9 .....	223
Приложение 10 .....	225
Приложение 11 .....	227
Приложение 12 .....	229
Приложение 13 .....	231
Приложение 14 .....	233
Приложение 15 .....	235
Приложение 16 .....	237
Приложение 17 .....	239
Приложение 18 .....	245
Приложение 19 .....	246
Приложение 20 .....	275
Приложение 21 .....	276
Приложение 22 .....	277
Приложение 23 .....	279
Приложение 24 .....	281
Приложение 25 .....	282
Приложение 26 .....	283
Приложение 27 .....	284
Приложение 28 .....	285