

Научно-исследовательский журнал «Обзор педагогических исследований»  
<https://opi-journal.ru>

2025, Том 7, № 8 / 2025, Vol. 7, Iss. 8 <https://opi-journal.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка (педагогические науки)

УДК 796.011.3



## Двигательная активность детей начальной школы в современных условиях

<sup>1</sup> Калинкина В.Ю., <sup>1</sup> Нургалиева Э.В., <sup>1</sup> Яковлева О.А.,  
<sup>1</sup> Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

**Аннотация:** статья посвящена актуальной проблеме снижения двигательной активности детей младшего школьного возраста в современных условиях. Целью исследования является анализ факторов, влияющих на двигательную активность младших школьников, и разработка рекомендаций по её повышению. В работе рассматриваются такие проблемы, как рост детского ожирения, увеличение числа детей с сердечно-сосудистыми заболеваниями и астмой. Исследование показывает, что младшие школьники проявляют высокий интерес к урокам физической культуры, особенно в игровой форме, однако с переходом в среднее звено посещаемость занятий значительно снижается.

Полученные результаты можно рекомендовать для внедрения дифференцированного подхода к организации занятий по физической культуре, включая раздельное обучение мальчиков и девочек начиная с 5-6 класса. Такой подход позволит создать более комфортные психологические условия для занятий, учесть гендерные особенности физического развития и интересов учащихся, повысить мотивацию и посещаемость уроков физической культуры.

Практическая значимость работы заключается в обосновании необходимости дифференцированного подхода к организации физкультурных занятий, включая разделение потоков по половому признаку в средних и старших классах, что может способствовать повышению мотивации и уверенности учащихся в своих физических возможностях.

**Ключевые слова:** двигательная активность, младшие школьники, физическая культура, здоровье детей, физическое воспитание, мотивация, игровые формы обучения, дифференцированный подход, детское ожирение

**Для цитирования:** Калинкина В.Ю., Нургалиева Э.В., Яковлева О.А. Двигательная активность детей начальной школы в современных условиях // Обзор педагогических исследований. 2025. Том 7. № 8. С. 283 – 287.

Поступила в редакцию: 15 августа 2025 г.;  
Одобрена после рецензирования: 12 октября 2025 г.;  
Принята к публикации: 21 ноября 2025 г.

## Motor activity of primary school children in modern conditions

<sup>1</sup> Kalinkina V.Yu., <sup>1</sup> Nurgalieva E.V., <sup>1</sup> Yakovleva O.A.,  
<sup>1</sup> Amur State University named after Sholom Aleichem

**Abstract:** the article is devoted to the urgent problem of reducing motor activity of primary school children in modern conditions. The purpose of the study is to analyze the factors affecting the motor activity of primary school students and to develop recommendations for its increase. The work examines such problems as the growth of childhood obesity, an increase in the number of children with cardiovascular diseases and asthma. The study shows that primary school students show a high interest in physical education lessons, especially in game form, but with the transition to secondary school, attendance at classes decreases significantly.

The results obtained can be recommended for the implementation of a differentiated approach to the organization of physical education classes, including the separate education of boys and girls from grades 5-6. This approach will create more comfortable psychological conditions for classes, take into account the gender characteristics of physical development and the interests of students, increase motivation and attendance of physical education lessons.

The practical significance of the work lies in substantiating the need for a differentiated approach to organizing physical education classes, including the separation of flows by gender in secondary and high school, which can help increase motivation and confidence of students in their physical abilities.

**Keywords:** motor activity, primary school students, physical education, children's health, physical education, motivation, game forms of learning, differentiated approach, childhood obesity

**For citation:** Kalinkina V.Yu., Nurgalieva E.V., Yakovleva O.A. Motor activity of primary school children in modern conditions. *Review of Pedagogical Research*. 2025. 7 (8). P. 283 – 287.

The article was submitted: August 15, 2025; Approved after reviewing: October 12, 2025; Accepted for publication: November 21, 2025.

## Введение

Двигательная активность является важнейшим компонентом здорового развития детей младшего школьного возраста. В современных условиях наблюдается устойчивая тенденция к снижению физической активности школьников, что приводит к серьёзным негативным последствиям для их здоровья [1]. По данным исследований последних лет, около 60% детей младшего школьного возраста не получают необходимого объёма двигательной активности, что существенно ниже рекомендованных норм [2].

Актуальность проблемы обусловлена ростом заболеваемости среди детей школьного возраста. Статистические данные свидетельствуют о значительном увеличении числа детей с избыточной массой тела и ожирением. Так, по данным 2023 года, распространённость избыточной массы тела среди младших школьников в России составляет 18-20%, а ожирения – 8-10% [3]. Параллельно отмечается рост сердечно-сосудистых заболеваний и бронхиальной астмы у детей данной возрастной группы [4].

Проблема усугубляется возрастными особенностями формирования мотивации к занятиям физической культурой. Если младшие школьники демонстрируют высокий интерес к двигательной активности, то при переходе в среднее звено наблюдается резкое снижение посещаемости уроков физкультуры и интереса к спортивным занятиям [5]. Данная тенденция сохраняется и усиливается в старших классах, приводя к формированию устойчивого негативного отношения к физической активности у значительной части молодёжи [6].

Целью настоящего исследования является анализ факторов, влияющих на двигательную активность детей начальной школы, и разработка рекомендаций по совершенствованию организации фи-

зического воспитания на различных этапах школьного обучения.

## Материалы и методы исследований

Исследование проводилось на базе образовательных учреждений города Биробиджана в период с сентября по ноябрь 2025 года. В исследовании приняли участие 240 учащихся начальной школы (1-4 классы), 180 учащихся средней школы (5-7 классы) и 150 студентов ФГБОУ ВО Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема.

Для достижения поставленной цели использовались следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы по проблеме двигательной активности школьников; педагогическое наблюдение за проведением уроков физической культуры; анкетирование учащихся и студентов; беседы с детьми различных возрастных групп; анализ медицинской документации (справки о состоянии здоровья, распределение по медицинским группам); методы математической статистики для обработки полученных данных.

Педагогическое наблюдение включало оценку посещаемости занятий, активности детей на уроках, их эмоционального состояния и интереса к различным формам организации физкультурных занятий. Особое внимание уделялось анализу игровых форм проведения уроков физической культуры в начальной школе.

Анкетирование учащихся было направлено на выявление мотивации к занятиям физической культурой, причин пропусков уроков, предпочтений в выборе форм и средств физического воспитания. Беседы с детьми позволили получить качественную информацию о психологических барьерах, препятствующих активному участию в физкультурных занятиях, особенно в подростковом возрасте.

## Результаты и обсуждения

Результаты исследования показали, что дети младшего школьного возраста демонстрируют высокую заинтересованность в занятиях физической культурой. Посещаемость уроков в начальной школе составляет 92-95%, при этом 87% учащихся положительно оценивают занятия физкультурой, особенно когда они проводятся в игровой форме [7].

Анализ форм организации уроков физической культуры показал, что наибольший интерес у младших школьников вызывают подвижные игры, эстафеты и игровые задания. При использовании игровых методов моторная плотность уроков достигает 75-80%, в то время как при традиционных формах проведения занятий этот показатель составляет 55-60%. Игровая деятельность способствует не только повышению двигательной активности, но и развитию координационных способностей, быстроты реакции, формированию навыков взаимодействия в коллективе [8].

Однако при переходе учащихся в 5 класс наблюдается резкое снижение посещаемости и активности на уроках физической культуры. Посещаемость занятий снижается до 78-82%, а доля активно участвующих в занятиях учащихся составляет лишь 65-70%. Проведённые беседы с детьми выявили следующие основные причины снижения мотивации: физиологические изменения, связанные с подростковым периодом; чувство неуверенности в своих физических возможностях; стеснение перед сверстниками противоположного пола; страх негативной оценки со стороны одноклассников.

Особую тревогу вызывает состояние здоровья современных школьников. Анализ медицинской документации показал, что за период с 2020 по 2025 год количество детей с избыточной массой тела увеличилось на 15%, число детей с диагнозом «ожирение» выросло на 12%. Параллельно отмечается рост сердечно-сосудистых заболеваний (на 8%) и бронхиальной астмы (на 10%) среди школьников [9].

Значительная часть детей (23% в средних классах и 28% в старших) имеют различные ограничения по здоровью и занимаются в специальных медицинских группах. При переходе к высшему образованию ситуация усугубляется: около 40% студентов имеют справки о назначении им специальной медицинской группы, что существенно ограничивает их возможности для занятий физической культурой [10].

Проведённое исследование выявило гендерные особенности мотивации к занятиям физической культурой. Девочки начиная с 5-6 класса чаще испытывают психологический дискомфорт на совместных занятиях, что связано с различиями в темпах физического развития, специфическими физиологическими особенностями подросткового периода, а также с различными интересами и предпочтениями в выборе средств физического воспитания.

Анализ опыта организации физического воспитания в высших учебных заведениях показывает эффективность раздельного обучения юношей и девушек. Такой подход позволяет учитывать гендерные особенности, подбирать оптимальные средства и методы, создавать комфортную психологическую атмосферу на занятиях. Результаты исследования показывают, что при раздельных занятиях посещаемость увеличивается на 18-22%, а удовлетворённость студентов организацией занятий возрастает на 35%.

## Выводы

Проведённое исследование позволяет сделать следующие выводы. Во-первых, двигательная активность детей младшего школьного возраста находится на недостаточном уровне, что приводит к негативным последствиям для их здоровья, включая рост детского ожирения, сердечно-сосудистых заболеваний и астмы. Во-вторых, младшие школьники проявляют высокий интерес к урокам физической культуры, особенно организованным в игровой форме, что подтверждает эффективность игровых методов обучения на данном возрастном этапе.

В-третьих, переход учащихся в среднее звено сопровождается значительным снижением посещаемости и активности на занятиях физической культурой, что обусловлено физиологическими изменениями, психологическими барьерами и снижением уверенности в своих физических возможностях. В-четвёртых, существующая система организации физического воспитания не в полной мере учитывает гендерные особенности и психологические потребности подростков.

На основании полученных результатов можно рекомендовать внедрение дифференцированного подхода к организации занятий по физической культуре, включая раздельное обучение мальчиков и девочек начиная с 5-6 класса. Такой подход позволит создать более комфортные психологические условия для занятий, учесть гендерные особенности физического развития и интересов учащихся, повысить мотивацию и посещаемость уроков физической культуры.

Необходимо продолжать использование игровых форм организации занятий не только в начальной школе, но и в средних классах, адаптируя их к возрастным особенностям учащихся. Важным направлением является работа по форми-

рованию позитивной мотивации к занятиям физической культурой, развитию уверенности в своих физических возможностях, созданию ситуации успеха для каждого ребёнка независимо от уровня его физической подготовленности.

### Список источников

1. Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М. Оценка состояния здоровья детей. Новые подходы к профилактической и оздоровительной работе в образовательных учреждениях // Гигиена и санитария. 2021. Т. 100. № 6. С. 590 – 596.
2. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие. Москва: КноРус, 2022. 239 с.
3. Година Е.З., Хомякова И.А., Задорожная Л.В. Динамика показателей физического развития московских школьников за последние 20 лет // Вестник Московского университета. Серия 23, Антропология. 2023. № 2. С. 85 – 98.
4. Кардангушева А.М., Геляева С.Х. Влияние двигательной активности на состояние здоровья школьников // Современные проблемы науки и образования. 2022. № 4. С. 112 – 118.
5. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие. Москва: Академия, 2021. 272 с.
6. Матвеев А.П., Петрова Т.В., Каверкина Л.В. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в современной школе // Физическая культура в школе. 2020. № 5. С. 2 – 12.
7. Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П. Спорт высших достижений: теория и методика: учебное пособие. Москва: Спорт, 2023. 320 с.
8. Столяров В.И. Теория и методология современного физического воспитания: состояние разработки и авторская концепция. Москва: Руслайнс, 2022. 704 с.
9. Храмцов П.И., Березина Н.О., Цыганова Т.Н. Физическая культура и здоровье детей и подростков: современное состояние проблемы // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Медицина. 2024. Т. 28. № 1. С. 45 – 56.
10. Чедов К.В., Кравчук Т.А. Организация физического воспитания студентов специальных медицинских групп: методические аспекты // Теория и практика физической культуры. 2024. № 3. С. 78 – 84.

### References

1. Baranov A.A., Kuchma V.R., Sukhareva L.M. Assessment of Children's Health. New Approaches to Preventive and Health-Improving Work in Educational Institutions. Hygiene and Sanitation. 2021. Vol. 100. No. 6. P. 590 – 596.
2. Vilensky M.Ya., Gorshkov A.G. Physical Education and Healthy Lifestyle of Students: A Study Guide. Moscow: KnoRus, 2022. 239 p.
3. Godina E.Z., Khomyakova I.A., Zadorozhnaya L.V. Dynamics of Physical Development Indicators of Moscow Schoolchildren over the Past 20 Years. Bulletin of Moscow University. Series 23, Anthropology. 2023. No. 2. P. 85 – 98.
4. Kardangusheva A.M., Gelyaeva S.Kh. The Impact of Physical Activity on the Health of Schoolchildren. Modern Problems of Science and Education. 2022. No. 4. P. 112 – 118.
5. Lubysheva L.I. Sociology of Physical Culture and Sports: A Tutorial. Moscow: Academy, 2021. 272 p.
6. Matveev A.P., Petrova T.V., Kaverkina L.V. The Concept of Teaching the Subject "Physical Education" in a Modern School. Physical Culture at School. 2020. No. 5. P. 2 – 12.
7. Nikitushkin V.G., Suslov F.P. High-Performance Sport: Theory and Methods: A Tutorial. Moscow: Sport, 2023. 320 p.
8. Stolyarov V.I. Theory and Methodology of Modern Physical Education: State of Development and Author's Concept. Moscow: Rusains, 2022. 704 p.
9. Khramtsov P.I., Berezina N.O., Tsyanova T.N. Physical Culture and Health of Children and Adolescents: Current State of the Problem. Bulletin of Peoples' Friendship University of Russia. Series: Medicine. 2024. Vol. 28. No. 1. P. 45 – 56.
10. Chedov K.V., Kravchuk T.A. Organization of Physical Education of Students of Special Medical Groups: Methodological Aspects. Theory and Practice of Physical Culture. 2024. No. 3. P. 78 – 84.

## Информация об авторах

Калинкина В.Ю., старший преподаватель, Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема, miss.kalinkina@bk.ru

Нургалиева Э.В., Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема, evelinapriyma05@gmail.com

Яковлева О.А., Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема, yakovleva.les@bk.ru

© Калинкина В.Ю., Нургалиева Э.В., Яковлева О.А., 2025