

ПРИМЕНЕНИЕ КООРДИНАЦИОННОЙ ЛЕСТНИЦЫ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

С. Б. Шарманова, О. А. Новоселова

Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия

Авторами разработаны комплексы упражнений с использованием координационной лестницы для детей старшего дошкольного возраста, включающие разновидности ходьбы, бега, прыжков, упражнений с мячом и подвижные игры.

Ключевые слова: *дети старшего дошкольного возраста, физическое воспитание, координационная лестница.*

Актуальность. Необходимость перманентного поиска путей повышения эффективности дошкольного физического воспитания обусловлена следующим:

- именно дети дошкольного возраста, по оценке экспертов Всемирной организации здравоохранения, определяют демографический потенциал любой страны и генофонд нации [1];
- несмотря на стабилизацию показателей первичной и общей заболеваемости, сохраняется тенденция ухудшения здоровья детей 0—14 лет: число здоровых лиц, отнесённых к I группе, не превышает 10 % [3; 4];
- до 80 % детей, поступающих в первые классы общеобразовательных школ, не могут выполнить требования школьной программы по физической культуре [8; 9];
- в многочисленных научных исследованиях доказан незаменимый вклад физического воспитания в формирование здоровья детей, их всестороннее развитие [1—3; 5—7].

Цель работы заключалась в обосновании эффективности применения координационной лестницы в физическом воспитании детей старшего дошкольного возраста.

Методика и организация исследования. Исследование было организовано на базе МАДОУ «Детский сад № 350 города Челябинска», с участием воспитанников подготовительных к школе групп (6—7 лет).

Методы исследования: анализ литературных источников, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. Координационная лестница — физкультурно-спор-

тивный инвентарь, представляющий собой две ленты, между которыми с интервалом 40 см установлены планки шириной 50 см. В процессе занятий по физической культуре мы применяли две координационные лестницы длиной 6 м (рис. 1).



Рис. 1. Координационная лестница длиной 6 м

Несомненными преимуществами применения координационной лестницы в процессе физического воспитания являются:

- её компактность, доступность, в том числе, относительно невысокая стоимость;
- многообразие упражнений;
- возможность использования музыкального сопровождения;
- возможность реализации принципа интеграции образовательных областей.

Нами разработаны комплексы упражнений на координационной лестнице (табл. 1). Разработанные комплексы с октября 2018 года по апрель 2019 года включались в содержание занятий по физической культуре, проводимых в зале, два раза в неделю; третье занятие проводилось на открытом воздухе и строилось на преимущественном использовании подвижных игр.

Исходное тестирование (сентябрь 2018 г.) не выявило достоверных различий показателей физической подготовленности детей контрольной и экспериментальной групп (табл. 2).

В обеих группах при итоговом тестировании (май 2019 г.) наблюдалось достоверное улучшение

Таблица 1

Примеры комплексов упражнений на координационной лестнице

Описание упражнений	Методические указания
Комплекс № 1 для подготовительной части занятия; выполняется поточно при передвижении по периметру площадки в колонне по одному, дистанция два шага	
Разновидности ходьбы:	
1. Перешагивая через планки лестницы	Один шаг в каждый отсек
2. То же, сгибая ноги вперёд	Выше колени. Руки на пояс, в стороны
3. Приставными шагами правым и левым боком, перешагивая через планки	Спина прямая; один шаг в каждый отсек. Руки за спину, к плечам и др.
4. То же, сгибая ноги вперёд, руки на пояс	Выше поднимать колени
5. Выпадами, перешагивая через отсек	Руки произвольно
6. Выпадами приставными шагами правым и левым боком, перешагивая через отсек	Выпад глубже
Комплекс № 2 для подготовительной части занятия; выполняется поточно при передвижении по периметру площадки в колонне по одному, дистанция два шага	
Разновидности бега:	
1. Семенящий бег через планки лестницы	Один шаг в каждый отсек
2. Бег, правая внутри, левая снаружи	Один шаг правой в каждый отсек
3. Бег, левая внутри, правая снаружи	Один шаг левой в каждый отсек
4. Бег, сгибая ноги вперёд, через планки лестницы	Бежать по одной линии, один шаг в каждый отсек
5. То же, сгибая ноги назад	Точно по отсекам
6. Бег, поднимая прямые ноги вперёд, через планки лестницы	Стопы, колени вытянуты
Комплекс № 3 для основной части занятия; выполняется поточно	
Разновидности прыжков и ползаний:	
1. Прыжки толчком двумя с продвижением вперед через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек
2. Передвижение в упоре стоя согнувшись, перешагивая руками и ногами через планки лестницы	Колени втянуть
3. Прыжки ноги вместе — ноги врозь с продвижением вперед через планки лестницы	«Классики»: прыжок на две в отсек, обе ноги внутри лестницы, прыжок ноги врозь в отсек, обе ноги снаружи
4. Упор лежа правым боком к лестнице; передвижение в упоре лежа приставными шагами вправо, перешагивая руками через планки лестницы	Руки прямые
5. Прыжки с продвижением вперед через планки лестницы, одна нога снаружи, другая внутри	«Лыжные прыжки»: один прыжок в каждый отсек
6. Упор лежа левым боком к лестнице; передвижение в упоре лежа приставными шагами вправо, перешагивая ногами через планки лестницы	Руки прямые, голова, туловище и ноги на одной линии
Комплекс № 4 для основной части занятия; выполняется поточно	
Разновидности прыжков:	
1. Прыжки правым боком толчком двумя с продвижением вправо через планки лестницы руки на пояс	Один прыжок в каждый отсек
2. То же левым боком	Один прыжок в каждый отсек
3. Прыжки на правой с продвижением вперед через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек
4. То же на левой	Один прыжок в каждый отсек
5. Прыжки «зигзагом» толчком двумя с продвижением вперед	Прыжок вперед в отсек — обе ноги внутри — прыжок вправо — обе ноги снаружи

Продолжение табл. 1

Описание упражнений	Методические указания
6. Прыжки толчком двумя с продвижением вперед с поворотами направо и налево	Руки на пояс; контроль по носкам ног; в каждый отсек
<i>Комплекс № 5</i> для основной части занятия; выполняется поточно	
Упражнения с мячом:	
1. Отбивать мяч о пол двумя руками в каждом отсеке лестницы, перешагивая через планки. Вариант: в каждом отсеке лестницы — подбросить мяч вверх и поймать его	Отбивать мяч точно в центр отсека; постепенно увеличивать темп; то же, отбивая мяч поочередно каждой рукой. Двумя руками
2. Прыжки толчком двумя, зажав мяч между ног, через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек; мяч над лодыжками ног
3. Стоя правым боком к лестнице, шагая вперед, отбивать мяч правой рукой в каждый отсек лестницы	Придерживать ладонь прямо над мячом во время движения, чтобы его отскок вверх приходился к ладони
4. То же левой рукой	Контролировать отскок мяча
5. Ведение мяча ногами «змейкой» через боковые стороны лестницы	После разучивания выполнять в быстром темпе
6. Прыжки боком толчком двумя, зажав мяч между ног, через планки	Один прыжок в каждый отсек; мяч над лодыжками ног
<i>Примеры подвижных игр для основной части занятия</i>	
1. «Быстро в домики»: построение в две шеренги напротив; и. п. — о. с., каждый ребёнок — в своем отсеке лестницы; по сигналу «Всем гулять, бегать и играть» дети бегают по площадке, по сигналу «Быстро в домики» занимают свое место на координационной лестнице	Действовать по сигналу. В отсеке лестницы сохранять положение правильной осанки. При беге уступать друг другу дорогу, использовать все свободное пространство площадки
2. «Ловишки-перебежки»: построение в две шеренги напротив; и. п. — о. с., каждый ребёнок — в своем отсеке лестницы; в центре площадки — водящий; по сигналу «Раз, два, три — лови!» дети перебегают на противоположную сторону, а водящий старается их поймать. Пойманные игроки отходят в обозначенное место. После 2—3 повторений назначают нового водящего	Действовать по сигналу. При беге уступать друг другу дорогу, использовать все свободное пространство площадки. Пойманные игроки выполняют какое-л. задание, например, 10 приседаний.
3. «Разложи и собери»: построение в две колонны, напротив каждой колонны — координационные лестницы, за ними — финишные конусы; у первых игроков в колоннах — корзина с 10 мелкими кубиками; по сигналу первые игроки бегут к финишу, раскладывая кубики по отсекам лестницы, оббегают финишный ориентир и бегут к своим колоннам, где передают корзину следующим игрокам; вторые игроки бегут к финишу, собирая кубики по отсекам лестницы, оббегают финишный ориентир и бегут к своим колоннам, где передают корзину следующим игрокам и т. д.	Вместо кубиков можно использовать любые мелкие предметы, например, детали от конструктора «Лего». В каждый отсек лестницы можно положить один предмет. При возвращении к своим колоннам оббегают координационные лестницы снаружи площадки. Вариант: использовать пять мелких предметов и представлять их через отсек
4. Эстафета «Кенгуру»: построение в две колонны, напротив каждой колонны — лестницы, за ними — финишные конусы; у первых игроков в колоннах — мяч. Прыжки толчком двумя, зажав мяч между ног, через планки лестницы	Один прыжок в каждый отсек; мяч между коленями. Вариант: прыжки через отсек
<i>Примеры общеразвивающих упражнений для основной части занятия;</i> выполняются фронтально; построение в две колонны; и. п. — о. с., каждый ребёнок — в своем отсеке лестницы. Каждое упражнение повторить 8—10 раз	
1 И. п. — стойка ноги врозь, поднять лестницу, удерживая её двумя руками за ленты, руки к плечам; 1—2 — разгибая руки, лестницу вверх, вдох, 3—4 — и. п., выдох	Выполнять упражнение колоннами. Полностью разгибать руки.

Окончание табл. 1

Описание упражнений	Методические указания
2. И. п. — то же; 1 — разгибая руки, лестницу вверх, 2 — наклон вправо, 3 — то же, что на 1, 4 — и. п., 5—8 — то же влево	Выполнять упражнение колоннами. Наклон ниже. Ноги прямые, стопы плотно прижаты к полу
3. Перестроение в шеренги. И. п. — стойка ноги врозь, поднять лестницу, удерживая её двумя руками за планки на уровне пояса; 1 — присесть, положить лестницу на пол, 2 — встать, 3 — присесть, взять лестницу, 4 — и. п.	Перестроение поворотом на месте. Выполнять упражнение шеренгами. Спина прямая
4. И. п. — то же; 1 — наклон вперёд, положить лестницу на пол, 2 — встать, 3 — наклон вперёд, взять лестницу, 4 — и. п.	Выполнять упражнение шеренгами. Ноги прямые
5. И. п. — лестница на полу, стойка ноги врозь в отсеке лестницы, руки на плечи друг другу; 1—2 — выпад правой вперед, коснуться пола коленом левой, 3—4 — и. п., 5—8 — то же левой	Выполнять упражнение шеренгами. Выпад глубже. Спина прямая
6. Перестроение в колонны. И. п. — стойка ноги вместе в отсеке лестницы, руки на плечи друг другу; 1 — прыжком стойка ноги врозь, обе стопы снаружи, 2 — прыжком и. п.	Перестроение поворотом на месте. Выполнять упражнение колоннами. Прыгать легко, бесшумно. Согласовывать свои движения с движениями партнеров

Таблица 2

**Результаты сравнительного анализа показателей
физической подготовленности детей до эксперимента (сентябрь):
при $t \geq 2,04$ различия достоверны**

Показатели, единицы измерения	Контрольная группа ($n = 21$)	Экспериментальная группа ($n = 22$)	t	p
	($X \pm \sigma$)	($X \pm \sigma$)		
Бег 30 м, с	$7,6 \pm 0,5$	$7,7 \pm 0,5$	0,30	$> 0,05$
Бег 3×10 м, с	$10,9 \pm 0,6$	$10,7 \pm 0,8$	0,43	$> 0,05$
Смешанное передвижение 1000 м, с	$484,9 \pm 30,9$	$487,1 \pm 31,1$	0,11	$> 0,05$
Прыжок в длину, см	$125,1 \pm 11,1$	$124,4 \pm 10,9$	0,10	$> 0,05$
Сгибание — разгибание рук в упоре лежа, раз	$3,9 \pm 0,3$	$3,6 \pm 0,4$	1,30	$> 0,05$
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, раз	$15,1 \pm 0,7$	$15,9 \pm 0,8$	0,41	$> 0,05$
Наклон вперед стоя, см	$0,6 \pm 0,1$	$0,5 \pm 0,1$	1,52	$> 0,05$

показателей физической подготовленности, что можно объяснить как естественными процессами роста и развития детей, так и двигательным режимом, предусматривающим сочетание самостоятельной двигательной деятельности детей и организованные формы физического воспитания, проводимые в детском саду.

Однако выявлены достоверные различия показателей физической подготовленности в четырех контрольных упражнениях из шести: дети экспериментальной группы превосходили детей контрольной группы в результатах бега 30 м, челночного бега 3×10 м, смешанного передвижения 1000 м и прыжка в длину с места (табл. 3).

В экспериментальной группе наблюдались и более высокие темпы прироста показателей фи-

зической подготовленности, рассчитанные по формуле S. Brody (рис. 2).

Наряду с тестированием физической подготовленности оценивали уровень двигательных умений детей по 5-балльной шкале по представленным ниже критериям (табл. 4). При сравнении исходного и итогового уровня освоения двигательных умений детей экспериментальной и контрольной групп не выявлено достоверных различий (табл. 5).

В то же время после эксперимента в экспериментальной группе было больше детей, проявивших высокий уровень освоения двигательных умений — 54,5 %, тогда как в контрольной группе — 33,3 % (рис. 3).

Таким образом, включение разработанных комплексов упражнений с использованием

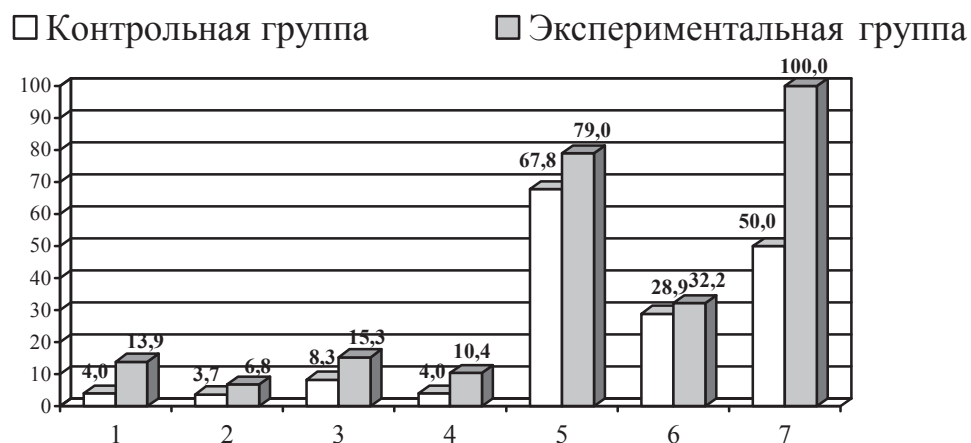


Рис. 2. Темпы прироста результатов физической подготовленности испытуемых в процессе эксперимента, %

Условные обозначения: 1 — бег 30 м, 2 — челночный бег 3×10 м, 3 — смешанное передвижение 1000 м, 4 — прыжок в длину, 5 — сгибание – разгибание рук в упоре лежа, 6 — поднимание туловища, 7 — наклон вперед

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа показателей физической подготовленности детей после эксперимента (май): при $t \geq 2,04$ различия достоверны

Показатели, единицы измерения	Контрольная группа (n = 21)	Экспериментальная группа (n = 22)	t	p
	($\bar{X} \pm \sigma$)	($\bar{X} \pm \sigma$)		
Бег 30 м, с	7,3 ± 0,4	6,7 ± 0,3	2,66	< 0,05
Бег 3×10 м, с	10,5 ± 0,3	10,0 ± 0,3	2,50	< 0,05
Смешанное передвижение 1000 м, с	446,2 ± 20,3	418,0 ± 19,9	2,14	< 0,05
Прыжок в длину, см	130,2 ± 5,3	138,1 ± 4,9	2,75	< 0,05
Сгибание — разгибание рук в упоре лежа, раз	7,9 ± 0,5	8,3 ± 0,6	1,11	> 0,05
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин, раз	20,2 ± 2,5	22,0 ± 2,9	1,01	> 0,05
Наклон вперед, см	1,0 ± 0,2	1,5 ± 0,3	1,53	> 0,05

Таблица 4

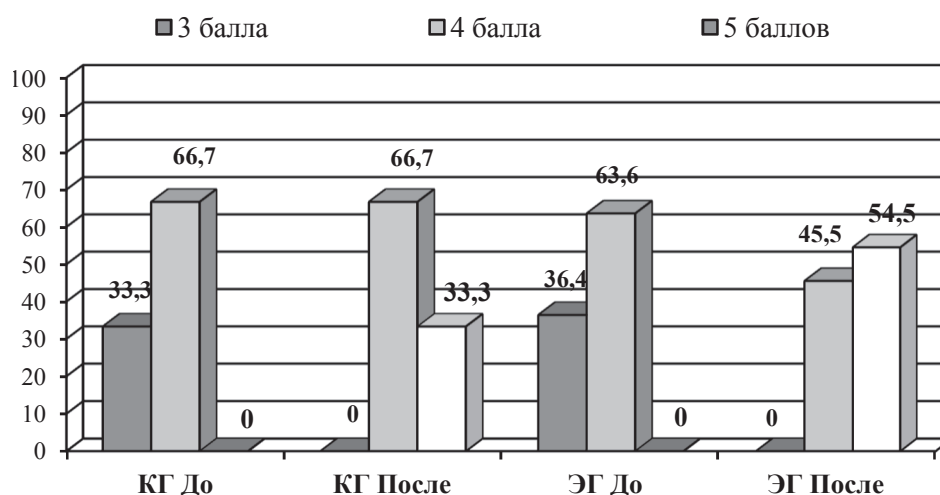
Уровень освоения двигательных умений

Отличный 5 баллов	Хороший 4 балла	Удовлетворительный 3 балла
Технически правильно, уверенно, точно выполняет все предусмотренные программой физические упражнения. Самоконтроль, самооценка постоянны. Проявляет устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями	Технически правильно выполняет большинство упражнений, проявляет при этом должные усилия, активность и интерес. Самоконтроль, самооценка не постоянны. Иногда замечает свои ошибки. Проявляет устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями	Допускает ошибки в основных элементах сложных физических упражнений. Слабо контролирует выполнение движений, затрудняется в их оценке. Допускает нарушение правил в подвижных играх. Интерес к занятиям физическими упражнениями снижен

Таблица 5

**Сравнение показателей освоения двигательных умений детей 6—7 лет
контрольной и экспериментальной групп в процессе эксперимента:
различия достоверны при $t \geq 2,04$**

Показатели, единицы измерения	Контрольная группа (<i>n</i> = 21)	Экспериментальная группа (<i>n</i> = 22)	<i>t</i>	<i>p</i>
	(<i>X</i> ± <i>σ</i>)	(<i>X</i> ± <i>σ</i>)		
До эксперимента				
Уровень двигательных умений, баллы	3,66 ± 0,3	3,64 ± 0,3	0,06	> 0,05
После эксперимента				
Уровень двигательных умений, баллы	4.33 ± 0.3	4.54 ± 0.3	0.56	< 0.05



*Рис. 3. Исходный и итоговый уровень освоения двигательных умений
у детей контрольной и экспериментальной групп, %*

Условные обозначения: КГ — контрольная группа, ЭГ — экспериментальная группа, До — до эксперимента, После — после эксперимента

координационной лестницы в содержание занятий по физической культуре способствовало повышению уровня физической подготовленности детей 6—7 лет.

Заключение. Полученные результаты свидетельствуют о целесообразности упражнений с использованием координационной лестницы в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста, так как они обеспечивают положительную динамику показателей физической подготовленности детей 6—7 лет.

Список литературы

1. Абид, С. Х. К проблеме использования в дошкольных образовательных организациях фитнес-технологий, направленных на интенсификацию двигательной активности детей старшего дошкольного возраста / С. Х. Абид, Н. И. Дворкина // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубан-

ского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. — 2019. — № 1. — С. 5—7.

2. Абрамова, Т. Ф. Физическое состояние детей 6—10 лет с учетом организации двигательной активности / Т. Ф. Абрамова, Т. М. Никитина, А. В. Полфунтикова, А. В. Малинин // Теория и практика физической культуры. — 2019. — № 12. — С. 73—75.

3. Баранов, А. А. Состояние здоровья детей дошкольного возраста / А. А. Баранов // Дошкольное воспитание. — 2009. — № 9. — С. 6—11.

4. Баранов, А. А. Состояние здоровья детей России, приоритеты его сохранения и укрепления / А. А. Баранов, В. Ю. Альбицкий // Казанский медицинский журнал. — 2018. — Т. 99, № 4. — С. 698—705.

5. Баранов, А. А. Состояние здоровья детей современной России : монография / А. А. Баранов, В. Ю. Альбицкий, Л. С. Намазова-Баранова,

Р. Н. Терлецкая. — Москва : ПедиатрЪ, 2018. — 120 с.

6. Бочарова, А. Н. Двигательная активность как средство укрепления здоровья дошкольника / А. Н. Бочарова, Е. Н. Каплина, Е. Н. Бушмакина, А. Г. Юдина // Образовательные инновации: опыт и перспективы : материалы межрегион. науч.-практ. конф. — Саратов, 2017. — С. 139—142.

7. Кудяшева, А. Н. Сравнительный анализ показателей физической подготовленности детей дошкольного возраста с различным уровнем двигательной активности / А. Н. Кудяшева // Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. — 2019. — № 1. — С. 193—194.

8. Назмутдинова, В. И. Влияние уровня двигательной активности на морфофункциональное состояние и физическую подготовленность дошкольников разных стран / В. И. Назмутдинова, Ю. Е. Шахонская-Тихомирова // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта. «Спорт для всех» и внедрение всероссийского физкультурно-спортивного комплекса : материалы XIV Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. — Тюмень : ТГУ, 2016. — С. 339—344.

9. Семенов, Л. А. Критерии оценки итоговых результатов в физическом воспитании детей в дошкольных образовательных учреждениях / Л. А. Семенов, Ю. В. Кадочникова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. — 2013. — № 5. — С. 3.

Поступила в редакцию 10 июля 2020 г.

Для цитирования: Шарманова, С. Б. Применение координационной лестницы в процессе физического воспитания детей старшего дошкольного возраста / С. Б. Шарманова, О. А. Новоселова // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2020. — Т. 5, № 4. — С. 64—72.

Сведения об авторах

Шарманова Светлана Борисовна — кандидат педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физического воспитания, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия. <https://orcid.org/0000-0002-0552-7472>. sharmanova@mail.ru;

Новоселова Ольга Анатольевна — кандидат педагогических наук, доцент, доцента кафедры теории физической культуры и биомеханики, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия. <https://orcid.org/0000-0002-2546-3891>. novoselova67@mail.ru.

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2020, vol. 5, no. 4, pp. 64—72.

Use of the coordination stair in the process of physical education of preschool children

Sharmanova S.B.¹, Novoselova O.A.²

¹ Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia. sharmanova@mail.ru

² Ural State University of Physical Education, Chelyabinsk, Russia. novoselova67@mail.ru

A set of exercises using the coordination stairs for older preschool children has been developed. We studied the dynamics of indicators of physical fitness of preschoolers under the influence of classes on the coordination stairs. The results obtained indicate the advisability of using the coordination stairs in the process of physical education of older preschool children.

Relevance. The relevance of the study is determined by the need for a modern search for ways to increase the effectiveness of preschool physical education.

Problem, goal, tasks. The aim of the study was to substantiate the effectiveness of the use of the coordination ladder in the physical education of older preschool children. Objectives: 1) to develop sets of exercises using a coordination ladder for children 6-7 years old; 2) to reveal the dynamics and growth rates of physical readiness indices, as well as the level of preschoolers' motor skills mastering under the influence of classes on the coordination ladder.

Research materials and methods. The research was organized on the basis of Kindergarten № 350 of the city of Chelyabinsk, with the participation of pupils of preparatory groups for school (6—7 years old) using the following methods: analysis of literary sources, pedagogical testing, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics.

Results and discussion. Complexes of exercises using the coordination ladder have been developed, including varieties of walking, running, jumping, exercises with a ball, general developmental exercises and outdoor games. The developed complexes were used in the content of physical culture lessons for children aged 6—7 years. The dynamics and growth rates of physical readiness indices, as well as the level of preschoolers' motor skills development under the influence of exercises on the coordination ladder were studied.

Conclusions and conclusion. The inclusion of the developed complexes of exercises with the use of a coordination ladder in the content of physical culture lessons contributed to an increase in the level of physical fitness of 6—7 years old children. The results obtained indicate the expediency of using the coordination ladder in the process of physical education of older preschool children.

Keywords: children of preschool age, physical education, coordination stairs.

References

1. Abid S Kh., Dvorkina N.I. K probleme ispolzovaniya v doshkolnykh obra-zovatelnykh organizatsiyakh fitnes-tekhnologiy. napravlennykh na intensivatsiyu dvigatelnoy aktivnosti detey starshego doshkolnogo vozrasta [On the problem of using fitness technologies in preschool educational institutions aimed at intensifying the motor activity of older preschool children]. *Materialy ezhegodnoy otchetnoy nauchnoy konferentsii aspirantov i soiskateley Kubanskogo gos-udarstvennogo universiteta fizicheskoy kultury. sporta i turizma* [Materials of the annual reporting scientific conference of graduate students and applicants Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism], 2019, no. 1, pp. 5—7. (In Russ.).
2. Abramova T.F., Nikitina T.M., Polfuntikova A.V., Malinin A.V. Physical condition of 6—10 year-olds in light of organization of their motor activity. *Teoriya i praktika fizicheskoy kultury* [Theory and Practice of Physical Culture], 2019, no. 12, pp. 73—75. (In Russ.).
3. Baranov A. Sostoyaniye zdorovia detey doshkolnogo vozrasta [Health status of preschool children]. *Doshkolnoye vospitaniye* [Preschool education]. 2009, no. 9, pp. 6—11. (In Russ.).
4. Baranov A.A., Albitskiy V.Yu. Sostoyaniye zdorovia detey Rossii. priority ego sokhraneniya i ukrepleniya [The state of health of children in Russia, the priorities of its preservation and strengthening]. *Kazanskiy meditsinskiy zhurnal* [Kazan Medical Journal], 2018, vol. 99, no. 4, pp. 698—705. (In Russ.).
5. Baranov A.A., Albitskiy V.Yu., Namazova-Baranova L.S., Terletskaia R.N. Sostoyaniye zdorovia detey sovremennoy Rossii [The health status of children in modern Russia]. Moscow, 2018, Pp. 698—705. (In Russ.).
6. Bocharova A.N., Kaplina E.N., Bushmakina E.N., Yudina A.G. Dvigatel'naya aktivnost kak sredstvo ukrepleniya zdorovia doshkolnika [Motor activity as a means of strengthening the health of a preschooler]. Educational innovations: experience and prospects: materials of the interregion. scientific-practical conference]. *Obrazovatelnyye innovatsii: opyt i perspektivy* [Educational innovations: experience and prospects]. Saratov, 2017. P. 120. (In Russ.).
7. Kudyasheva A.N. Sravnitel'nyy analiz pokazateley fiziche-skoy podgotovlennosti detey doshkolnogo vozrasta s razlichnym urovnem dvigatelnoy aktivnosti [Comparative analysis of indicators of physical fitness of preschool children with different levels of physical activity]. *Materialy nauchnoy i nauchno-metodicheskoy konferentsii professorsko-prepodavatel'skogo sostava Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoy kultury. sporta i turizma* [Materials scientific. and scientific method. conf. faculty of the Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism], 2019, no. 1, pp. 193—194. (In Russ.).
8. Nazmutdinova V.I., Shakhonskaya-Tikhomirova Yu.E. Vliyaniye urovnya dvigatelnoy aktivnosti na morfofunktsionalnoye sostoyaniye i fizicheskuyu podgotovlennost doshkolnikov raznykh stran [Influence of the level of motor activity on the morpho-functional state and physical fitness of preschoolers in different countries]. *Strategiya formirovaniya zdorovogo obraza zhizni sredstvami fizicheskoy kultury i sporta. «Sport dlya vsekh» i vnedreniye vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa* [Strategy for the formation of a healthy lifestyle by means of physical culture and sports. «Sport for all» and the introduction of the All-Russian physical-sports complex TRP]. Tyumen, 2016. Pp. 339—344. (In Russ.).
9. Semenov L.A., Kadochnikova Yu.V. Kriterii otsenki itogovykh rezultatov v fizicheskom vospitanii detey v doshkolnykh obrazovatelnykh uchrezhdeniyakh [Criteria for evaluating the final results in the physical education of children in preschool educational institutions]. *Fizicheskaya kultura: vospitaniye. obrazovaniye. Trenirovka* [Physical Culture: Education, Education, Training], 2013, no. 5, pp. 3—4. (In Russ.).